



U NIVERSIDAD
I NSURGENTES

Plantel Xola

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CON
INCORPORACIÓN A LA U.N.A.M. CLAVE 3315-25

"LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR COMO
FACTOR PARA EL DESARROLLO DE
ANSIEDAD EN MUJERES"

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
PRESENTA:

C. GARDUZA JIMENEZ AURORA VIANEY

ASESORA: LIC. CLAUDIA MONICA RAMIREZ HERNÁNDEZ



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

Hoy, veo concluido este proyecto y es por esto que considero que el terminar la licenciatura no fue algo fácil y no lo hubiera logrado sin el apoyo de Dios que siempre me brindó y la fortaleza necesaria para seguir adelante...por esto y mas...GRACIAS

Agradezco a mi familia y muy especialmente a mi madre, quien siempre confió en mí y quien me enseñó a ser responsable y fuerte. Es por esto que dedico este trabajo a la mujer que siempre me ha apoyado incondicionalmente: mi madre... Gracias mamá porque me heredaste el tesoro mas valioso que pueda dársele a una hija: el sacrificar gran parte de tu vida para formarme y educarme, y porque tu ilusión era convertirme en una persona de provecho, gracias a ti porque nunca podré pagar todos los desvelos ni el apoyo brindado a lo largo de todos estos años...por todo tu esfuerzo...
...GRACIAS MAMÁ.

De igual manera, como muestra de mi cariño y agradecimiento por todo el amor y el apoyo brindado, dedico este proyecto, al hombre que durante estos años siempre ha estado a mi lado dándome ánimos y entregándome su confianza en que lograría finalizar esta meta... Gracias Erik por la orientación que siempre me has otorgado, por tu amor, amistad y cariño.

Gracias a mi familia que aun estando lejos, me ha brindado su apoyo y su tiempo...Gracias a mi Tía Reyna Garduza y a mi Tío Jesús Arenas, que aún sin su presencia física me sigue apoyando como siempre lo hizo, gracias a mis primas Reyna Margarita y Beatriz, a mis primos Manuel y José Luis Arenas Garduza, quienes me han brindado su atención, tiempo y cariño y a todos mis primos con quienes siempre he compartido momentos inolvidables.

Agradezco el apoyo brindado a la asesora Lic. Claudia Ramírez Hernández para la realización de esta investigación y por haberme dado acceso, a un mundo nuevo al ser mi guía e impulsarme en mi crecimiento y desarrollo personal, a la Dra. Rebeca Oñate Galván por darle seguimiento a esta evolución analítica brindándome fortaleza para emprender nuevos caminos y por lo tanto, nuevas decisiones, al Lic. Juan Manuel Romero Aranzolo por dedicarme su tiempo, apoyo y orientación en todo momento y a mis maestros, ya que sin su ayuda, no hubiese sido posible este proyecto.

Gracias a mis amigos por su cariño y consejos... y es por este motivo que deseé dejar plasmado en este trabajo, los nombres de algunos de ellos, que tanto en buenos y malos momentos siempre estuvieron a mi lado: Jessica, Liliana, María Elena, Gabriela Patricia, Melisa, Cesar Alfonso, Lisbet e Itzel y de igual, forma a todos mis compañeros de UIN...GRACIAS.

INDICE

Resumen	
Introducción	1
I. Marco Teórico	
1. Violencia Intrafamiliar	
1.1 Antecedentes Históricos	5
1.2 Definición de Violencia y Violencia Intrafamiliar	9
1.3 Diferencia entre Agresión y Violencia	11
1.4 Modalidades de la Violencia Intrafamiliar.....	13
1.5 Causas de la Violencia Intrafamiliar.....	18
1.6 Desarrollo de la Violencia Intrafamiliar	23
1.7 Teorías sobre la Violencia	28
1.7.1 El Proceso del Aprendizaje Social	28
1.7.2 Un Enfoque Feminista	30
1.7.3 El Mandato Genético	31
1.7.4 El Enfoque Psicoanalítico	31
1.8 La Víctima	33
1.8.1 Consecuencias de la Violencia a Nivel Individual.....	42
1.9 El Agresor	43
1.10 Impacto Emocional de la Violencia en el Niño	55
1.10.1 El Padre	57
1.10.2 La Madre	58
1.11 Régimen jurídico de la Violencia Intrafamiliar	59
1.12 Estudios sobre la Violencia Doméstica en México	62
2. Ansiedad	
2.1 Antecedentes Históricos de la Ansiedad.....	68
2.2 Definición de Ansiedad	71
2.3 La Ansiedad como Tal	73
2.4 Miedo y Ansiedad	78
2.5 Estrés y Ansiedad	78
2.6 Angustia y Ansiedad	81
2.7 Menopausia y Ansiedad	83
2.7.1 Los Síntomas de la Menopausia	84
2.8 Ansiedad Positiva (Normal) y Ansiedad Negativa (anormal).....	85
2.9 Teorías sobre la Ansiedad.....	88
2.9.1 Modelo de los Tres Sistemas o tripartito de la Ansiedad de Lang	88
2.9.2 La Ansiedad desde el Modelo Médico	88
2.10 Enfoques sobre los Modelos Psicológicos sobre la Ansiedad	89
2.10.1 Teoría Psicoanalista	89
2.10.2 Modelo Cognitivo-Conductual	89

2.10.3 El enfoque Constructivista	90
2.10.4 La Ansiedad desde la Visión Social	91
2.11 Manifestaciones de la Ansiedad	92
2.12 Desencadenantes Ansiosos	95

3. La Mujer

3.1 Antecedentes Históricos de la Mujer	99
3.1.1 La Condición de la Mujer desde el Paleolítico hasta el siglo XX	99
3.2 Iglesia vs Mujer	105
3.3 La Educación Femenina	110
3.3.1 La Educación en las Niñas	114
3.3.2 la Educación en los Niños	115
3.4 Teorías sobre la Inferioridad Femenina	117
3.4.1 La Versión Tradiconalista	118
3.4.2 Teoría Biológica	119
3.5 El Uso sexista del Lenguaje	120
3.5.1 El Uso del Femenino y del Masculino	121
3.6 La imagen de la Mujer en los Tiempos Modernos.....	124
3.7 ¿Cómo está Estructurada ésta Sociedad?	126
3.7.1 ¿Qué Mensajes se Transmiten?	126
3.8 Propuestas para una Equidad de Género	129

II. Metodología

1. Planteamiento del Problema	134
2. Objetivo.....	134
3. Hipótesis.....	134
4. Variables	135
5. Definición Conceptual	135
6. Definición Operacional	135
7. Muestra	136
8. Muestreo	136
9. Criterios de Inclusión y Exclusión	136
10. Diseño de investigación	137
11. Tipo de Investigación	137
12. Instrumento	137
13. Procedimiento.....	138
14. Análisis Estadístico	139

III. Resultados	141
III.I Discusión de Resultados	152
IV. Conclusiones	159
IV.I Alcances y Limitaciones	161
Bibliografía	163
Anexos	168

RESUMEN

El objetivo de ésta investigación fue medir los niveles de ansiedad en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar con edades entre 20-60 años, utilizando el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), estandarizado para población mexicana por la Universidad Autónoma de México.

La muestra estuvo formada por 46 mujeres tomadas de un centro gubernamental de atención a víctimas de violencia intrafamiliar, divididos de la siguiente manera: primero se procedió a realizar 3 grupos de edad y 1 con respecto al tiempo de relación con la finalidad de hacer una comparación entre estos y posteriormente las 46 mujeres se dividieron en casadas y solteras.

Los resultados obtenidos en la Escala de Ansiedad de Beck fueron analizados de acuerdo a los criterios del mismo, los cuales indicaron que existen diferencias significativas en el nivel de ansiedad en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, dando como resultado nivel de ansiedad severo en mujeres casadas con tiempo de relación que va de 151-468 meses (12.6-39 años) mientras que en las casadas el nivel de ansiedad fue moderado con un tiempo de relación que va de 6 - 150 meses (6 meses- 12.5 años).

Por lo que se concluye en esta investigación, que la violencia intrafamiliar es un factor para desencadenar niveles altos de ansiedad, teniendo como consecuencia síntomas como entumecimiento u hormigueo, oleadas de calor o bochornos, inseguridad y dificultad para respirar

INTRODUCCIÓN

Para comprender el fenómeno de la violencia doméstica, resulta imprescindible comenzar por el análisis de los factores que la legitiman culturalmente. Desde siempre las creencias y los valores acerca de las mujeres y de los hombres han caracterizado una sociedad patriarcal que define a los varones como superiores por naturaleza y les confiere el derecho y responsabilidad de dirigir la conducta de su mujer. Estas actitudes y valores, que echaron raíces a través de los siglos, se traducen en estructuras sociales particulares: por ejemplo la división del trabajo, las políticas institucionales y la discriminación de la mujer.

Algunas premisas, que son constitutivas de creencias, siguen siendo sostenidas por amplios sectores de la población. Entre ellas destacan las siguientes:

- Que las mujeres son inferiores a los hombres.
- Que el hombre es el jefe del hogar.
- Que el hombre tiene derechos de propiedad sobre la mujer e hijos y...
- Que la privacidad del hogar debe ser defendida de las regulaciones externas.

Los estereotipos de género, transmitidos y perpetuados por la familia, escuela, medios de comunicación, etc, sientan las bases para el desequilibrio de poder que se plantea en la constitución de sociedades privadas, tales como las que están representadas por el noviazgo, matrimonio o convivencia.

Un sistema de creencias sostenido en tales premisas tiene como consecuencia inmediata, la noción de que un hombre tiene el derecho y la obligación de imponer medidas disciplinarias para controlar el comportamiento de quienes están a su cargo. Aún cuando se modifiquen

las leyes, los comportamientos tienden a seguir siendo regulados por esta normativa cultural que legitima el uso de la fuerza como “método correctivo” y como instrumento de poder dentro de las relaciones privadas.

Por lo anterior, la violencia Intrafamiliar hacia las mujeres, es considerada, actualmente como uno de los actos más destructivos que existen, dando como resultado, repercusiones físicas y psicológicas que le van a impedir una vida sana y adecuada, es por esto que, en los últimos años ha ido en incremento y de acuerdo a cifras del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), una de cada cuatro mujeres en el Distrito Federal manifiesta que ha sufrido algún tipo de violencia. El 82 por ciento de las receptoras y los receptores son mujeres, mientras que el 18% restante son hombres; lo que significa que 4.6 mujeres viven violencia familiar por cada hombre en la misma situación.

En lo que a grupos de edad se refiere, las mujeres que resultan más afectadas son aquéllas que están entre los 18 y los 35 años (50%). Un dato relevante del INEGI es que los grupos más vulnerables, en el caso de mujeres, son aquéllas con 18 a 34 años de edad (48%).(Corsi, 2003).

