

CRECER Y VIVIR SIN MACHISMO



STOP **VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES**

EFFECTOS SOBRE LA SALUD

Información para familias, profesionales y otros agentes sociales



ÍNDICE

PRESENTACIÓN	3
¿CÓMO ES LA VIOLENCIA DE LOS CHICOS HACIA LAS CHICAS?	4
SIGNOS Y SEÑALES DE VIOLENCIA DE PAREJA MASCULINA HACIA LAS CHICAS	10
PROBLEMAS DE SALUD ASOCIADOS A LA VIOLENCIA DE PAREJA HACIA LAS CHICAS	11
PREVENIR LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES	13
ANTE UNA RELACIÓN ABUSIVA	19
RECURSOS DISPONIBLES EN LA COMUNIDAD DE MADRID	22



Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la Comunidad de Madrid y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.



www.madrid.org/publicamadrid

Edita:

Consejería de Sanidad.

Servicio Madrileño de Salud.

Dirección General de Atención Primaria.

Coordina:

Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención.

Redacción:

Servicio de Promoción de Salud y

Servicios de Salud Pública de Áreas.

Tirada: 50.000 ejemplares.

Edición: Abril 2015.

Impresión: Egraf, S. A.

Dépósito Legal: M-14345-2015

Impreso en España - Printed in Spain.



PRESENTACIÓN

La violencia de pareja hacia las mujeres es un problema de grandes dimensiones ya que se ha detectado en todos los países del mundo en los que se ha investigado y produce graves daños sobre su salud. Puede afectar a cualquier mujer, independientemente de su nivel de estudios, situación económica, edad, creencias o lugar de procedencia. Se sustenta en las desigualdades entre hombres y mujeres que se inician en etapas tempranas de la vida y se manifiestan con frecuencia en las primeras relaciones sociales.

La información que aquí se presenta está destinada a la población adulta en general, aunque por su contacto cotidiano se dirige especialmente a **padres y madres, profesionales de la educación, de la salud y otros agentes sociales**, ya que su contribución es clave en la educación y la salud de la población infantil y juvenil.



¿CÓMO ES LA VIOLENCIA DE LOS CHICOS HACIA LAS CHICAS?

EN LA INFANCIA

Existen abusos hacia las mujeres ya desde la infancia. En los niños aparecen conductas que expresan **DESPRECIO** basado en la supuesta inferioridad física de las niñas: los chicos molestan o *chinchán* a las chicas por el mero hecho de serlo, esperando una reacción *blanda* por parte de ellas, como ponerse a llorar o llamarle *tonto*. Esta reacción se utilizará para ridiculizar a la niña y provocar la risa del grupo de chicos. Si ella se defiende de forma más agresiva, es posible que se responda con violencia física, con una “**BOFETADA EDUCATIVA**” que busca situar a la niña “en su sitio”. De este modo, se van manifestando y consolidando las relaciones desiguales, en las que la chica quedará en una posición de subordinación, con grave daño de su autoestima y repercusiones en su salud a corto y largo plazo.



EN LA ADOLESCENCIA

Al comienzo de la adolescencia aparece la atracción entre ambos sexos y se producen los primeros acercamientos, pero también continúan los abusos. El maltrato se produce en el seno **PANDILLA MASCULINA**, siendo ésta un agente que colabora en el proceso. La pandilla se convierte en policía, vigilante y censor del comportamiento de la chica adolescente. Desvelar la intimidad de la pareja al grupo y cuestionar la fidelidad de ella son actos de agresión frecuentes en estas edades. Las chicas, si no quieren levantar sospechas ante la pandilla masculina, poco a poco tendrán que controlar con quién salen, dónde van, qué ropa se ponen, etc.

En esta etapa es frecuente el **“SEXO ROBADO”**: los chicos tocan los senos o las nalgas de las chicas de forma súbita y en público, con el objetivo de demostrar su “valentía” ante el grupo de amigos. Este comportamiento es desempeñado sobre todo por los líderes, pero consentido y apoyado por el resto del grupo masculino que con esta actitud participa en las agresiones. Es la iniciación en una sexualidad basada en la satisfacción propia exclusivamente, en la que los muchachos no tienen en cuenta o desprecian el deseo de sus compañeras. Por otra parte, es común que las adolescentes se sientan atraídas por chicos que no las tratan bien, los llamados *malotes*, los más subversivos con las normas de los adultos, que suelen ser los que tienen mayor éxito entre los chicos y chicas de su edad.


