

Conceptualización violencia de género y sus formas de manifestación



¿Qué es la violencia?

La violencia es todo acto, conducta u omisión que causa daño físico, psicológico, sexual, económico o social a una persona, afectando su bienestar, su dignidad y sus derechos.

Implica el uso de la fuerza, la intimidación o el poder para controlar, dominar o someter a otra persona, grupo o comunidad.

¿Qué es la violencia intrafamiliar ?



La violencia intrafamiliar es todo acto de maltrato físico, psicológico, sexual, económico o patrimonial que ocurre dentro del hogar, ejercido por una persona contra otra con la que mantiene o mantuvo una relación familiar, de pareja o de convivencia.

No se limita a la pareja: puede afectar a niños, niñas, adolescentes, personas adultas mayores o cualquier miembro del núcleo familiar

- Se desarrolla en el **ámbito privado o familiar** (hogar o entorno cercano).
- Está vinculada a **relaciones de poder y control**.
- Puede ser **cíclica**: tensión → agresión → reconciliación → nueva violencia.
- Tiene consecuencias físicas, emocionales, sociales y económicas.
- Muchas veces se **oculta por miedo, vergüenza o dependencia**.

Violencia de género

La violencia de género se entiende como cualquier acto de violencia física, psicológica, sexual, económica, patrimonial o simbólica que se ejerce contra una persona en razón de su sexo o género, y que tiene como objetivo mantener o reproducir relaciones de desigualdad, dominación y control.

Se basa en estructuras socioculturales que históricamente han asignado roles, estereotipos y jerarquías desiguales entre hombres y mujeres, lo que genera una situación de vulnerabilidad para quienes son considerados en posición subordinada, en su mayoría mujeres y niñas.

- **No es un hecho aislado**, es continuo e intensional, es un problema social y estructural.

- Surge de **patrones culturales, históricos y sociales** que legitiman la subordinación de un género frente a otro.

- Se manifiesta en diferentes ámbitos: **familiar, laboral, comunitario, educativo, institucional y digital**.

- Su impacto va más allá de la persona afectada, afectando a la **familia, comunidad y sociedad en general**.

- Es reconocida por organismos internacionales (ONU, OMS, CEDAW) como una **violación de los derechos humanos** y un obstáculo para la igualdad y el desarrollo.

Pero... ¿ Por qué existe la violencia?

Biológicas y evolutivas



Psicológicas



Sociales y culturales

Políticos y estructurales

Filosóficas y éticas



Mitos más comunes sobre la violencia de género

1. “La violencia de género ocurre solo en familias pobres o con bajo nivel educativo”

Falso: se presenta en todos los niveles socioeconómicos, culturales y educativos.

2. “Si la mujer no se va, es porque le gusta la violencia”

Falso: muchas mujeres no pueden salir por miedo, dependencia económica, amenazas contra sus hijos o falta de apoyo.

3. “La violencia de género es solo física”

Falso: también existe violencia psicológica, económica, sexual, patrimonial y simbólica.

4. “El hombre violento no puede controlar su ira”

Falso: la violencia no es pérdida de control, es una forma de ejercer poder y dominio.

5. “Si la mujer provoca, se lo merece”

Falso: nada justifica la violencia, la responsabilidad siempre es del agresor.

6. “Los agresores son enfermos mentales o adictos”

Falso: la mayoría de agresores no tienen un trastorno mental; usan la violencia como estrategia de control.

7. “La violencia de género es un asunto privado de pareja”

Falso: es un problema social y estructural que afecta los derechos humanos de las mujeres.

8. “Los hijos no se dan cuenta de la violencia”

Falso: los niños y niñas perciben la violencia, sufren traumas y repiten patrones de comportamiento en su vida adulta.

9. “Con pedir perdón se soluciona”

Falso: el ciclo de la violencia muestra que tras la “luna de miel” vuelve la agresión, a menudo con más fuerza.

10. “Denunciar destruye a la familia”

Falso: lo que destruye a la familia es la violencia; denunciar busca proteger la vida y la integridad de la víctima.

Violencia de género y migración

La vulnerabilidad de las mujeres migrantes se refiere a la serie de riesgos, desigualdades y limitaciones que enfrentan debido a la combinación de su condición de género y su estatus migratorio.

Estos factores se intersectan y generan situaciones de mayor exposición a la discriminación, exclusión y violencia.