Este tipo de violencia, suele definirse como “todo acto u omisión que atenta contra la integridad física, sociológica o sexual y moral de cualquiera de los integrantes de la familia” (Whaley, 2001), por lo que ahora puede considerarse que la violencia intrafamiliar ha existido durante mucho tiempo, sin embargo nos hemos desarrollado en una sociedad en la que aparentemente no pasa nada, se niega o simplemente no se le llama por su nombre a la violencia , creyendo que las mujeres son completamente felices y tranquilas, quienes, de esta manera han aprendido a vivir la violencia como algo normal en sus relaciones y sufriendo, como una “característica” de su relación de pareja.

Es por esto, que este trabajo intentará acercarse a la realidad de muchas mujeres que experimentan violencia intrafamiliar de manera frecuente y dará a conocer los niveles de ansiedad que experimentan estas mujeres debido a la violencia que reciben, y que se encuentran debatidas a causa de esto, y por lo tanto ,no encuentran un apoyo para animarse a romper el círculo en el que se encuentran detenidas.

La violencia basada en el género o “violencia contra las mujeres” abarca muchos tipos de comportamientos físicos, emocionales y sexuales nocivos para las mujeres y niñas, que son practicados con más frecuencia por los miembros de la familia, pero a veces también por extraños.

Afirman, que hay factores de riesgo, como el abuso de alcohol y drogas, la pobreza y el hecho de presenciar o sufrir violencia en la niñez, que contribuyen a la incidencia y a la severidad de la violencia contra las mujeres.

Sin embargo, en general es un problema que obedece a múltiples causas, influido por factores sociales, económicos, psicológicos, jurídicos, culturales y biológicos.

Esta la investigación está conformado por 4 capítulos, donde en el primer capítulo se exponen 3 temas, el primero hace referencia a aspectos relevantes acerca de la Violencia Intrafamiliar como son: antecedentes, definición, modalidades, causas, teorías, etc., en el segundo tema se describen características de Ansiedad: antecedentes, definición, teorías, manifestaciones, etc. y en el tercer tema se hace mención acerca de la situación de la mujer desde tiempos remotos hasta la actualidad, incluyendo la educación que se le imparte y las teorías con respecto a la inferioridad femenina. Con respecto al capítulo 2, se encuentra la metodología a seguir en esta investigación, en el capítulo 3 de describen los resultados y por ultimo las conclusiones a las que se llegó en base a los resultados obtenidos.

CAPITULO I

VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

“Cuando los odios han salido a la luz, todas las reconciliaciones son falsas”

Anónimo

CAPITULO I.- MARCO TEÓRICO

1.- VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

1.1.- ANTECEDENTES HISTÓRICOS

La Violencia Intrafamiliar es tan antigua como los orígenes de la familia, pero se dice que sólo en las últimas décadas se denuncia como algo negativo y se buscan formas de sancionarla.

La familia es un espacio donde se hacen válidos los valores y derechos, sin embargo a lo largo de la historia se le han inculcado a las mujeres a pertenecer al hogar, cuidar a sus hijos, tener los que mande Dios, etc., así como su obligación era la de aceptar cualquier situación dentro de su hogar, (maltratos, humillaciones, etc.) y tenían que acatar lo que su esposo quisiera. (López, 2001).

La revisión de la agresión a la mujer en la historia nos muestra que ha pasado desapercibida y la situación actual se origina y justifica, en parte por dicha posición social, su ignorancia a través de tiempo, viene a ratificar el hecho de la negación o justificación por gran parte de la sociedad, como algo aprendido a través de su transmisión intergeneracional. La agresión a la mujer tiene origen ancestral que se remonta a los primeros momentos de la sociedad patriarcal y se dice que no fue manifestada en forma de conductas violentas frente a ellas, de este modo podríamos decir que la agresión a la mujer quizá sea la primera forma de agresión utilizada por el ser humano de forma sistemática para la obtención de objetivos no relacionados de forma directa con sus necesidades instintivas como la caza, lucha, defensa, mantener el territorio, etc.

Es por esto, que a continuación se describen los antecedentes de la imposición del hombre con respecto a la mujer y la manera en que ha ido evolucionando con el paso de los años, hasta la actualidad, ya que a pesar de la

“liberación femenina”, en nuestros días se sigue llevando a cabo la inferioridad femenina como parte de su vida diaria, como parte de la normalidad en que sigue viviendo la mujer: sometida a la autoridad y decisión del hombre. (Lorente, 1998).

Período prehistórico:

Durante el PALEOLÍTICO entre los 100.000 y los 35.000 a. de C. los seres humanos se organizaban en forma de comunidades cazadoras-recolectoras y presentaban una rudimentaria coordinación social posteriormente, entre 35.000 a 10.000 a. de C. hay diferenciación jurídico-social entre hombres y mujeres, dándose así, sociedades más numerosas y más complejas. El NEOLÍTICO se domesticaron plantas y animales y surgieron las primeras comunidades campesinas, lo que da lugar a una serie de transformaciones socio-económicas, con repercusión en los papeles y funciones realizadas por los hombres y mujeres, cada vez más personas de distinto sexo reiteran la idea de unidades familiares monogámicas, con patrimonio individualizado y con una división de funciones y trabajo entre mujeres y hombres.

Historia:

Edad antigua

En el imperio Romano la familia debió ser monogámica y patriarcal. Sin embargo se cree de la existencia de una organización matriarcal, el cual empezó a decaer con la civilización griega: la introducción de dioses en contraposición de una sola diosa. Se transformó a ésta misma de cualidades que le daban poder: guerrera, portadora de la justicia y el saber a una imagen con cualidades de sumisión, dependencia y maternidad.

Este imperio dicta las características del papel de hombres y mujeres y el desempeño por cada uno de ellos en la sociedad, así como su posicionamiento respecto al otro.

Constantino el Grande, primer emperador cristiano, obligó a ejecutar a su esposa por infidelidad, lo cual puso punto de partida para un período de atrocidades para la mujer dando, así, el primer paso para el castigo por la venganza privada, permitiendo al marido matar al amante, y al padre de la mujer a matar a ambos si los hallaba juntos. (López, 2001).

Edad Media

Predomina la posición del hombre: en casos de adulterio femenino, esterilidad femenina o delito contra la vida del marido, se privilegiaba al marido, permitiéndole matar a la esposa o no, o a su esclavización y venta. Persisten las diferencias entre hombres y mujeres a todos los niveles, destacando a nivel legal.

No se tiene en cuenta el testimonio de la mujer salvo en violación, abusos deshonestos, partos, trabajos femeninos, etc. Esto también se mantiene en el matrimonio. Para los hombres el matrimonio era cuestión de superioridad masculina y las mujeres en el matrimonio eran blanco de comentarios humorísticos.

La situación general de la mujer era desfavorable y las familias, acomodadas y humildes, favorecían más a los niños que a las niñas, sacrificando con más frecuencia a la recién nacida que al recién nacido. Si se violaba a una mujer se le acusaba de ser prostituta y era culpable. Maltratar físicamente a una esposa era un merecido castigo y significaba que un hombre controlaba su matrimonio, ya que era destinada para el matrimonio con una serie de funciones: tener y criar hijos, la salvación de su alma y la comodidad del marido.

Es así como se transmiten las imágenes y valores tradicionales a la siguiente generación de esposas y madres.

Edad moderna (siglos XVI-XVIII)

No hay modificación en la situación de la mujer. Se creía que en una violación, el embarazo era consentimiento por parte de la mujer, por lo tanto la mujer embarazada era condenada. La mayoría de las violaciones se sabe se produjeron en las clases media y baja de la sociedad, porque ésta población es más numerosa y porque en los grupos aristocráticos estos casos son ocultados por temor a perder el prestigio social. (López, 2001).

Edad contemporánea

Se sigue considerando a la mujer como un ser inferior, llevándola a ser marginal. La mujer que sufría una agresión era considerada como responsable de la misma, aun cuando afirman haber tenido que ceder a la fuerza. En el terreno del derecho penal se duda de la capacidad de la mujer.

El marido extrae su superioridad de la idea de fragilidad del sexo femenino. El marido debe ser considerado juez soberano y absoluto del honor de la familia, debe protección a su mujer y la mujer debe obediencia a su marido. El deber conyugal autoriza al marido a hacer uso de la violencia. Al final del siglo los tribunales insisten en que el marido no debe tratar a su mujer como una prostituta deshonrándola. (Lorente, 1998).

Ésta situación, que se viene presentando desde muchos años atrás, la han inculcado las madres de aquella época, ya que les decían que no importaba, que no dijeran nada porque de lo contrario, quién mantendría a sus hijos y a ellas mismas, se les inculcaba que aguantaran de manera silenciosa cualquier agresión y hacer sacrificios con tal de conservar un matrimonio y una familia.

En la actualidad y a partir de los años 70' se les da el nombre de mujeres golpeadas y después se le sustituyó por maltratadas, posteriormente se dio el

término de Violencia Doméstica, pero con el paso del tiempo se abrieron centros de atención de víctimas y se le cambió el nombre al de Violencia Intrafamiliar. (López, 2001).

1.2.- DEFINICIÓN DE VIOLENCIA Y VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

De acuerdo a la Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Familiar para el Distrito Federal (2002), la **violencia** es “aquel acto de poder u omisión recurrente, intencional, cíclico, progresivo y dirigido a dominar, someter, controlar o agredir física, verbal, psicoemocional o sexual, a cualquier miembro de la familiar dentro o fuera del domicilio familiar, que tenga alguna relación de parentesco por consanguinidad, tenga o lo haya tenido por afinidad civil, concubinato o mantenga una relación de hecho y que tiene por efecto causar daño”.

Según el Centro de Atención a Víctimas de Violencia Intrafamiliar de la Procuraduría de Justicia del Distrito Federal (CAVI), la **violencia** se define como “todos aquellos actos u omisiones que atentan contra la integridad física, sociológica o sexual y moral de cualquiera de los integrantes de la familia”. Haciendo referencia a las acciones, no sólo se señalan aquellas evidentes y que dejan huellas corporales, sino también se incluyen los actos que lesionan la integridad psicoemocional de los individuos, como la negligencia u omisiones, teniendo repercusiones en las dos esferas de los individuos: física y emocional, que se reflejan en estado de salud de quien las vive o en los casos extremos, de abandono. De acuerdo a ésta misma institución, para que el maltrato se defina como tal, existen cinco características inherentes:

1. Que sea recurrente y constante, no sólo único o aislado.
2. Que sea intencional.
3. Que implique un acto de poder o sometimiento: controlar a quien la percibe.
4. Tendencia a que cada vez sea mayor la gravedad de la lesión.
5. Su resolución sería a partir de recibir apoyo profesional.

(Whaley, 2001).

Según Antonio Ramírez (2004), por **violencia intrafamiliar** se entiende como la agresión o daño sistemático y deliberado que se comete en el hogar contra algún miembro de la familia, por alguien de la misma. Este daño se produce al violar o invadir los espacios de la otra persona, sin su permiso, para quitarle su poder y mantenerla desequilibrada, con el objetivo de dominarla y controlarla.