Los **INSULTOS** hacen alusión a la servidumbre tradicional y/o sexual de la mujer, están permanentemente presentes en estas edades y su intención es paralizar y someter a la chica. Realizan, además, comentarios despectivos acerca de las características corporales de ellas, sobre todo senos y nalgas. Las adolescentes que no les parecen *guapas o femeninas*, sufren vejaciones y escarnio por parte del grupo masculino, que utiliza expresiones del tipo *fea, gorda o marimacho* para insultarlas.

A estas edades se conforman las primeras parejas que se caracterizan porque son inestables, de duración breve y ruptura fácil. Se establecen sin que se haya hablado sobre las expectativas que cada uno tiene en



esa relación (por ejemplo, en cuanto al modo de comportarse, la duración, la fidelidad, etc.). Con frecuencia cada miembro de la pareja intenta imponer sus opiniones, controlar al otro, lo que da lugar a conflictos que en ocasiones pueden llevar a la violencia porque no saben resolverlo mediante el diálogo y la negociación.

Los **CELOS** son un instrumento muy eficaz de control, que muchas chicas y chicos consideran que es la mejor prueba de amor (*“La quiere hasta el punto de volverse loco por ella”*). En esta situación les cuesta identificarlos como abuso y *quizá por ello la chica va cediendo cada vez más con el objetivo de no “provocar” su enfado* y va evitando relacionarse con otras personas, distanciándose de sus amigas y no teniendo vida propia, lo que acaba en un aislamiento cada vez mayor.



Esta forma de entender las relaciones de pareja está muy influida por la cultura dominante. Para ellas, los chicos son “todo” y vincularse a ellos significa mayor valor social. Procuran satisfacer el deseo del chico limitando el suyo. Es habitual que la chica piense que puede cambiarlo con el poder de su amor (“*El amor todo lo puede*”) y a la vez se resigne ya que el amor implica sufrimiento (“*quien mucho te quiere te hará sufrir*”). Todos estos estereotipos hacen que se aferren a la relación aunque les haga daño.

En la INFANCIA ya se detectan conductas de desprecio hacia las niñas y las primeras agresiones de los niños para situarse en una posición de superioridad frente a ellas.

En la ADOLESCENCIA continúan los abusos aunque cambia la forma de manifestarlos (el control de la adolescente por la pandilla masculina, los insultos alusivos a la servidumbre tradicional femenina, necesidad de satisfacción del deseo sexual propio sin contemplar el deseo de las chicas, los celos como instrumento de control, etc.).

EN LA JUVENTUD TEMPRANA

No siempre los comportamientos de desprecio, humillaciones e insultos hacia las chicas se transforman en conductas violentas en la pareja joven más consolidada pero cuando el abuso se mantiene, es cada vez más frecuente y más grave. En muchas ocasiones la trampa del amor impide a la joven percibir la violencia que está sufriendo aunque también puede darse cuenta y disculpar a su pareja explicando la violencia como una característica de las relaciones afectivas (“Los amores reñidos son los más queridos”, “Todos los hombres son así”).

Solo cuando una chica toma conciencia de que se encuentra en una relación perjudicial puede elaborar estrategias para cambiar la situación, sin embargo distintos factores pueden influir en que mantenga la relación. En ocasiones puede temer enfrentarse a un mayor aislamiento social si el chi-



co la abandona. También puede temer por su seguridad y tener miedo a sufrir violencia de mayor intensidad. Hay que tener en cuenta que el vínculo con un chico violento intimida y quita libertad de acción y de pensamiento.

El **MIEDO** es un efecto común de la violencia de pareja hacia las mujeres debido a las amenazas, insultos, descalificaciones y/o golpes recibidos, y acaba limitando la autonomía de la chica y su capacidad para tomar decisiones.

El MIEDO indica que la violencia puede aumentar. Cuando una chica tiene miedo hay que intervenir aunque no haya habido agresión física.

