

Violencia de género: cada 10 minutos muere una mujer y alertan sobre las agresiones invisibles

Cada diez minutos una mujer o niña es asesinada por violencia de género en el mundo, según ONU Mujeres. Aunque los femicidios reflejan el extremo, psicólogas advierten que la mayoría de los casos comienza con agresiones silenciosas y normalizadas.

La violencia contra las mujeres sigue siendo una de las vulneraciones de derechos humanos más graves y extendidas del mundo. De acuerdo con el informe más reciente de ONU Mujeres y la Oficina de las Naciones Unidas contra la Drogas y el Delito (UNODC), en 2023 fueron asesinadas 51.100 mujeres y niñas a manos de sus parejas u otros familiares, lo que equivale a una víctima cada diez minutos. Aunque las cifras reflejan los casos más extremos, especialistas advierten que detrás de cada homicidio hay un largo historial de agresiones invisibles, muchas de las cuales siguen normalizadas por la sociedad. "La violencia hacia las mujeres puede expresarse de múltiples formas. No se limita al daño físico; incluye maltrato psicológico, sexual, económico y simbólico. Todas ellas implican un menoscabo al género femenino por el hecho de ser mujer", explica Viviana Tartakowsky, directora de la Escuela de Psicología de la Universidad Bernardo OHiggins (UBO). Segundo ONU Mujeres, una de cada tres mujeres en el mundo ha sufrido violencia física o sexual al menos una vez en su vida. Este fenómeno se ha extendido también a nuevos espacios, como los entornos digitales, laborales o educativos. Para Tartakowsky, esta persistencia demuestra que la desigualdad de género sigue profundamente arraigada. "A pesar de los avances en derechos, se calcula que tomará más de 130 años alcanzar la equidad real entre hombres y mujeres. Los micromachismos -esas expresiones sutiles de control o condescendencia- mantienen la estructura que normaliza el abuso. Frases como 'yo te ayudo en la casa o la exclusión de las mujeres de cargos directivos son parte del mismo problema', señala. Prevención y educación, factores clave. La investigadora subraya que las formas más comunes de violencia, como la psicológica o la económica, son también las más invisibles. "El daño emocional es profundo. Las mujeres pueden presentar síntomas de ansiedad, depresión, estrés postraumático o ideación suicida. Además, muchas se aíslan y minimizan lo que viven por miedo o vergüenza", explica. Tartakowsky agrega que las consecuencias se extienden al entorno familiar y social. "Cuando hay hijos, ellos también se ven afectados. Pueden desarrollar síntomas emocionales o repetir patrones de conducta violentos. La violencia de género no solo destruye a la víctima directa, sino que impacta a generaciones completas",

advierte. En esta línea, la psicóloga enfatiza la importancia de reconocer las señales tempranas en las relaciones abusivas. "Un insulto, un grito o el control sobre el teléfono o la ropa no son gestos de amor. Son alertas. Si se normalizan, es muy probable que escalen hacia formas más graves de violencia. Lo esencial es no minimizar ni justificar esas conductas y buscar apoyo en redes cercanas o profesionales", sostiene. Desde la academia, Tartakowsky plantea que la prevención debe centrarse en la educación y en la transformación cultural. "No basta con endurecer las sanciones. Es necesario trabajar desde la infancia en modelos de respeto y equidad, promover nuevas masculinidades y fortalecer las políticas de corresponsabilidad en el hogar y en el trabajo", plantea. En el marco del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, que se conmemora este 25 de noviembre, el llamado de la docente de la UBO es a fortalecer el compromiso de gobiernos, instituciones, empresas y ciudadanía en la construcción de entornos seguros y libres de violencia para todas las mujeres y niñas. Al respecto, Viviana Tartakowsky enfatiza: "la violencia no siempre grita. A veces se disfraza de cuidado, de amor o de costumbre. Erradicarla implica cuestionar nuestras propias prácticas y creencias, pues no hay excusas para tolerar la desigualdad ni la agresión. Es primordial entender que la igualdad se construye cada día, en cada gesto y en cada palabra", concluye la experta.

Autor: Mostrador Braga