

Violencia de Género

Desde una mirada reflexiva

Una iniciativa de



PROGRAMA
educación en
emergencia

Edita



RIDHE

EDITADO POR RIDHE BRUSELAS

info@ridheuropa.org

Coordinación de la Guía y elaboración de
contenidos

Diseño y maquetación



DERECHOS RESERVADOS





Es muy necesario conmemorar las acciones
y luchas del ayer que nos dejan ser y
conciliar un poco más hoy por hoy
(es.decirdiario, noticia del 08/03/2025)

Lo que no tuve para mí, que sea
para ustedes
(8 de marzo, día Internacional de la Mujer)



PROGRAMA
educación en
emergencia

Pese a los avances,
nosotras seguimos lidiando con barreras
estructurales, sociales y económicas, además de
agresiones que nos obligan a continuar desarrollando
herramientas como esta.

Con este manual, esperamos impulsarnos a dar
pasos pequeños pero firmes, que nos permitan
transformar, o al menos hacer más libre y digna,
nuestra realidad.

A generar conciencia.

A hablar.

A pedir ayuda.

Porque si nosotras paramos, se para el mundo.



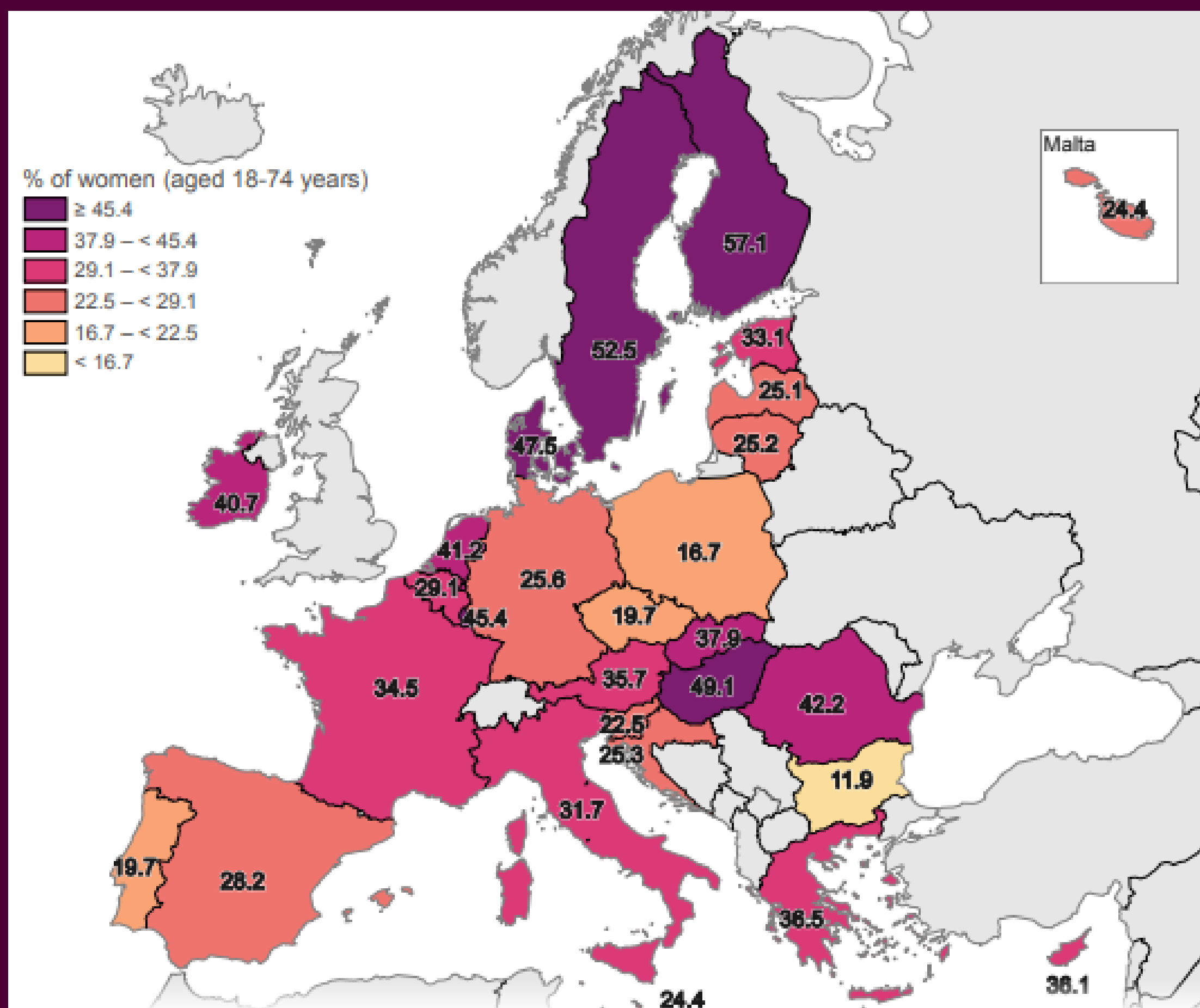
¿Qué es Violencia de Género?