La Declaración de las Naciones Unidas define a ésta **violencia** como:
“Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada” (Veizeboer, et all 2003).

La **violencia intrafamiliar** se presenta cuando uno de los integrantes de la familia abusa de su fuerza, autoridad o de cualquier otro tipo de poder que tenga y violenta la tranquilidad de uno o varios de los integrantes de la familia, ya sea mediante agresiones físicas como golpes, cortadas o actos sexuales forzados, como de agresiones o amenazas y cualquier otra conducta que cause un daño físico o emocional. El abandono es otra forma de violencia y consiste tanto en no dar los cuidados como en no dar afecto.

Las manifestaciones mas frecuentes de la violencia en la familia se producen cuando las mujeres son golpeadas, violadas, insultadas, amenazadas, ignoradas y menospreciadas por su compañero o cuando en la pareja se golpean e insultan mutuamente, lo que hace que su autoestima disminuya así como la capacidad para relacionarse con los demás y la creatividad personal. (Berumen, 2003).

1.3.-DIFERENCIA ENTRE AGRESIÓN Y VIOLENCIA

El ánimo de dañar y transgredir el derecho de otra persona es una de las características de la violencia y se puntualiza que ésta, tiene como finalidad el afán de controlar.

Ejercer violencia significa imponer, obligar a una persona a hacer algo que no quiere y forzarla a realizar una conducta sin su consentimiento, también es violento obstaculizar las acciones de otros, impedirle a alguien hacer algo que desea. Jorge Corsi, ha señalado que el móvil de quien ejerce la violencia es someter y controlar a la otra persona. Inevitablemente se producen daños, pero lo que en realidad busca quien actúa de manera violenta es eliminar cualquier obstáculo al ejercicio del poder.

Siempre que hay violencia se producen daños o lesiones, aunque no se vean ni se reconozcan. Cuando hay violencia se transgrede el derecho de otra persona, es decir, toda violencia implica agresión.

Si solo se desea ocasionar un daño, no es necesario interactuar con la víctima. Se puede ir en contra del derecho del individuo sin que éste se encuentre físicamente presente. Corsi considera que la agresividad es “la capacidad humana para oponer resistencia a las influencias del medio y que tiene vertientes, fisiológicas, conductuales y vivenciales”. Para Baron y Richardson “es cualquier tipo de conducta que tiene la meta de lesionar o dañar a otro ser viviente, quien se ve motivado a evitar tal tratamiento”. (Corsi, 2003).

En todas las relaciones humanas, incluidas las que se dan en la familia, hay discrepancias y conflictos, lo cual, quiere decir, que no en toda relación existe violencia. El problema del asunto radica en la forma de resolverlos, a veces se pretende solucionar un conflicto por medio de la violencia: imponer una conducta a otra persona la somete y controla, pero no resuelve el conflicto, en lugar de desaparecer, el conflicto continúa y aumenta por la violencia.

Cuando se habla de sometimiento y control, el elemento fundamental es la voluntad. Por lo tanto ésta es nulificada, transgrede su voluntad.

Por esto, para que la violencia pueda presentarse se requiere de un desequilibrio previo, es decir, un esquema de desigualdad en el que haya un “arriba y un abajo”, reales o simbólicos, que adoptan la forma de modelos de conducta complementarios: padre-hijo, adulto-infante, hombre-mujer, etc.

Basta que una persona crea que otra tiene un poder superior para que se produzca el arriba y el abajo, por eso se dice que pueden ser reales o simbólicos. Esto se fortalece después de cada acto de sometimiento y control sobre la persona ubicada en el abajo.

Sin embargo, que la otra persona tenga realmente el poder no es tan importante; lo que resulta importante es que ella se lo crea, porque en esa creencia se sustenta la desigualdad. (Medina,2002.)

Un hecho muy frecuente en las relaciones de violencia conyugal es que las mujeres consideran que sus maridos son muy poderosos; están tan asustadas que llegan a pensar que si tratan de huir de casa, ellos las encontrarían u ocasionarles un daño grave con sólo proponérselo, y no es que invente algo que no exista o le confiera determinadas cualidades, la creencia de que el otro posee un poder determinado tiene un sustento. Lo que ella hace es percibirlo con una lente de aumento.

En conclusión se puede decir que la *violencia* es una conducta humana (acto u omisión) con la que se pretende someter y controlar los actos de otra persona, como consecuencia de ello se ocasiona un daño o lesión y se transgrede un derecho, se produce siempre en un esquema de poderes desiguales, donde hay un arriba y un abajo que pueden ser reales o simbólicos (Torres, 2001); mientras que en la *agresión* se opone resistencia a las influencias del medio y aunque tiene como

meta lesionar o dañar a otro ser viviente, no se ve involucrada la voluntad, el sometimiento y el control de éste.

1.4.- MODALIDADES DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

a).- Física:

La violencia física es una invasión al espacio físico de otra persona y puede hacerse de dos maneras: una es el contacto directo con el cuerpo de la otra persona y otra es realizar actos violentos alrededor de la persona (romper objetos delante de la persona, empuñar armas y disparar a su alrededor, golpear objetos, patear cosas) lo que afecta el estado emocional de la mujer agredida (Ramírez,2004).

Esta violencia es la más evidente e innegable, porque el daño producido se marca en el cuerpo de la víctima, aunque muchas veces no siempre se observa a simple vista.

Aquí, están incluidos golpes de cualquier tipo (pellizcos, jalones de cabello, cintarazos, inmovilización de la víctima) heridas, mutilaciones, métodos de tortura (aplicar descargas eléctricas, hundir la cabeza de la víctima en agua y mantenerla sumergida por cierto tiempo o agitar una botella de agua mineral para después liberar el líquido en las fosas nasales de la víctima) encierro, omisión (privar a alguien de alimentos, bebidas o medicinas e impedirle salir de su casa)y homicidios, deja una huella, aunque no siempre sea visible, a veces produce lesiones internas que sólo son identificables tras un período más o menos prolongado y que incluso llegan a ocasionar la muerte.

También implica el sometimiento corporal, ya sea porque el agresor utilice armas de fuego o punzocortantes, otro tipo de objetos o su propio cuerpo. Quien ejerce violencia física golpea con las manos, pies, cabeza, brazos, o con algún utensilio, inflinge heridas con chuchillos, navajas o pistolas. Muchas veces hay ataques específicos en los senos, genitales o el vientre.

Así, el maltrato físico puede clasificarse según la gravedad de las consecuencias producidas: levísima, leve, moderada, grave y muy grave (Torres, 2001). Los términos y los límites dependen de la apreciación legal del fenómeno o de las reglas para imponer una sanción o un castigo al agresor.

- *Violencia levísima:* Se refiere a las lesiones que tardan en sanar menos de quince días y por lo tanto no ponen en peligro la vida. Aquí entran las cachetadas, empujones, pellizcos y los golpes que de un moretón no pasan y que dura, cuando mucho, un par de semanas.
- *Violencia leve:* En este rubro se agrupan los actos cuyos efectos se curan en un lapso que oscila entre los quince días y los dos meses. Tampoco ponen en peligro la vida ni dejan un daño permanente. Aquí se clasifican los golpes con las manos o los pies, algunas fracturas y lesiones producidas con objetos.
- *Violencia moderada:* Produce consecuencias que tardan en sanar entre dos y seis meses. No pone en peligro la vida ni produce un daño permanente, pero deja cicatrices en el cuerpo. Algunas fracturas y heridas con armas punzocortantes, es relativamente común emplear cuchillos de cocina y desarmadores, entre otros utensilios caseros. En algunas zonas rurales las heridas causadas con machete pueden llegar a ser cosa de todos los días.
- *Violencia grave:* Se refiere al estadio inmediato anterior al homicidio en el que están las mutilaciones y las lesiones definitivas, como la pérdida de la capacidad auditiva o visual, atrofia muscular o de algún órgano. Las heridas que dejan una cicatriz permanente en el rostro están en un punto límite entre la violencia moderada y la grave.
- *Violencia muy grave:* El punto más alto de esta secuencia es el asesinato. Cuando se llega a este extremo, por lo general quien muere es la mujer, aunque en ocasiones quien muere es el mismo agresor o un tercero que trata de

intervenir como mediador del conflicto. En el primer caso, destaca que las mujeres asesinadas suelen tener una larga historia como víctimas, el homicidio es la culminación de una trayectoria de episodios violentos que comenzó tal vez con una cachetada o con algún otro acto de violencia leve y paulatinamente subió de intensidad. (Torres, 2001).

b).- Psicológica:

Este tipo de violencia requiere del uso de palabras para afectar y dañar a la mujer, hacerla creer que está equivocada o hablar en falso de ella. Existen varias formas de ejercer este tipo de violencia, como cosificar, degradar y amenazar. La mordacidad, la mentira, ridiculización, el chantaje, los sarcasmos relacionados con el aspecto físico, las ideas o los gustos de la víctima, el silencio, las ofensas, burlas, humillaciones, acoso, negación de los sentimientos, bromas hirientes, el aislamiento y las amenazas de ejercer son otras formas de ejercer esta violencia.

La forma más usual de violencia verbal consiste en amenazar a la mujer con promesas de violencia si ella intenta oponerse al hombre: “si me dejas te mato”, “vas a ver como te va...”, “ni se te ocurra”, etc.

Otra forma de violencia es degradar a la persona lo que disminuye el valor de la persona y le causa inseguridad en sus propias habilidades y en su valor como ser humano: “no vas a poder hacerlo”, “todas las mujeres son iguales”, etc.

Cosificar es otra forma de ser verbalmente violento, consiste en hacer sentir como un objeto sin valor a la persona, poniéndole sobrenombres o dirigiéndose a ella de manera despectiva: “eres una pendeja”, “te crees muy conocedora”, “la señorona” etc.

Estas formas de violencia son muy directas, pero hay otra forma que es agresión verbal indirecta. Cuando él dice o hace ruidos que ella no escucha o no

entiende. Susurrar para que ella no oiga es una forma de violencia verbal indirecta. Otras formas incluyen mentirle, cambiar el tema, hablar mal de ella con otras personas, criticarla negativamente, hacerle creer que está equivocada. Todas tienen el objetivo de degradarla, quitarle su humanidad y menospreciarla y forzarla a aceptar la imposición de la autoridad del hombre. (Ramírez,2004).