1. Factores estructurales

Desigualdad de género: muchas migran desde contextos donde ya sufren discriminación por ser mujeres.

Precariedad económica: suelen insertarse en trabajos informales, mal pagados o sin protección laboral (servicio doméstico, maquila, agricultura).

Barreras legales: dificultad para obtener residencia, permisos de trabajo o acceso a la justicia.

2. Riesgos durante la migración

Violencia de género: mayor exposición a violencia sexual, trata de personas, explotación laboral o matrimonial.

Inseguridad en las rutas migratorias: extorsiones, abusos por parte de traficantes o incluso autoridades.

Falta de redes de apoyo: viajan solas o con hijos, lo que aumenta la carga emocional y económica.

3. Vulnerabilidad en el país de destino

Discriminación múltiple: por género, origen étnico, nacionalidad y estatus migratorio.

Acceso limitado a servicios: dificultades para entrar a sistemas de salud, educación o protección social.

Sobrecarga de cuidados: asumen responsabilidades familiares (cuidado de hijos, adultos mayores) además de trabajar, con poco apoyo.

Aislamiento social: barreras idiomáticas y culturales que dificultan la integración.

4. Impactos psicosociales

Estrés y ansiedad por la inestabilidad legal y económica.

Duelos migratorios: pérdida de su comunidad, separación familiar y ruptura de proyectos de vida.

Revictimización: cuando no son escuchadas o atendidas adecuadamente en instituciones.

5. Necesidades clave para disminuir la vulnerabilidad

1. Acceso a documentación y regularización migratoria.
2. Protección contra la violencia de género en todas las etapas de la migración.
3. Programas de apoyo psicosocial y económico adaptados a su realidad.
4. Redes comunitarias y de sororidad que brinden acompañamiento y seguridad.
5. Políticas inclusivas que garanticen derechos laborales, de salud y educación.

➤ ¿Cómo detectar si soy víctima de violencia de género?

Señales emocionales y psicológicas

Señales conductuales

Señales de violencia física

Señales de violencia sexual

Señales de violencia económica



Formas de manifestación

Física: golpes, empujones, uso de objetos para causar daño.

Psicológica: insultos, humillaciones, amenazas, aislamiento.

Sexual: violación conyugal, imposición de prácticas sexuales.

Económica/patrimonial: control del dinero, privar de necesidades básicas.

Negligencia: abandono o descuido, especialmente hacia menores o adultos mayores.

Principales derechos fundamentales

Derechos civiles y políticos

Derecho a la vida y a la integridad personal (nadie puede quitarte la vida ni maltratarte).

Derecho a la libertad y seguridad personal (estar libre de detenciones arbitrarias).

Igualdad ante la ley y no discriminación.

Libertad de expresión, opinión e información.

Libertad de pensamiento, conciencia y religión.

Derecho a participar en la vida política (votar, ser elegido, asociarse).

Derecho a la privacidad y a la protección de datos personales.

2. Derechos económicos, sociales y culturales

Derecho al trabajo digno y a condiciones justas.

Derecho a la educación.

Derecho a la salud y a la seguridad social.

Derecho a un nivel de vida adecuado (alimentación, vivienda, vestido).

Derecho al descanso y tiempo libre.

Derecho a la cultura y al acceso al conocimiento.



En caso de estar viviendo violencia de género, busca.

1. red de apoyo personal- informal: familia, amig@s, vecinos solidarios, otros

2. Espacios sociales colectivos: mujeres organizadas, asociaciones que trabajan con mujeres, grupo de mujeres feministas, otros

3. Red institucional

Es la más formal y con respaldo legal:

- a. Policía y líneas de emergencia (ej. 911 en Costa Rica).
- b. Ministerios de la Mujer / INAMU (en Costa Rica, línea 2527-3761).
- c. Servicios de salud (hospitales, clínicas, psicólogos).
- d. Poder Judicial (denuncias, medidas de protección).
- e. Trabajadores sociales y defensorías de los habitantes o de los derechos humanos.

¿Cómo activar una red de apoyo?

- *Identifica a personas o instituciones confiables a las que puedas acudir.
 - *Crea un plan de emergencia (números de contacto, lugar seguro).
 - *Busca acompañamiento psicológico para sanar y fortalecer tu autoestima.
 - *Conecta con organizaciones de mujeres que brindan acompañamiento especializado.
-