Es poco probable que la joven que sufre violencia la identifique y aún reconociéndola, es difícil que ponga fin a la relación, por lo que es necesario que reciba ayuda de las personas adultas de su entorno.

LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA VIOLENCIA HACIA LAS CHICAS

Una forma frecuente de agresión en estas edades es el control a través de las tecnologías de la información y comunicación, como por ejemplo, la difusión de fotos o de información sobre la vida privada de las chicas a través del móvil o de las redes sociales (*facebook* o *twenty*, etc.), así como el acceso a otra información personal de la pareja a través del control de los mensajes (sms, whatsapp, mail, etc.). Es posible que el chico le robe las contraseñas o que ella misma se las dé porque “en el amor no hay secretos”. En ocasiones él se hace pasar por otra persona y se pone en contacto con ella a través de las redes sociales, de este modo puede controlar sus reacciones y respuestas ante preguntas comprometidas y luego presionarla o agredirla utilizando la información obtenida.

Es frecuente que la revelación de intimidades se dé ante un conflicto o tras finalizar la relación. La difusión de imágenes u otros contenidos de tipo sexual o erótico a través del móvil o de internet se conoce como *sexting*. Estas

agresiones son particularmente dañinas porque deterioran la imagen de la chica en su entorno o incluso fuera de éste ya que la información se puede diseminar rápidamente llegando a muchas personas.

Los abusos relacionados con las tecnologías de la comunicación son practicados de forma habitual por los chicos jóvenes.

Toda persona tiene derecho a su intimidad y deber de respetar la del otro.

El sexting es una de las violencias hacia de las chicas con mayor poder destructivo.





SIGNOS Y SEÑALES DE VIOLENCIA DE PAREJA MASCULINA HACIA LAS CHICAS

Las agresiones sexistas producen un deterioro progresivo difícil de detectar. Hay que tener en cuenta que la mayoría de las veces, las adolescentes víctimas de violencia por parte de sus parejas, no solicitarán ayuda. Algunas de las señales de alarma y problemas de salud a tener en cuenta son:

EN LA CHICA, VÍCTIMA DE LA AGRESIÓN:

- ✓ Deja de salir con sus amistades habituales y está cada vez más aislada.
- ✓ No se arregla ni se viste como le gustaba antes de salir con él.
- ✓ El chico con el que sale, le hace comentarios degradantes y humillantes.
- ✓ Recibe llamadas o mensajes de él a todas horas.
- ✓ Tiene peor rendimiento en el colegio o en el trabajo.
- ✓ Se altera o pone triste con los mensajes que él le manda.



- ✓ Calla ante insultos verbales de él.
- ✓ Manifiesta temor o miedo con respecto al chico.
- ✓ Tiene rasguños o moratones y le justifica diciendo que *se ha caído o se ha tropezado*.
- ✓ Reconoce o justifica alguna agresión física.

EN EL CHICO QUE PERPETRA LA AGRESIÓN:

- ✓ Es celoso, controlador y posesivo.
- ✓ Tiene comportamientos e ideas machistas.
- ✓ Reclama a su pareja atención continua, exclusividad y dedicación a tiempo completo.
- ✓ Tiene gran capacidad de persuasión y manipulación sobre ella.
- ✓ Es intransigente e intolerante y descalifica sistemáticamente a su novia.
- ✓ Se ha autolesionado alguna vez o amenaza con hacerlo.

Hay que estar alerta ante estas señales de violencia sexista y problemas de salud para actuar lo antes posible y evitar mayores daños a las chicas.


PROBLEMAS DE SALUD ASOCIADOS A LA VIOLENCIA DE PAREJA HACIA LAS CHICAS

Como consecuencia de las agresiones psicológicas, sexuales y/o físicas, la salud se va debilitando. Además, las chicas que sufren violencia desarrollan con más frecuencia comportamientos de riesgo para su salud que las que no la sufren. Lo más frecuente es que no consulten en los servicios médicos, y aún si lo hacen es difícil que se detecte la situación de violencia que están viviendo, ya que no suelen reconocerla y si la reconocen no la relacionan con sus problemas de salud.