La noción de violencia psicológica es reciente, como tema de investigación y análisis y como denuncia de trasgresión de derechos. Quienes sufren violencia psicológica no sólo ven reducida su autoestima, sino que en muchas ocasiones sufren también alteraciones físicas, trastornos en la alimentación y sueño, enfermedades de la piel, úlceras, gastritis, jaquecas, dolores musculares, todo ello como respuesta fisiológica cuyo origen está en la esfera emocional. Quien ejerce violencia psicológica actúa con la intención de humillar, degradar, en pocas palabras, actúa para que la otra persona se sienta mal. Entre los medios utilizados pueden mencionarse las burlas, humillaciones, acoso, asedio o negación de los sentimientos de la pareja, dañando la estabilidad emocional de quien la recibe. (Torres,2001).

c).- Sexual:

Esta violencia se ejerce al imponer ideas y actos sexuales a la mujer que se realizan generalmente por medio de la violencia verbal. Es muy común que el hombre se jacte de tener muchas mujeres de acostarse con ellas, de decir piropos, llevar películas pornográficas y obligarla a verlas, etc. con el fin de menospreciar a su pareja y hacerla sentir que no vale. Este tipo de violencia también afecta emocionalmente, pues es una forma de castigo constante.

La violencia sexual, al igual que la psicológica y la física, tiene diversas manifestaciones. La más evidente es la violación, que consiste en la introducción del pene en el cuerpo de la víctima (sea en la vagina, ano o boca) mediante el uso de fuerza física o moral, es forzar a la otra persona a tener sexo con el hombre a pesar de la oposición de la mujer o niño (a) u hombre.

La violación rompe todas las defensas de la víctima y la deja totalmente desprotegida y destruye su concepto de sí misma. (Ramírez, 2004).

La violación es la forma más brutal y contundente de la violencia sexual pero no es la única. También se incluyen en esta categoría los tocamientos en el cuerpo de la víctima (aunque no haya penetración), el hecho de obligar a tocar el cuerpo del agresor y en general a realizar prácticas sexuales que no desea, burlarse de su sexualidad y acosarla. El hostigamiento sexual es una de las formas más extendidas de este tipo de violencia, cuyo blanco principal son las mujeres. (Torres, 2001).

El hombre cree que por tener una relación, no importa que estén casados o no, tiene derecho a hacer sexualmente lo que quiera, cuando quiera.

Para forzar el hombre usa diferentes formas, desde convencer con dinero o regalos hasta valerse de venganzas o amenazas, golpes e incluso llegar a matar a la víctima si ésta pone resistencia. La violencia sexual se lleva a cabo también cuando ellos no desean ser tocados, exponer su sexo a la persona que no quiere verlo o espiar a la otra persona cuando va al baño o cuando se está cambiando.

Esta forma de violencia tiene un impacto profundo en la víctima, porque invade todos los espacios de la persona. (Ramírez,2004).

Algunas leyes consideran que la penetración vaginal o anal con un objeto o con una parte del cuerpo distinta del pene también es una violación.La violencia sexual contiene la violencia psicológica y la física: siempre hay un sometimiento corporal (violencia física) y siempre se vulnera la integridad emocional (violencia psicológica). (Torres,2001).

d).- Económica:

La violencia económica se refiere a la disposición y al manejo de los recursos materiales (dinero, bienes, valores) sean propios o ajenos, de forma tal que los derechos de otras personas sean transgredidos. Así, quien ejerce violencia económica se apropia de los bienes de otra persona.

El ejemplo más claro de violencia económica es el robo, pero también están incluidos el fraude, el daño en propiedad ajena y, algo muy común en los casos de violencia familiar, la destrucción de objetos que pertenecen a la víctima. A veces estos objetos sólo tienen un valor sentimental, (por ejemplo una fotografía).

La violencia puede ser un acto o una omisión, un acto de violencia económica es robar o destruir un objeto, en tanto que una omisión puede consistir en la privación de los medios para satisfacer las necesidades básicas como alimentación, vestido, recreación, vivienda, educación y salud. (Torres, 2001).

Puede tratarse de apropiación o extracción del patrimonio del otro, control de ingresos, apoderarse de bienes inmuebles o muebles e incluso el despojo. (Whaley, 2001).

1.5.-CAUSAS DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Existen factores de riesgo que conllevan a que se origine la violencia intrafamiliar, entendiéndose por estos, como el conjunto de variables asociadas que son consideradas como predisponentes o determinantes para que se lleve a cabo la dinámica de maltrato en la familia. Algunos de ellos son:

Desempleo, pobreza, pérdida del rol de proveedor, estrés conyugal, insatisfacción laboral, tensión en el trabajo, alcoholismo, falta de apoyo social, consumo de alcohol o drogas por el agresor, su inadaptación a los roles de género o su frustración, al igual que la actitud de las mujeres de asumir el desafío de modificar

el comportamiento de sus esposos, el establecimiento de patrones tradicionales de relación y finalmente la repetición de comportamientos aprendidos en la infancia.

Haber presenciado o sufrido violencia en una etapa temprana de la vida es un factor que puede influir en el comportamiento posterior, pero no es el único determinante. Tanto los agresores como en las víctimas y en la forma de relación que establecen se dan, características que permiten rastrear algunos factores vinculados con la violencia. (Torres, 2001.)

Para hallar las causas de la violencia en el ámbito familiar, es necesario analizar la influencia de los modelos impuestos por la cultura patriarcal que sigue en nuestra sociedad, manipulando de esta forma los rangos sociales desde una política de género que afecta la distribución de trabajo, riquezas, derechos, responsabilidades, etc. Tanto en la sociedad en general como dentro de los hogares, se han creado mitos y estereotipos que tienden a avalar no sólo la desigualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, sino también, la violencia de que son víctimas éstas últimas por parte de sus maridos.

La situación de inferioridad de la mujer en nuestra sociedad es un hecho lamentable y real. Lo femenino ha sido desvalorizado y oprimido tanto en los hombres como en las mujeres.

Se han sobrevalorado las aptitudes y características masculinas, por lo tanto, las mujeres han sido mayores víctimas de la sociedad patriarcal, pero también los hombres han sufrido las consecuencias de sentirse presionados por su "virilidad" a desempeñar un rol estereotipado que sólo los condujo a perder gran parte de su sensibilidad, afecto o compromiso familiar.

Como resultado de dichos estereotipos, se produce una situación de violencia en la estructura social que ofrece un marco permisivo para el ejercicio de la violencia en el ámbito doméstico. (Corsi,2003). La cual, en los últimos años ha ido en

incremento y de acuerdo a cifras del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), una de cada cuatro mujeres en el Distrito Federal manifiesta que ha sufrido algún tipo de violencia. El 82 por ciento de las y los receptoras y receptores son mujeres, mientras que el 18% restante son hombres; lo que significa que 4.6 mujeres viven violencia familiar por cada hombre en la misma situación. En lo que a grupos de edad se refiere, las mujeres que resultan más afectadas son aquéllas que están entre los 18 y los 35 años (50%). Un dato relevante del INEGI es que los grupos más vulnerables, en el caso de mujeres, son aquéllas con 18 a 34 años de edad (48%).

Existen diferentes explicaciones que abarcan una amplia de factores considerados desencadenantes de la violencia, los cuales pueden agruparse en tres enfoques (Torres, 2001):

1. *El modelo individual:* Destaca aspectos personales de los sujetos implicados en una relación de violencia.

Se encuentra centrado en la persona y sus acciones. Desde este modelo se sostiene que cada persona es responsable de lo que hace, sea insultar, ofender, golpear, matar, violar, así como, cuando se trata de las víctimas de permanecer al lado de quien realiza estas conductas e incluso provocarlas. Tanto el agresor como la víctima tienen determinadas características en las cuales debe buscarse la causa de la violencia, para que ellos mismos puedan modificar el patrón de su relación.

Ubica los orígenes de la violencia en la propia persona que está envuelta en una relación concreta. Con este criterio, el episodio de violencia se ve de manera aislada y se busca su origen en circunstancias como la incompatibilidad de caracteres entre el marido y la mujer, la presión externa que afecta directamente a la familia (desempleo, problemas económicos), el alcoholismo o el consumo de drogas (esta es una de las razones más comunes en la violencia intrafamiliar), un deficiente autocontrol de la conducta, etc.

Sin embargo, existe la pregunta de si el alcohol provoca o no comportamientos violentos, es decir, si hay una relación entre el alcohol y la conducta violenta.

Muchos hombres únicamente maltratan o golpean cuando están borrachos ya que en sus cinco sentidos son amables, es por esto que el consumo de alcohol debe tomarse en cuenta, porque se considera como uno de los diversos factores que intervienen en la dinámica de la violencia, sin embargo no es determinante, ya que en incontables casos no se verifica esa conexión entre alcohol y violencia. Hay hombres abstemios que son violentos.

Algunos hombres se vuelven violentos sólo cuando ingieren alcohol, porque éste desinhibe, baja las defensas y permite que el individuo realice conductas que en otras circunstancias habría reprimido. El alcohol no produce la violencia: no es que no hubiera existido antes, sino que estaba reprimida. Además da una excusa para estos comportamientos.

2. *El modelo familiar:* Analiza la dinámica de las relaciones que establecen sus integrantes. Este modelo considera que la familia es un sistema en el que cada uno de sus integrantes desempeña una función. De ésta manera, los cambios que se produzcan en la vida de cualquiera de los miembros de la familia repercuten en los otros, aunque no se dirijan expresamente a ellos.

Si hay algún cambio, la familia funcional debe reorganizarse de tal forma que prevalezca la solidaridad del grupo y que los conflictos que surjan se resuelvan mediante el diálogo, la conciliación, la aceptación de las diferencias y el respeto a los demás, pero que no se recurra a la violencia.

Algunas características de las familias disfuncionales son:

- Falta de comunicación entre sus integrantes y desconocimiento mutuo.
- Distancia emocional de cada uno respecto a los demás y desinterés por lo que les suceda.
- Incapacidad para manejar los conflictos e incluso para hablar de ellos. Fingir que todo está bien, que no pasa nada y que no hay problemas, mientras el conflicto sigue profundizándose.
- Escasa o nula convivencia. Dificultades para mostrar afecto y para expresar las emociones ante los otros miembros del grupo.
- Relaciones y expectativas rígidas y autoritarias.
- Incapacidad de adaptación a circunstancias variables y en particular a los cambios que experimente alguno de sus integrantes.

El concepto de familia disfuncional permite entender la dinámica de los conflictos que se producen en los hogares.

3. *El modelo sociocultural*: Centra la atención en la estructura social.

El modelo social propone ver más allá del individuo y de la familia y analizar la conformación misma de la estructura social. De acuerdo con este enfoque, las causas de la violencia deben buscarse en las pautas de socialización, en los contenidos de la educación formal e informal, en los mensajes transmitidos en los medios, en la conformación de las instituciones, etc. Éstos son, los espacios donde tendrían que producirse cambios sustanciales para poder eliminar la violencia.

1.6.-DESARROLLO DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

A continuación se describen las etapas que se manifiestan para llevarse a cabo la violencia intrafamiliar (Ramírez, 2004):

Cuando un hombre violento o potencialmente violento, encuentra a una mujer, la ve como una pareja potencial y hace todo lo posible para conquistarla: finge amor, esconde su machismo, debilidades y problemas, muestra una personalidad diferente a la que realmente tiene.