La violencia de género hace referencia a **cualquier forma de violencia** dirigida hacia una persona **por razón de su género**. Esta puede ser:

- Física
- Sexual
- Psicológica
- Económica

¿Qué nos dicen **Las estadísticas?**

Figura 1. Mujeres que han experimentado violencia física o amenazas y/o violencia sexual por cualquier agresor a lo largo de su vida (%).



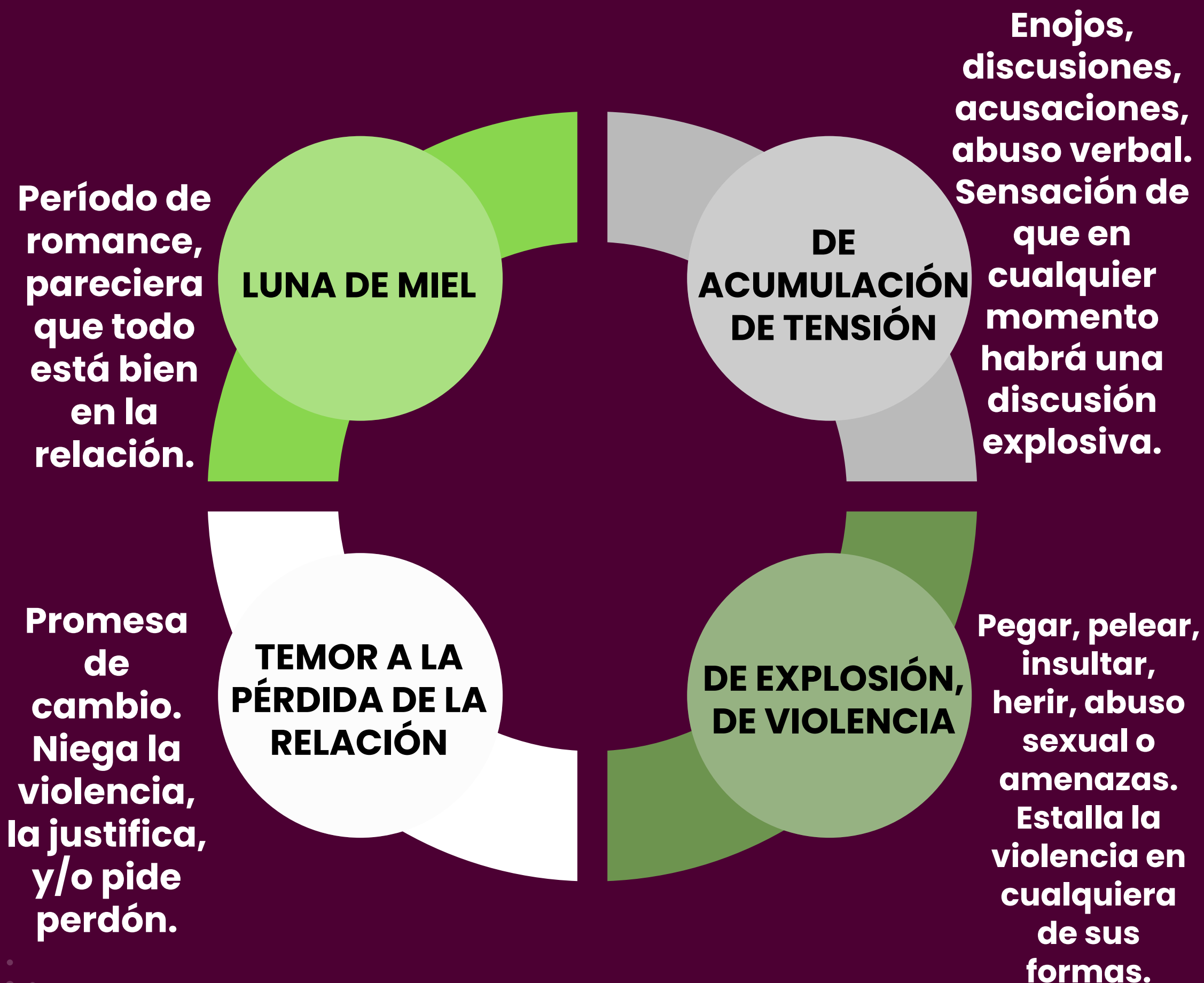
¿Qué nos dicen **Las estadísticas?**

Figura 2. Prevalencia de violencia física y/o sexual por pareja íntima (%) en mujeres de 15–49 años, según subregiones de las Américas (GBD, The Lancet).



Ciclo de Perpetuación de la Violencia

En la pareja:



Fuentes:

(Ministerio de la Mujer [Paraguay], 2024)

(Poder Judicial de Mendoza, Dirección de la Mujer, Género y Diversidad, 2022/2023)

¿Y por qué perpetúan?

**Porque las instituciones
responsables de la
atención y protección de
las mujeres reproducen
formas de violencia
estructural.**



**Dependencia económica y
emocional.**

**Desde los orígenes del
patriarcado se consolidó la
creencia de que la mujer
requiere asistencia o
protección, lo que conlleva
una pérdida de autonomía.**

**El machismo, como
expresión de la cultura
patriarcal, se manifiesta
en las formas de relación y
contribuye a naturalizar la
violencia.**

**Ausencia de redes de apoyo:
La falta de respaldo familiar y
social dificulta que las mujeres
rompan el ciclo de violencia y, en
muchos casos, termina
favoreciendo al agresor.**

¿Y por qué perpetúan?

La violencia contra la mujer, presente en todas las naciones, culturas, razas, clases sociales y religiones, revela que su origen radica en el patriarcado: la dominación sistemática de las mujeres por parte de los hombres.