Hay que estar muy atentos a los problemas de salud de las chicas ya que pueden ser indicadores de violencia:



- ✓ Alteraciones emocionales y psicológicas a corto y largo plazo, que pueden ser tanto o más destructivas que las lesiones físicas estando presentes en mayor o menor grado en las víctimas de todas las formas de violencia. Las manifestaciones más características son: tristeza, ansiedad, cansancio, irritabilidad, agresividad, inseguridad, sentimientos de culpa, de fragilidad y de vergüenza, dificultad para concentrarse, para disfrutar de la vida y sentirse feliz. También son



frecuentes alteraciones del sueño (duerme poco o mucho), dolores de cabeza, de espalda, de estómago o reactivación de enfermedades crónicas (eccemas, asma, alergias...). En los casos más graves se puede llegar al suicidio.

- ✓ Conductas inadecuadas de control de peso: realiza muchos esfuerzos para adelgazar (tomar laxantes, hacer dietas rigurosas, ayunar o comer de forma compulsiva y luego vomitar) porque se percibe gorda aunque haya adelgazado mucho. También puede tener el comportamiento contrario, come de forma exagerada y gana mucho peso.
- ✓ Abuso de sustancias perjudiciales para su salud: inicia o aumenta el consumo de tabaco, alcohol o de drogas ilegales (llega a casa borracha o con alteraciones del comportamiento que hacen pensar que ha consumido alguna de estas sustancias).
- ✓ Cambios en su salud sexual y salud reproductiva: relaciones sexuales insatisfactorias, infecciones de transmisión sexual, alteraciones de la menstruación, embarazos no deseados, abortos. Algunos de estos efectos suelen ser consecuencia de relaciones sexuales inseguras en las que no ha podido negociar el uso del preservativo.

La violencia de la pareja hacia las chicas jóvenes tiene graves consecuencias para su salud pudiendo llegar incluso al suicidio.

PREVENIR LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES

La infancia es una etapa esencial para adquirir valores de respeto y de igualdad así como para desarrollar una actitud crítica frente a las desigualdades y la violencia hacia las mujeres. Es una responsabilidad social promover cambios para lograr la equidad entre hombres y mujeres. Las madres, los padres y las personas adultas que trabajan en colegios, centros sanitarios, de ocio y deportivos participan en la educación de niños, niñas, adolescen-



tes y jóvenes y tienen una influencia considerable en la prevención de la violencia hacia las mujeres.

En la adolescencia se debe continuar reforzando las actitudes de equidad y respeto iniciadas en la infancia para que las relaciones afectivas entre chicos y chicas que empiezan a establecerse en esta etapa, sean positivas, igualitarias y saludables.

Para prevenir la violencia es imprescindible el compromiso de las personas adultas en la educación en valores igualitarios en la infancia y la adolescencia. Para ello es preciso plantearse los siguientes objetivos:

- ✓ Revisar las propias actitudes y comportamientos hacia las mujeres y valorar a las niñas y mujeres respetando sus decisiones, sus opiniones, sus preferencias, etc.





- ✓ Educar a las niñas para ser autónomas e independientes capaces de cuidar de sí mismas y tomar decisiones sobre su propia vida, donde la vida en pareja es una opción más para las mujeres y no la única.
- ✓ Respetar a las mujeres cuando no deseen ser madres, ni amas de casa “modélicas” o cuando decidan ser madres solteras o priorizar su vida laboral, etc.
- ✓ Valorar los modelos de chicos y hombres adultos respetuosos con las chicas y las mujeres.
- ✓ Educar a los niños para ser independientes emocionalmente, autónomos, responsables de su propio cuidado que cuiden de otras personas y compartan las responsabilidades y las tareas del hogar con su familia.
- ✓ Educar a chicos y chicas en el diálogo y la negociación para resolver conflictos, sin necesidad de recurrir a la violencia e iniciar la prevención de la violencia hacia las mujeres a partir de sus relaciones cotidianas y adaptar los mensajes preventivos a cada etapa evolutiva, para que identifiquen los comportamientos abusivos.