Si bebe mucho alcohol, beberá moderadamente, si no tiene un concepto muy bueno de las mujeres le dirá lo contrario con la intención de hacerla creer que será una relación diferente. Él mismo llega a creer que hace todo esto por amor.

El hombre violento entra en la relación convencido de que todo lo que aprendió en su hogar y en su grupo social y cultural es la forma correcta de relacionarse, por lo tanto, espera que este esquema sea el que rijan su matrimonio. De éste modo, la violencia contra la pareja no empieza en el momento en que decide golpearla, sino desde que la controla y le miente para que se convierta en su pareja: esto es violencia emocional.

Desde el principio, este tipo de hombre trata de convencer a la mujer para que sea suya solamente, dando comienzo al control que ejercerá sobre ella en el futuro. El hecho de convencerla es una prueba de superioridad y masculinidad, ante sí mismo y la sociedad, al obligarla, en formas muy sutiles, a hacer lo que él quiere.

Cuando son novios, este tipo de hombre espera que ella cambie, (y de cierta manera la mujer también espera que él cambie), se conduzca como una novia que tiene responsabilidades con él: ya no puede coquetear ni salir sola, su relación con sus amigas cambia, tiene que esperar a que él la llame, no puede tomar decisiones por sí misma o hacer planes sin tener su consentimiento, etc.

Creyendo así, que es dueño del cuerpo, energía, acciones, pensamientos y sentimientos de la mujer, controlándola en un principio mediante la coacción emocional: no hablando con otros hombres. Muchas veces, la mujer se siente halagada por los celos que él demuestra y por eso responde a este tipo de coacción. Si ella responde como él quiere el problema estará aparentemente resuelto. Lo que ni él ni ella perciben es que esta relación se basa en un control que el hombre violento ejerce sobre su compañera.

La relación llega a un punto en que tiene que avanzar de acuerdo a las normas sociales, entonces se casan, se unen o se separan. Ya casados, el hombre violento puede dar a conocer sus verdaderas intenciones: él puede empezar a imponer abiertamente su papel autoritario, considerando que casarse es su oportunidad para poner en práctica su entrenamiento de ser el padre-jefe de la casa.

Generalmente durante los primeros meses o años el hombre no suele ser violento física o verbalmente con su pareja porque la novedad ayuda a que sean flexibles entre ellos y evitar la violencia. Sin embargo, en esta flexibilidad la mujer ya ha aceptado las imposiciones del hombre.

Ahora que él es padre, espera que todas las personas en su familia, especialmente “su mujer”, acepten su posición de controlador y regulador de la dinámica familiar. ***Constantemente tiene que comprobar que él es quien controla y que es hombre, pues su superioridad y mandato no existen en realidad.*** Su forma de comprobación es saber qué tanto puede regular o controlar las acciones propias y de otras personas. Ser regulador/controlador de las acciones propias y de otras personas se convierte en su función en la vida. (Ramírez, 2004).

En su libro “Cuando el amor es odio”, Susan Forward describe los clásicos comportamientos de la relación destructiva:

- El hombre violento adjudica el derecho a controlar la forma en que vive y se conduce su pareja.
- Para hacerlo feliz, la mujer renuncia a ver personas o realizar actividades que eran importantes en su vida.
- El hombre violento desvaloriza las opiniones, sentimientos y logros de su pareja.
- Cuando la mujer hace algo que le disgusta, él manotea, amenaza o castiga con un silencio colérico.
- La mujer siente que debe tentar el terreno y ensayar lo que le dirá para no disgustarle. Vive en un miedo constante.
- La mujer se confunde ante los cambios bruscos en él, que van del más dulce encanto a la más cruel cólera, sin algo que los prevenga.
- La mujer suele sentirse desorientadas o fuera de lugar al estar frente a su pareja.
- El hombre violento es sumamente celoso y posesivo.
- El hombre violento culpa a su mujer de todo lo que funciona mal en su relación. (Lammoglia, 2004).

Los movimientos, miradas, actitudes o palabras funcionan como detonadores que “encienden la pólvora”. Lo importante es que sean percibidos como amenaza y como activadores para el receptor, independientemente de la intención del emisor. ***Los ataques están motivados por algo más que el deseo de herir a la víctima, la verdadera motivación es el deseo de mostrar el poder sobre la otra persona a fin de construir su propia autovaloración.***

Los estudios demuestran que cuando un miembro de la familia ataca a otro, el fuerte victimiza al débil. Los miembros más poderosos de la familia son aquellos que tienen mayor fuerza física y la emprenden con los débiles. (Amato, 2004). Desde el momento en que se concibe a sí mismo como la autoridad, el hombre es violento

porque descarta la humanidad de otras personas, al no reconocer ni respetar su libertad. (Ramírez, 2004).

Es muy frecuente que el maltrato a la mujer atraviese tres fases, que han sido descritas en la “teoría del ciclo de la violencia” por la psicóloga estadounidense L. Walker (1989), que estableció un modelo de conducta que distingue las diversas etapas en el ciclo de la violencia contra la mujer. Se trata de un proceso que cumple determinadas etapas y nos permite comprender de qué manera una relación amorosa ingresa en la violencia y lo difícil que le resulta a la mujer golpeada romper este vínculo peligroso. Este proceso incluye tres fases: acumulación de tensión, exposición con violencia y arrepentimiento y la ternura.

a).- Fase de acumulación de tensión:

En esta primera fase, aparece abuso verbal continuado por agresiones de carácter leve y aislado, pero en progresión. La tensión y la irritabilidad van en aumento en frecuencia y severidad. La mujer va adoptando una serie de medidas para manejar el ambiente, adquiriendo mecanismos de defensa psicológicos. Por lo general, ésta acumulación, no es percibida por los demás, ya que sus amigos y colegas no suelen advertir señales. La mayoría de los victimarios cíclicos pasan por un proceso donde el temor y el sentimiento de indefensión, se intensifican tras la fachada de mal humor y preocupación. Es un estado de molesta excitación. El individuo está agitado, tenso, no puede relajarse y se siente dominado por una fuerza interior.

b).- Fase de explosión con violencia:

Cuando la tensión llega a su punto máximo, se desata la segunda parte del ciclo de violencia en el cual el hombre explota y utiliza la violencia física, emocional o sexual. Su meta es “dar una lección a su pareja”. Se caracteriza por una descarga incontrolada de las tensiones que se han acumulado durante la primera fase.

La falta de control y la mayor intensidad de la violencia y las lesiones diferencia a esta fase de los pequeños incidentes agresivos ocurridos con anterioridad, además es considerada la más breve del ciclo. Las consecuencias más importantes se producen en este momento, tanto en lo psíquico como en lo físico.

La mayoría de las mujeres no buscan ayuda inmediatamente después del ataque, a menos que haya sufrido importantes lesiones que requieran asistencia médica inmediata. La reacción más frecuente es permanecer aisladas durante las primeras 24 hrs tras la agresión, aunque pueden transcurrir varios días antes de buscar ayuda.

c).- Fase de arrepentimiento y ternura o “luna de miel”:

Comienza después que ha estallado la violencia y se ha disipado la tensión. El agresor manipula la afectividad de la mujer pidiendo perdón, prometiendo que va a cambiar y mostrándose muy complaciente. Se caracteriza por una conducta de extrema amabilidad y cariño por parte del agresor. La mujer asocia esta fase de arrepentimiento con la anterior de castigo y une el amor que siente por su compañero con la esperanza de que va a cambiar.

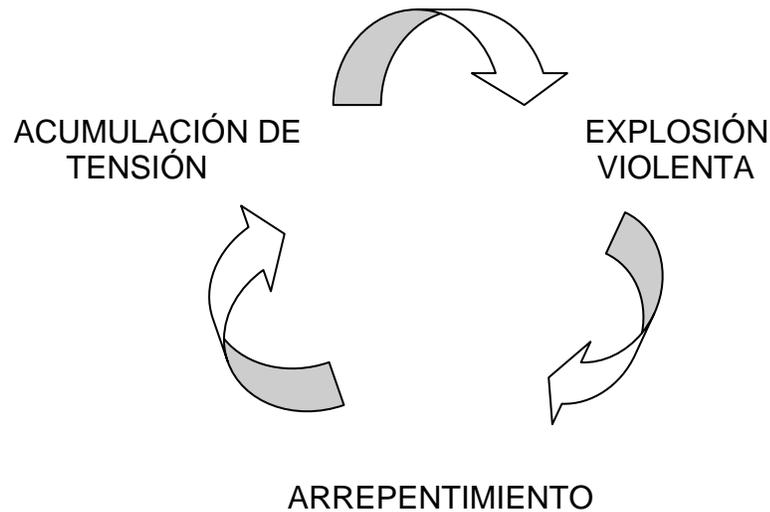
Esta fase integra un momento de confusión para la mujer, porque en este período experimenta los aspectos positivos de la relación. Además el agresor exterioriza su arrepentimiento y dice controlarse y no volver a llevar a cabo algo similar.

En muchas ocasiones el agresor involucra a familiares y amigos para que convezan a la víctima de que le perdone e incluso puede utilizar a los niños como excusa.

Ante la intervención del grupo social, la mujer se siente culpable de una eventual ruptura de la familia y de la propia situación del agresor, a quien supone que no puede abandonar en tales circunstancias. Esta fase termina con la negación: el

hombre minimiza las agresiones y pasa a culpar a la mujer de exagerar y de provocarle. Se trata del paso previo a un nuevo ciclo de agresión. (Sanz-Diez,2005).

CICLO DE LA VIOLENCIA



1.7.- TEORIAS SOBRE LA VIOLENCIA

Para explicar el comportamiento de la violencia, existen diferentes teorías que la explican, sin embargo en la presente investigación se hace mención a cuatro de ellos:

1.7.1.- El proceso del Aprendizaje social

Para Bandura, la mayor parte de la conducta humana se aprende observando a los demás. Este modelo sugirió considerar al ambiente como un ingrediente más que determina la conducta y que es consecuencia de ella, lo que hizo considerar a la personalidad como una interacción entre ambiente, conducta y procesos psicológicos de la persona.

Este autor considera que el aprendizaje por modelado es un medio de transmisión de valores, actitudes y reglas de pensamiento y conducta, incluyendo el

aprendizaje de las conductas violentas como un método rápido de resolución de problemas o de satisfacción, sorteando la baja tolerancia a la frustración y como forma de ejercer poder cuando la autoestima se ve amenazada. (Corsi, 2003).

Desde la niñez, la mujer y el hombre reciben la influencia de mensajes que modelan sus rasgos de personalidad, creencias, opiniones y modos de comportamiento. El aprendizaje social estudia como los hábitos se adquieren observando a los demás y como se mantienen debido a consecuencias sociales, llamadas recompensas. (Dutton, 1999).

El modelado que recibió el hombre violento, está basado en un modelo autoritario de poder donde el castigo es utilizado como método educativo y que lo puede conducir a resolver todos los problemas mediante la violencia, porque no posee otras alternativas, copian la violencia que observaron en su familia de origen. El hecho de haber observado como su padre golpeaba a su madre aumenta la probabilidad de que un hombre castigue físicamente a su esposa.