Cuidar, nutrir, obedecer: la mujer según Chicharito

El sermón misógino del jugador mexicano pone el foco en un ecosistema, el de las redes, en el que imperan los masculinistas

Fuentes:

Asamblea General de las Naciones Unidas. (2006, 6 de julio)

Mascia, C. (2025, julio 25)

¿Y por qué perpetúan?

Los roles de género, contruidos socialmente, han situado históricamente a los hombres en posición de poder sobre las mujeres. Esta desigualdad, con raíces ideológicas y materiales, se ha normalizado en la cultura, las leyes, la política y la economía.



Fuentes:

Asamblea General de las Naciones Unidas. (2006, 6 de julio)

Guía de la buena esposa, año 1953



Guía de la buena
esposa,
año 1953

9 Escúchalo

Puede que tengas una docena de cosas importantes que decirle, pero a su llegada no es el mejor momento para hablarlas.

Déjalo hablar antes, recuerda que sus temas son más importantes que los tuyos.



2 ¡Luce hermosa!

Descansa 5 minutos antes de su llegada para que te encuentre fresca y reluciente.

Retoca tu maquillaje, ponte un listón en el cabello y luce lo mejor posible para él. Recuerda que ha tenido un día duro y sólo ha tratado con compañeros de trabajo.

¿Y por qué perpetúan?



El patriarcado se manifiesta de formas distintas según los contextos históricos, culturales y políticos, y se cruza con otros sistemas de exclusión.

Analizar la violencia de género exige considerar los factores específicos que perpetúan la subordinación de las mujeres en cada escenario: pobreza, migración forzada, racismo, exclusión social...

Fuente: Asamblea General de las Naciones Unidas. (2006, 6 de julio)

¿Y por qué perpetúan?