- ✓ Ofrecer las mismas oportunidades y exigir las mismas responsabilidades a niñas y niños en las actividades de la vida cotidiana: poner o recoger la mesa, hacer las camas, poner la lavadora, cuidar de los hermanos pequeños, ayudar en la cocina, tareas de bricolaje, mecánica, electricidad, etc. No asignar distintas tareas según sean niñas o niños. Con ello aprenderán a valorar estos trabajos y adquirirán autonomía para la vida, independientemente de su sexo.
- ✓ Nombrar en femenino y en masculino para que las niñas y los niños se reconozcan y valoren por igual.
- ✓ Promover todo tipo de juegos en niños y niñas. Jugar con muñecas permite aprender el valor del cuidado, necesario en las relaciones humanas. Asimismo, la práctica de deportes de contacto y de equipo prepararán físicamente a las niñas y los niños, y les permitirá desarrollar mayor fuerza, destreza y actitudes de cooperación.



- ✓ Ofrecer cuentos, lecturas, películas que muestren otros modelos de mujeres y hombres en los que las niñas sean protagonistas, heroínas, capaces de defenderse de los distintos peligros y ayudar a otras personas y en los que los niños también cuiden, lloren, puedan demostrar sus miedos y expresar sus emociones.
- ✓ Ver con las niñas y los niños la televisión, el cine, la publicidad, etc., para debatir y criticar el tratamiento humillante que, con frecuencia, los medios de comunicación dan a las mujeres. Por ejemplo: utilizar su cuerpo como objeto sexual en los anuncios de coches, ropa, perfumes, programas de televisión, etc.
- ✓ Realizar en los centros educativos, actividades culturales, lúdicas, motivadoras, que involucren al alumnado en la prevención de la violencia y visualicen situaciones conflictivas entre chicas y chicos utilizando medios como el teatro, la música, la literatura.



- ✓ Reflexionar con los chicos adolescentes y jóvenes para que comprendan que los abusos, desprecios, agresiones, celos, chantajes, ofensas o desconfianzas, son una forma de violencia hacia las mujeres.
- ✓ Favorecer la comunicación y la reflexión entre chicos y chicas para que identifiquen y transformen sus ideas, actitudes y comportamientos tanto de desprecio y discriminación hacia las chicas, como de sumisión hacia los chicos. Por ejemplo: organizar grupos de debate, cineforum, rolplaying, comentarios texto, escribir artículos para el periódico escolar, etc.
- ✓ Estar alerta a las formas de relación que se establecen entre niños y niñas, para intervenir en cuanto se detecten las primeras actitudes discriminatorias en las que se desvaloriza lo *femenino* y se utiliza para agredir. (ej: a las niñas -“Vete a fregar”, “Tú no juegas al fútbol, que eres una niña” - y a los niños - “Eres una nenaza”-).
- ✓ Sancionar y no disculpar los comportamientos y actitudes de los hombres controladores y celosos, que denigran a su pareja y/o a otras mujeres.
- ✓ Aprender un uso seguro y responsable de las tecnologías de la comunicación, en el que se preserve la intimidad y el respeto mutuo y se rechace el uso del móvil y las redes sociales como instrumento de control y agresión, en definitiva, de violencia hacia las mujeres.

Educar en igualdad es la base para prevenir la violencia de género hacia las mujeres. Implica ofrecer el mismo trato y las mismas oportunidades a niñas y niños.

La reflexión y el debate entre niños y niñas, chicos y chicas sobre sus propias experiencias es la forma más efectiva de que tomen conciencia de la presencia de dinámicas abusivas en sus vidas. Las experiencias participativas han resultado más efectivas en reducir la violencia que las meramente expositivas.

ANTE UNA RELACIÓN ABUSIVA

La actuación decidida ante un caso establecido de abuso en una pareja adolescente puede evitar el agravamiento de la violencia y paliar los efectos de la misma. Aunque la chica no reconozca los abusos y no pida ayuda, hay que intervenir ya que se trata de una situación que pone en peligro su salud psicológica y física. Trabajar con chicas y chicos para que sepan identificar la violencia que YA está presente y normalizada en sus relaciones, es imprescindible para que asuman que no se trata solo de un riesgo futuro que podrá ocurrir cuando sean personas adultas.