Desde niño, un varón aprende a responder agresivamente, entrenándose en deportes y juegos rudos. La violencia se incorpora en la estructuración de la masculinidad. Es en la familia donde se aprenden los modos de afrontamiento a las situaciones de crisis, el grado de compromiso y la responsabilidad. También de la calidad de relaciones el apego con las figuras parentales, del amor y la contención que brinden estos padres a sus hijos dependerá el desarrollo de sentimientos de seguridad y confianza en si mismos o por el contrario de inseguridad y desvalorización. (Amato, 2004).

1.7.2.- Un enfoque feminista

Para las feministas, un hombre golpea a su esposa porque espera tener el poder y ser el jefe. Esto es consecuencia del modo como los varones son educados que lo prepara para el “privilegio masculino”.

La causa de la violencia masculina hay que buscarla en la sociedad más que en los individuos. La familia es educada por un sistema de patriarcado orientado a otorgar a los hombres un poder mayor sobre las mujeres, por lo que las mujeres estarían controladas por los varones para beneficiarlos y satisfacer sus necesidades. (Dutton,1999), por esto se ha asumido la superioridad del hombre sobre la mujer y para mantener esa superioridad y dominio es necesario hacer uso de la violencia.

Cuando un hombre mantiene a una mujer desequilibrada, sin alternativas, desprovista de recursos económicos o intelectuales, desprovista de sus propias capacidades para satisfacerse a sí misma y tomar decisiones, cansada, exhausta de cuidar a toda la familia, lo que hace es preservar el patriarcado, perdurando así, a través de los años. (Ramírez, 2001).

Se argumenta que el derecho a la propiedad que los varones ejercen sobre las mujeres les otorga la potestad de abusar de ellas o de castigarlas. Tanto es así, que se dice que las palizas no comenzaron antes, sino después del casamiento. (Dutton, 1999).

Dobash y Dobash (en Kirkwood, 1999) afirman que los golpes son el producto de un sistema reflejado en leyes históricas acerca de la propiedad masculina y el matrimonio. Este abuso es más propio definirlo como “abuso a la mujer” o “abuso a la esposa” que como “violencia intrafamiliar”. Davidson (en Dutton,1999) piensa que los hombres, sintiéndose amenazados por el misterio de la inexplicable capacidad de la mujer de crear vida, hallaron medios legales de reprimir esa terrible fuerza.

Brownmiller (en Lorente ,1998), explica que la violación es un medio de controlar a las mujeres. No es necesario que a la mujer le prohíban el acceso a determinados lugares y ciertas horas para que ella los evite. En este sentido se afirma que la mujer vive bajo “un toque de queda simbólico”.

En realidad muchos análisis feministas sostienen que es erróneo atribuir a la psicopatología la agresión a las esposas, ya que la violencia deriva de las “pautas psicológicas y conductuales normales de la mayoría de los hombres”. Señalan que con demasiada frecuencia se toma en cuenta una niñez desamparada o el consumo de drogas para excusar a un trasgresor, absolviéndolo de sus faltas.

1.7.3.- El mandato genético

Esta disciplina sostiene que el comportamiento humano está codificado en los genes y se hereda. Según los sociobiólogos, un hombre golpea a su pareja para satisfacer el imperativo biológico de transferir sus genes a la generación siguiente.

Dado que la fecundación de la mujer es interna, el hombre debe copular con cuantas mujeres le sea posible y al mismo tiempo tiene que excluir a todo rival posible, o sea que debe formar un harén. Según este punto de vista, los celos que acompañan al maltrato se originan en la incertidumbre del hombre respecto de su contribución a la reserva de genes, contribución que las mujeres tienen asegurada. Esa duda masculina está en la base de las altas tasas de violencia e incluso el homicidio motivado por los celos. Ser abandonado por una mujer implica, la pérdida de una oportunidad de procrear. (Dutton, 1999).

1.7.4.- El enfoque psicoanalítico

La teoría psicoanalítica supone que hay una energía psíquica que forma parte de las pulsiones o que de alguna forma deriva de ellas, se le concibe en cierta forma análoga a la energía física pero no igual.

Freud (en González Núñez y Nahoul, 2005) en su texto “El porque de la guerra” sostenía: “hemos visto que una comunidad humana se mantiene unida a merced de dos factores: el imperio de la violencia y los lazos afectivos llamados identificaciones, desapareciendo uno de aquellos, el otro podrá posiblemente mantener unida a la comunidad”.

La violencia ha sido considerada como un mecanismo primario de autodefensa primario de un sujeto que se siente amenazado en sus límites y en lo que constituye a sus ojos el fundamento de su identidad, hasta de su existencia. El núcleo de la violencia parece residir en este proceso de de subjetivización, de negación del sujeto, de un sujeto que se ve tratado como un objeto bajo dominio, así existe una relación dialéctica entre la violencia y la inseguridad interna generando un sentimiento de vulnerabilidad del Yo, de amenaza sobre sus límites y su identidad (Jeammet, en González Núñez y Nahoul, 2005), una dependencia acrecentada de la realidad perceptiva externa para reaseguro y defensa del Yo mediante conductas de dominio sobre otro o sobre si mismo. En este sentido, se agrede para no sentirse confundido.

Más aún, el acto de violencia refleja una confusión complementaria: la creencia errónea de que un acto físico puede erradicar un estado mental de humillación y vergüenza que por si mismas se viven como destructivas. (Núñez y Nahoul, 2005).

En conclusión, se puede decir que desde cualquier punto de vista o cualquier teoría que se quiera dar la explicación a la violencia, existen dos partes: la victima y el victimario, las cuales son dos piezas que se complementan para llevar a cabo una dinámica en la que se desarrolle un circulo de violencia, por otro lado es de notar que en todos los casos siempre se llega al mismo objetivo...el dominar para demostrarse así mismo (por parte del agresor) que tiene el control y por el lado de la victima, sentirse dominada y controlada como parte de su dinámica en el circulo de la violencia.

“El hombre infla su propia autoestima en un proceso totalmente artificial, pero a su vez depende de la subordinada para mantener esos sentimientos de poder y grandeza. Cada uno depende del otro para satisfacer las necesidades originadas en el desequilibrio del poder”. (Ramírez, 2004).

1.8.- LA VÍCTIMA

Según Cristina Vila (Entel, 2002) la mujer golpeada “es aquella, que es víctima y experimenta violencia física, psíquica y/o sexual, ejercida por su marido, compañero o novio”. Es controlada permanentemente por su compañero, quien la obliga a realizar acciones que no desea o le impide llevar a cabo otras que desea.

Su familia de origen, la familia del esposo, los vecinos, los amigos, etc, le adjudican la responsabilidad de los malos tratos que recibe de su marido, cuestionan su rol femenino desde el estereotipo tradicional de género, aduciendo que ella no actúa como *buena mujer, buena esposa, buena ama de casa, porque no atiende su casa, a su marido y a sus hijos como debería hacer*, por lo cual se le atribuyen comportamientos que “provocaron el accionar del hombre violento”

Además la mujer carga con la obligación de mantener unido el hogar. Para ello fue criada y por tal motivo no debería romper ni alterar el orden establecido como natural, aunque esto conlleva al maltrato. Por lo tanto, quien denuncia al agresor es *culpable, porque destruye a la familia.*

A continuación se mencionan algunos predisponentes que están relacionados con la historia familiar de la víctima, para que de ésta manera, se ejerza la violencia en una familia:

- Fue una niña golpeada o abusada emocionalmente por la madre, el padre o ambos.

- Pudo haber sido víctima de incesto, violaciones o abusos sexuales provocados por miembros de la familia o personas muy cercanas.
- Fue testigo del sufrimiento de una madre golpeada y de ella aprendió el rol pasivo, la respuesta, el sometimiento a la violencia y todas las secuelas posteriores que deja la imagen materna como primer modelo.
- Pudo haber crecido en un hogar en el cual los varones tuvieron privilegios especiales, mejor trato, más libertad, más apoyo económico y más posibilidad para crecer y desarrollarse intelectual y laboralmente.
- Se paraliza y no atina con la actitud apropiada frente a lo que se dice o hace.
- Acepta y se somete a todo sin protestar ni discutir, si se queja de algo enseguida agacha la cabeza, prefiriendo la derrota, antes que el fastidio de él o una posible ruptura. (Amato, 2004).

De igual manera, existen tres dimensiones con respecto a la formación de una víctima:

- Dimensión conductual: La mujer maltratada suele ocultar su padecimiento conyugal, adopta conductas contradictorias, (denuncia el maltrato de su pareja y luego retira la denuncia). Tiene una conducta sumisa para no dar motivos para el maltrato. Una observación externa de su conducta muestra una persona huidiza, temerosa, que tiende al aislamiento, pero que cualquier estímulo externo puede provocarle una reacción emocional.
- Dimensión cognitiva: Esta mujer se percibe a sí misma como alguien que no tiene posibilidades de salir de la situación en la que se encuentra. Tiene una idea errónea acerca del poder de su marido. El mundo se le presenta hostil y piensa que nunca podrá valerse por sí misma.

Cuando el maltrato es muy grave y prolongado, puede tener ideas de suicidio u homicidio. El abuso emocional tiene como consecuencia que ella comience a verse a sí misma como inútil, tonta o loca, tal como el agresor le repite constantemente. Muchas veces puede dudar de sus propias ideas o percepciones.

Perfil psicológico de la víctima:

Las mujeres víctimas de la violencia no tienen un perfil uniforme, sin embargo algunos autores han establecido características comunes que suelen aparecer en él, integrando así, un perfil que determina una mayor tendencia a sufrir las consecuencias de una relación violenta o de dominación:

- **Aceptan la violencia como normal.** Asumen como propio los valores de la sociedad patriarcal y piensan que la sumisión de la mujer está dentro del orden natural de las cosas.
- **Su autoestima es muy baja.** Se perciben así mismas como inútiles, son inseguras, dudan de sus ideas y percepciones. Son presas de pánico y terror, perciben al mundo como hostil y piensan que no pueden valerse por si mismas, llevándolas a un sentimiento de fracaso personal. *Padecen depresiones, crisis de ansiedad* y trastornos de alimentación. La baja autoestima les impide tomar una decisión que termine con el ciclo de violencia.
- **Tienen sentimientos de culpabilidad.** Se consideran las responsables del buen funcionamiento del matrimonio y su ruptura. Se sienten culpables de las agresiones que justifica por no haber cumplido con sus obligaciones familiares, responsabilizándose así misma y transformando la agresión en un merecimiento personal del castigo, justificando todo lo que le ocurre.
- **Miedo a denunciar e impotencia por no saber como salir de la situación.** Padecen el síndrome de Indefensión Aprendida, que se produce cuando la mujer ha ido modificando su conducta para evitar sucesivas agresiones sin obtener ningún resultado positivo, lo que las lleva a una parálisis e inactividad, en el convencimiento de que hagan lo que hagan las agresiones continuarán, por lo tanto, ni denuncia ni da ningún paso para remediar su
- situación. Establecen como valor prioritario la permanencia de la familia por lo que recela toda ayuda que provenga de terceros.