Cuando el Estado no responsabiliza a los infractores, la impunidad no sólo intensifica la subordinación y la impotencia de quienes sufren la violencia, sino que además envía a la sociedad el mensaje de que

la violencia masculina contra la mujer es a la vez aceptable e inevitable:

El 12 de julio de 2015² Contreras sobrevivió a un ataque físico y sexual de parte de su exnovio, Adriano Manuel Pozo Arias, en un hotel de [Ayacucho](#). Tras varios minutos de haber ingresado con él a una habitación, las [cámaras de seguridad](#) registraron cuando ella escapa siendo perseguida por el agresor desnudo hasta el lobby, siendo golpeada brutalmente, arrastrada del cabello y gritando.³ Contreras hizo pública su demanda de justicia y presionó su caso en los medios.

La evidencia contra su agresor fue suficiente para una condena, pero un panel de tres jueces en julio de 2016 decidieron dejarlo en libertad, imponiéndole solo reglas de conducta.^{4 5}

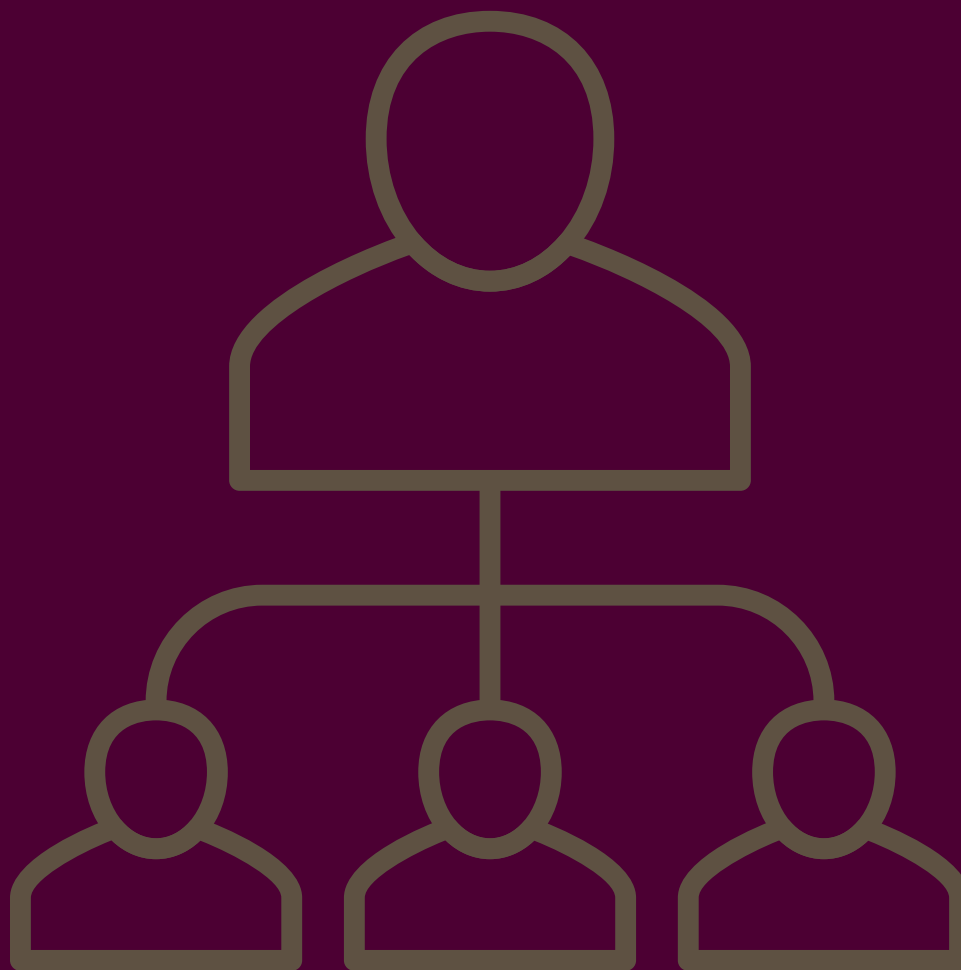
Fuente:

Asamblea General de las Naciones Unidas. (2006, 6 de julio)

Arlette Contreras. (s.f.)

¿Y por qué perpetúan?