Es fundamental que el círculo más cercano de amistades y familiares sepa que **es muy importante lo que puede hacer** por la joven. El profesorado así como otras personas adultas de confianza del entorno, son también muy valiosos para completar la red de ayuda.






El grupo de amigas es muy influyente en la vida de las adolescentes y jóvenes y hay que contar con él. Los padres y/o adultos cercanos a la chica deben aproximarse al grupo de amistades que la estén ayudando o que podrían hacerlo, para formar una red de apoyo. Suele tener en cuenta las sugerencias de las personas adultas de su entorno y de sus amigas acerca de la necesidad de terminar con la relación abusiva.

La situación en la que se encuentra una adolescente o una joven víctima de una relación abusiva es muy compleja. Con frecuencia los sentimientos de culpa, vergüenza y miedo les impide romper con la situación de abuso. Para prestarle ayuda y facilitar la ruptura es preciso tener en cuenta lo siguiente:

- ✓ Establecer con ella una comunicación profundamente respetuosa, creer lo que dice, escucharla sin juzgar y tener en cuenta el modo en que ella prefiere actuar.



- 
- ✓ Actuar de forma urgente si la chica siente miedo (el miedo indica mayor riesgo) o se detecta otra amenaza. En estos casos lo más importante es garantizar su seguridad y de forma excepcional, las personas de su entorno tomarán decisiones sin contar con ella.
 - ✓ Fomentar la duda respecto a su situación, para que aumente su percepción de riesgo si la joven aún no ha identificado que su relación le perjudica.
 - ✓ Motivarla y acompañarla durante el proceso desde que la chica identifica que su relación es abusiva hasta que se siente preparada para ponerle fin.
 - ✓ Potenciar la confianza en su propia capacidad para generar un cambio.
 - ✓ Evitar interrogar, ordenar, sermonear, desaprobar, ironizar e interpretar. No presionarla ya que puede provocar el rechazo de la propia víctima y su aferramiento a la relación abusiva.
 - ✓ Actuar con el chico maltratador tanto a nivel individual como de la pandilla o su grupo de amigos. Sancionar su comportamiento ante una agresión verbal o física. Es posible que la actuación sobre el grupo (que los amigos le marginen y aíslen) contribuya a que tome conciencia y termine con su mal comportamiento.
 - ✓ Recordar que los actos violentos y las amenazas de muerte son un delito y están penados por la Ley.
 - ✓ Utilizar los recursos específicos de atención disponibles para informarse y recibir las pautas de cómo actuar en cada caso concreto.

RECURSOS DISPONIBLES EN LA COMUNIDAD DE MADRID

Dirección General de la Mujer: **NO TE CORTES: Programa de atención para adolescentes víctimas de violencia de género:** Este programa para adolescentes tiene como objetivo el apoyo y la orientación a aquellas chicas que, en sus incipientes relaciones de pareja, viven situaciones que les llevan a sospechar que se encuentran en un caso de maltrato. Este mismo apoyo y orientación están dirigidos también a sus familias.

Programa de Atención a Mujeres Adolescentes Víctimas de Violencia de Género “No te cortes”

Subdirección General de Asistencia a Víctimas de Violencia de Género
Dirección General de la Mujer
Consejería de Asuntos Sociales

- ✓ Correo electrónico: vgjovenes@madrid.org
- ✓ Línea telefónica Fundación ANAR: 116111
- ✓ www.madrid.org/ayudaonlineadolescentes
- ✓ Contacto en Dirección General de la Mujer: 91 720 62 08

Portal de salud de la Consejería de (www.madrid.org/sanidad).

Para saber más se puede consultar el estudio Violencia de Pareja hacia las Mujeres en población adolescente y juvenil y sus implicaciones en la salud.





NOTAS

[illegible]



Documento para profesionales sanitarios, padres y educadores que, ofrece una información extensa sobre el fenómeno de la violencia de género ejercida sobre las niñas, adolescentes y mujeres jóvenes mostrando cómo el inicio de la violencia hacia las mujeres comienza en las primeras etapas de la vida. Así mismo trata sobre los efectos sobre la salud de estas mujeres y da claves para su prevención.



 **Comunidad de Madrid**

www.madrid.org