- **Dependencia respecto del maltratador.** El maltrato al no ser continuo, sino intermitente, de castigo y refuerzo, crea una dependencia muy fuerte en la mujer. A pesar de ser maltratadas, las mujeres, a menudo, permanecen con su pareja violenta porque creen que las alternativas que tienen son peores a su situación.

Frecuentemente se engañan así mismas y se convencen de que las cosas no están tan mal, que es normal su situación y todas aguantan. (Sanz-Diez,2005).

El desempleo, también es considerado como característica común en las víctimas ya que se considera un factor desencadenante de reacciones depresivas, cuando las personas no pueden controlar su ambiente, surge en ellas una sensación de tristeza y desesperanza.

Es característico que tanto el agresor como la mujer hayan sido víctimas o testigos de malos tratos durante su infancia o adolescencia. Todo ello indica que la victimización conduce a la victimización, estableciéndose un círculo de violencia difícil de romper en cualquiera de sus fases. (Lorente,1998).

Diversas investigadoras de la violencia doméstica señalan que los siguientes comportamientos son los más habituales en la agresión psicológica de la mujer, (Garrido, 2001):

1. Me ha encerrado en casa o habitación.
2. Me ha impedido ver a mis familiares o amigos.
3. Me ha controlado el uso del teléfono.
4. Me ha insultado.
5. Me ha humillado en público y privado.
6. Me ha controlado el dinero.
7. Me ha presionado para que tenga relaciones sexuales con otros.
8. Ha intentado que crea que estoy mal de la cabeza.
9. Le ha dicho a otros que estoy mal de la cabeza.
10. Me miente y me manipula con frecuencia.

11. Asegura que soy un fracaso.
12. Me obliga a trabajar muchas horas en la limpieza de la casa.
13. Dificulta mi descanso.
14. Me obliga a tomar drogas o beber.
15. Es muy celoso.
16. Me llama siempre para controlarme.
17. Me impide trabajar y/o estudiar.
18. Procura siempre estar presente cuando estoy con otras personas.
19. Se niega a discutir los problemas cuando yo se lo exijo.
20. Me amenaza con matarme.
21. Me amenaza con hacer daño o llevarse a los niños o a mis familiares.
22. Me amenaza con suicidarse.

En nuestro país como en otros países, los medios de comunicación social, las instituciones públicas y las organizaciones de mujeres han contribuido a generar una imagen de la mujer maltratada como “víctima pura”: las mujeres maltratadas no son violentas y sólo usan la violencia en defensa propia, sufren formas extremas de violencia física separadas por períodos de continuo abuso emocional. También son descritas como aterrorizadas por su experiencia, siendo pasivas y subordinadas.

En muchas ocasiones, cuando estas mujeres acuden en busca de ayuda se encuentran con funcionarios y profesionales en espera de miedo y cuando en su lugar se encuentran con sentimientos de enfado e ira contra el agresor vuelven sus espaldas a las víctimas.

Las mujeres maltratadas son mujeres relativamente jóvenes (media de 32 años), casadas en su mayoría (el 70%), que han convivido con el marido durante un período bastante largo (una media de 10 años), que han sufrido el abuso durante una parte importante de su relación (una media de 7 años), con hijos (una media de 2 hijos) y que en su mayoría tienen una educación baja. (Medina, 2002).

La situación de permanencia en este tipo de relación depende de la mujer, el agresor y el abuso sufrido. Algunas mujeres que sufren agresión psicológica permanecen por sus convicciones religiosas, por mantener el estatus de vida, o porque se sacrifican por sus hijos o porque creen que esa vez será la última o porque viven en un mundo de resignación y no ven otra opción. (Torres, 2001).

La gran mayoría de los casos en los que las mujeres aguantan una relación así, puede explicarse del siguiente modo: una persona tiene el poder (el hombre) y es él quien decide cuando va a haber una agresión. La mujer no sabe que tiene que hacer para evitar una nueva situación de violencia pero sabe que después de lo malo (golpes, insultos, etc.) viene lo bueno (es amable, le regala cosas, le dice que la quiere mucho, etc.) y junto a ello la esperanza de que ésta vez será la última, que él cambiará. (Garrido, 2001.)

La dependencia económica, es otro de los factores que puede explicar algunos casos en los que la mujer maltratada permanece en compañía del hombre violento. Sin embargo, hay mujeres independientes, con profesional y medios propios de vida, que tienen una relación violenta y que continúan en convivencia de su agresor, incapaces de denunciarlo. Cuando se les ha preguntado a las mujeres víctimas de abuso emocional porqué no abandonan a sus parejas la respuesta es “porque no puedo”. Es aquí donde existe una enorme semejanza entre la dependencia a sustancias tóxicas y la dependencia a relaciones destructivas. Los adictos están enganchados a algo que los destruye y que, de no iniciar un tratamiento, los aniquilará.

Éstas mujeres dependen a tal grado de esa relación que, a pesar de vivir un auténtico infierno, no están conscientes de lo absurdo de su situación y son incapaces siquiera de pensar en darla por terminada, van de un lado a otro, sin que logren conocer los motivos de tales cambios del amenazante. Si acaso llegan a pensar en terminar la relación, no encuentran el valor para hacerlo. (Torres, 2001).

Otras padecen lo que se conoce como Síndrome de Estocolmo, donde una persona se convierte en esclava psicológica de otra. Es un proceso de identificación con el agresor: cuando la vida de una persona está en manos de otra, se dice que hay una salida psicológica que tiene la víctima para enfrentar su miedo a morir, piensa que si adopta el punto de vista del agresor está salvada. Depende de la voluntad del agresor decidir cuándo va a descargar el golpe. Este fenómeno alcanza gran intensidad solo cuando hay un lavado de cerebro, solo en situaciones de extrema opresión mental (con o sin golpes) puede darse. (Garrido, 2001).

Para que se presente el síndrome de Estocolmo, se requieren al menos las siguientes tres condiciones:

1. Una persona amenaza con matar o producir un daño considerable a otra y se percibe que tiene la capacidad de hacerlo. En las relaciones de maltrato, los hombres golpeadores no solamente amenazan sino que producen daños que al principio parecen, no son tan serios pero que van siendo cada vez más graves.
Si en algún momento sus víctimas pensaron “él no lo haría”, “sería incapaz de hacerme daño”, estas ideas se esfuman ante el primer episodio de golpes. A partir de entonces, las mujeres no sólo sospechan sino que saben que se encuentran en una situación de peligro progresivo.
2. La persona amenazada no puede escapar porque ha sido aislada del exterior. En el caso de las mujeres maltratadas, la dinámica de la violencia entraña un aislamiento que puede ser más simbólico que real: las mujeres están aisladas en el terreno emocional y a veces también el físico. Por coraje, ansiedad, culpa, vergüenza u otra razón, están cada vez menos comunicadas con sus amigas e incluso con su familia. Esto no es solo consecuencia sino una de las manifestaciones del maltrato psicológico.
3. La persona amenazadora muestra hacia la amenazada cierta amabilidad. La gentileza no es continua ni el maltrato permanente. Se va de un lado a otro, sin que la víctima conozca los motivos de tales cambios en el trato.

Por lo anterior, se puede relacionar a las víctimas de violencia con éste síndrome ya que, no muestran un pánico fuera de control sino una especie de miedo congelado. Al paralizarse, la mujer está invitando a su misógino a seguir maltratándola. **Las mujeres golpeadas se sienten desvalidas, con muy baja autoestima y elevados niveles de ansiedad y depresión.** Viven en un constante estado de estrés y padecen síntomas de depresión, los cuales pueden llevar hasta la muerte. (Torres, 2001).

Otro aspecto importante consiste en que la violencia aparece en ciclos que alternan con los de calidez, afecto y amabilidad, lo cual hace la persona amenazadora en el síndrome de Estocolmo. El hombre golpeador está más cerca de la mujer después del episodio de violencia, cuando ella requiere sentirse apoyada y consolada, por lo que la violencia no es continua ni permanente, síntoma característico del síndrome antes mencionado. No es difícil que la víctima concentre su atención en el lado positivo del golpeador, supone entonces que es un buen tipo, que tiene algunos problemas más allá de su control pero que ella puede ayudarlo a resolverlos. Aunque parezca paradójico, esta situación le permite a la mujer mejorar su autoestima, pues siente que es la única persona que puede ayudar a su esposo a dejar de ser violento. Elabora fantasías catastróficas de todo lo que podría ocurrirle a él si ella no estuviera cerca y decide que deben permanecer juntos. (Torres, 2001).

No es sencilla la explicación de estas conductas, sin embargo se han encasillado en reacciones tipo Síndrome de Estocolmo como vínculo interpersonal de protección construido entre la víctima y su agresor: la víctima sometida a maltrato desarrollaría el síndrome para proteger su propia integridad psicológica y recuperar su homeostasis fisiológica y conductual.

Según la psicóloga Naredo (en Sanz-Diez,2005) la víctima de violencia doméstica es totalmente distinta de cualquier otra. Su verdugo, el tipo que la golpea, que la humilla y amenaza sistemáticamente, es la persona a quien más quiere, el padre de sus hijos. El golpe psicológico es tan fuerte que en muchos casos su

cerebro es incapaz de procesar el impacto, hay víctimas que sufren estrés postraumático, depresión, ansiedad, terrores, trastornos alimenticios.

Por desgracia y a pesar de los avances legales en las sociedades, la desigualdad se sigue manteniendo, instrumentos como el lenguaje sexista, que invisibiliza el sexo femenino, los mensajes transmitidos a través de medios de comunicación, la publicidad, el cine, la educación tanto en la familia como en los centros escolares o en la sociedad, la discriminación laboral indirecta y directa, hacen evidentes el trato que se le da a la imagen de la mujer y mas aun, a ella misma. (Flecha, 2001).

La comprensión y prevención de la violencia requiere una revisión de las normas culturales relacionadas con el género y de los mitos que permiten su existencia.