La subordinación de las mujeres se sostiene en la explotación laboral, el control de la sexualidad y la reproducción, las normas culturales desiguales, las estructuras estatales y la violencia, que es a la vez causa y consecuencia de esa desigualdad.



Fuente: Asamblea General de las Naciones Unidas. (2006, 6 de julio)

Sin embargo...
¿qué sucede si
desde nuestra propia casa o
nuestro propio círculo social
no nos respaldan,
no nos protegen,
o siquiera nos educan en
Igualdad de Género?



“No salgas sola”

“Las niñas no juegan a fútbol”

“Las niñas no tienen mal carácter”

“Encontrarás al hombre de tus sueños en el futuro, con quien te casarás y formarás una bonita familia”

“No quiero que salgas con tus amigos esta noche”



“No te enfades con él, seguro que solo quiere protegerte. Él te quiere mucho y es normal que se ponga celoso de que salgas con nosotros”



Se normalizan las desigualdades: lo injusto parece natural, y cuesta reconocerlo como problema.

Se minimiza la violencia: las conductas dañinas se disfrazan de “costumbre”, “así es la vida” o “así nos educaron”.

Se repiten los patrones: sin modelos alternativos, lo aprendido se reproduce en nuevas relaciones o generaciones..

Se experimente culpa o miedo al romper el ciclo: querer huir o construir otra vida puede generar sensación de “traición” o de no pertenecer.

Pero si optamos por romper el ciclo, y huir de situaciones de violencia

SÍ EXISTEN redes de apoyo fuera del círculo inmediato: amistades conscientes, colectivos, escuelas, organizaciones y espacios de reflexión donde sí se fomenta la igualdad y el cuidado mutuo.

Aunque el hogar o nuestro círculo más cercano no brinde esa base, sí es posible desaprender y elegir un camino distinto, pero requiere consciencia, apoyo externo y, muchas veces, un proceso de sanar.

Bibliografía

Asamblea General de las Naciones Unidas. (2006, 6 de julio). Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer: Informe del Secretario General (A/61/122/Add.1). Naciones Unidas.

Choque Arando, I., & Gutiérrez García, A. (2021). Barreras para salir de la violencia de género en relaciones de pareja: Percepción desde las defensorías de las mujeres. *Revista Ciencia, Tecnología e Innovación*, 19(2), 71–86.
<https://revistas.usfx.bo/index.php/rcti/article/view/473>

FRA, EIGE, & Eurostat. (2024). EU gender-based violence survey – Key results. Experiences of women in the EU-27. Publications Office of the European Union.

Guía de la buena esposa. (1953). Maalla.
<http://www.maalla.es/Libros/Guia%20de%20la%20buena%20esposa.pdf>

Mascia, C. (2025, julio 25). Cuidar, nutrir, obedecer: la mujer según Chicharito. *El País*. Recuperado el 23 de agosto de 2025, de <https://elpais.com/opinion/2025-07-25/cuidar-nutrir-obedecer-la-mujer-segun-chicharito.html>

Ministerio de la Mujer (Paraguay). (2024, 5 de noviembre). [Gráfico sobre las fases de la violencia contra la mujer] [Archivo de imagen]. En Conocé en qué consiste cada fase de la violencia contra la mujer. <https://mujer.gov.py/conoce-en-que-consiste-cada-fase-de-la-violencia-contra-la-mujer/whatsapp-image-2024-11-05-at-1-18-05-pm/>

Poder Judicial de Mendoza, Dirección de la Mujer, Género y Diversidad. (2022, 28 de octubre / actual. 2023, 22 de abril). [Ilustración del ciclo de la violencia en la pareja] [Ilustración]. En Ciclo de la violencia en la pareja. <https://jusmendoza.gob.ar/ciclo-de-la-violencia-en-la-pareja/>

Sardinha, L., García-Moreno, C., & Devries, K. M. (2022). Global, regional, and national prevalence estimates of physical or sexual, or both, intimate partner violence against women in 2018. *The Lancet*, 399(10327), 803–813. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02664-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02664-7)

Wikipedia contributors. (s.f.). Arlette Contreras. En Wikipedia. Recuperado el 23 de agosto de 2025, de https://es.wikipedia.org/wiki/Arlette_Contreras