<i>MITO</i>	<i>JUSTIFICACIÓN</i>
<p><u>Masoquismo víctima</u></p> <p>1.-A ella le gusta</p> <p>2.-Ella quiere</p>	<p>1.-Algunas mujeres son masoquistas y buscan a hombres violentos.</p> <p>2.- Si la mujer mantiene una relación con una persona de este tipo, no debe ser tan malo.</p>
<p><u>La mujer se lo busca</u></p> <p>1.-Lo pide, se lo merece</p> <p>2.-Sólo le ocurre a determinadas mujeres de ciertos tipos de familia</p>	<p>1.-La mujer provoca al hombre regañándole, por medio de la ropa, gestos, conductas.</p> <p>2.-Mujeres trasnochadoras. Mujeres malas amas de casa. Mujeres relajadas de costumbres.</p>
<p><u>La mujer inventa o exagera</u></p> <p>1.-Mienten o exageran</p> <p>2.-Los hombres están justificados o responsables por hecho intencionales</p> <p>3.-Los hechos no producen mucho daño</p>	<p>1.-No fue una agresión, tenía su consentimiento. La mujer busca algún beneficio.</p> <p>2.-Estaba bebido o drogado. Pesaron más las circunstancias mas que su voluntad. El no quería hacer eso.</p> <p>3.-No tiene lesiones importantes.</p>
<p><u>No hay salida, podría ser peor</u></p>	<p>Es normal dada la importante función que realiza el hombre y el beneficio que quiere obtener la mujer</p>

Lorente, 1998

Las mismas normas sociales minimizan el daño producido y justifican la actuación violenta del marido. Intentan explicar atribuyéndola a trastornos del marido o incluso de la mujer. Por mucho que el hombre tenga problemas de estrés, alcohol, personalidad, curiosamente la violencia solo la ejerce sobre la mujer, no contra un conocido o amigo, y por supuesto, no contra su jefe. (Lorente, 1998).

Todo esto porque la familia es educada por un sistema de patriarcado orientado a otorgar a los hombres un poder mayor sobre las mujeres, por lo que las mujeres estarían controladas por los varones para beneficiarlos y satisfacer sus necesidades. (Dutton,1999), por esto se ha asumido la superioridad del hombre sobre la mujer y para mantener esa superioridad y dominio es necesario hacer uso de la violencia.

1.8.1.- Consecuencias de la violencia en el nivel individual

La victimización en el hogar, aparte de las consecuencias físicas, tiene efectos psicológicos profundos a corto y largo plazo.

La reacción inmediata suele ser de conmoción, paralización temporal y sentimientos de soledad, depresión, vulnerabilidad e impotencia.

Tras esa primera etapa de desorganización, las reacciones frente a la victimización suelen cambiar: los sentimientos de la víctima pueden pasar de un momento a otro del miedo a la rabia, de la tristeza a la euforia y de la compasión de sí misma al sentimiento de culpa. A mediano plazo, pueden presentar ideas obsesivas, incapacidad para concentrarse, insomnio, pesadillas, llanto incontrolado, mayor consumo de fármacos, deterioro de las relaciones personales, etc. También se puede presentar una reacción tardía, que ha sido descrita en los manuales de diagnóstico psiquiátrico como “desorden de tensión postraumática” o “síndrome de estrés postraumático” (PTD: Post-Traumatic Disorder).

El PTD consiste en una serie de trastornos emocionales que no necesariamente aparecen temporalmente asociados con la situación que los originó, pero que constituyen una secuela de situaciones traumáticas vividas, tales como haber estado sometido a situaciones de maltrato físico o psicológico. Algunos de sus síntomas son: Frecuentes pesadillas, Dificultad para concentrarse social y laboralmente, Trastornos del sueño (el más frecuente es el insomnio), Trastornos en la capacidad de atención y concentración, Depresión, Sentimiento de culpa, Miedos diversos y Dificultades en el aprendizaje. (Corsi,2003).

1.9.- EL AGRESOR

Es aquel hombre que mantiene o mantuvo una relación afectiva con la pareja y que ejercen una relación abusiva de orden físico, sexual, psicológica o financiero con su esposa o compañera.

Un varón aprende de niño que un verdadero hombre se tiene que mostrar fuerte, seguro de sí mismo, ganador e incluye prohibiciones tales como llorar, mostrarse débil, inseguro, fracasar, etc. Se ha comprobado que los agresores están relacionados con experiencias tempranas de humillación, rechazo y malos tratos. Es común que el agresor en su infancia se haya sentido rechazado por su padre, no querido, maltratado, insultado y rechazado por la madre, con un principal mensaje de "*no valgo nada*".

Los hombres violentos, generalmente tienen un padre indiferente, ausente que maltrata y avergüenza en forma intermitente, produce un hijo con un débil sentimiento de inferioridad. Ser avergonzado por el padre es lo peor que le puede ocurrir a un varón. La vergüenza es un castigo del sí mismo, mas que el castigo de un acto, frases como *eres un inútil o nunca llegarás a nada*, le indican al niño que carece de méritos, en tanto que una frase como *no me gusta lo que has hecho, pero igual te quiero*, no produce ese efecto. Cualquier cosa que haga un padre a fin de avergonzar a su hijo, tiene para éste consecuencias que perduran durante toda su

vida. La vergüenza se siente como un ataque a sí mismo y los incidentes que avergüenzan se recuerdan durante mucho tiempo.

Los padres de los hombres violentos, experimentan la necesidad de castigar. Al atacar al niño, consolidan su yo débil, por lo tanto, el niño, está condenado a fracasar. No puede complacer a su padre: nada es lo suficientemente bueno para éste, por lo tanto siente que no puede aspirar a ser amado. El muchacho maltratado siente vergüenza por lo que ocurre en su hogar pero aprende a encubrirlo. Oculta sus sentimientos a todo mundo, inclusive así mismo. Se esfuerza por ocultar la vergüenza, pero siempre vuelve a aflorar. Es por ello que el muchacho proyecta la vergüenza fuera de sí. Asumirla sería demasiado peligroso.

Un hombre violento es incapaz de recordar su niñez, ya que sus recuerdos de esa época son imprecisos y presentan lagunas. Estos niños, en su adultez se avergüenzan de la humillación que sufrieron por lo que harán cualquier cosa para evitar que les vuelva a suceder. Culparán a otras personas de su conducta. El dolor de revivir el trauma es tan grande que no están dispuestos a experimentarlo de nuevo.

El resultado es que son hombres que necesitan afecto, pero son incapaces de demandarlo, que en ocasiones son vulnerables, pero se niegan a admitirlo y que a menudo se sienten heridos por un pequeño símbolo de falta de amor y lo único que saben hacer es criticar. (Amato, 2004).

Los golpeadores suelen insultar, humillar, avergonzar y maldecir a sus esposas. Lo hacen con el propósito de debilitar su autoestima y volverlas más manejables y la necesidad de controlar y dominar. (Dutton, 1999).

El hombre violento no tiene interés en detener su violencia, pues esto requeriría, aceptar la igualdad de su pareja y dejar de tener una persona que actúe como su sirvienta, además, implicaría aceptar que está ejecutando un acto que no es

honorable, que ante los demás lo hace ver como una persona no razonable y con muchos defectos.

El proceso de no asumir responsabilidad solamente pone al hombre en posición de seguir siendo violento, porque no ve su violencia como problema, ni se imagina como hacerse “respetar” sin ser violento y obviamente no quiere perder los “privilegios” que obtiene al actuar como la autoridad. (Gregory, 2001.)

El hombre se cree perfecto y por lo tanto quiere cambiar todo y a todos a su alrededor, no así mismo. Mientras más justifique el hombre su violencia, más necesitará validar su creencia de superioridad y mientras más se le niegue esa creencia, más violento será.

Es por eso que el hombre violento tiene que vivir vidas separadas: una en la que se ve a sí mismo como una autoridad, y otra en la que se vive como una fuente de amor y cariño. La frase “te pego porque te quiero”, denota su confusión entre querer ser autoridad y no saber cómo relacionarse en una forma cooperativa.

Como no puede moverse entre estos dos mundos, eventualmente tiene que aceptar que sólo hay una posibilidad: “hacerse respetar” mediante la violencia, lo cual implica controlar no sólo su pareja, sino a la sociedad que lo rodea, a su cultura y finalmente, dentro de él mismo. (Ramírez, 2004).

Por lo tanto, al igual, que en las mujeres víctimas, también en los hombres agresores, existe una historia familiar que incrementa la posibilidad de que éstos lleven a cabo la violencia en una familia:

- Si proviene de una familia con modelos de violencia como formas de aprendizaje.
- Si cuando niño sufrió de agresiones físicas y/o emocionales.
- Si ha sido testigo de violencia intrafamiliar y el modo de resolver problemas era a través de los insultos o los golpes.

- Si proviene de una familia patriarcal rígida donde él era sometido y no se le brindó la posibilidad de un desarrollo autónomo.
- Si tuvo una madre excesivamente protectora, la cual estaba expectante del menor requerimiento de su hijo, sin permitirle experiencias frustrantes, sino por el contrario, incrementando su egocentrismo.
- En el plano de las emociones había que reprimirlas, en especial ante la autoridad paterna.
- Haber pertenecido a una familia con problemas delictivos, de drogadicción o alcoholismo.
- De niño fue obligado a asumir responsabilidades excesivas respecto de la familia, trabajo, estudio, etc.
- Pudo haber experimentado carencias afectivas, abandono emocional y no se le demostró que su persona fuera valiosa para los demás. Lo que lo rodeaban lo llenaban de culpa, lo ofendían o lo rebajaban comparándolo con otros.
- Cada vez que buscó afecto o cercanía física fue rechazado con brutalidad o burlas.
- Pudo haber pertenecido a una familia que le brindó todo en el plano material, en desmedro de sus necesidades como persona en cuanto a compañía, atención o interés. (Amato, 2004).

Y de igual manera, existen tres dimensiones con respecto a la formación de un agresor:

- Dimensión conductual: El hombre violento suele adoptar modalidades conductuales disociadas. En el ámbito público se muestra como una persona equilibrada y en la mayor parte de los casos esconde su conducta para que no haga pensar en actitudes violentas. En el ámbito privado, se comporta de modo amenazante, utiliza agresiones verbales, actitudinales y físicas, como si se transformase en otra persona.

- Dimensión cognitiva: Este tipo de hombre tiene una percepción rígida y estructurada de la realidad. Sus ideas son cerradas, con pocas posibilidades de ser revisadas. Percibe a su mujer como provocadora, tiene una especie de lente de aumento para observar cada pequeño detalle de la conducta de ella. Le resulta difícil observarse así mismo, sus sensaciones y sentimientos por lo tanto puede confundir miedo con rabia o inseguridad con bronca. Realiza minimización de sus conductas y maximiza los estímulos que las provocan.
- Dimensión psicodinámica: Un hombre violento ha internalizado pautas de resolución de conflictos a partir de su infancia. Cuando la demanda externa se torna insoportable, necesita terminar rápidamente con la situación que la genera y él ha aprendido que la vía violenta es la más rápida y efectiva para aliviar la tensión. Para poder mantener el equilibrio del exterior y de lo emocional el hombre necesita ejercer autocontrol de sentimientos de dolor, tristeza, placer, etc. como una manera de preservar su identidad masculina.
- El hombre violento se caracteriza, por la inexpresividad emocional, baja autoestima, escasa comunicación verbal de sus sentimientos, resistencia al autoconocimiento y la proyección de la responsabilidad y de la culpa. (Amato, 2004).

Perfil psicológico del agresor:

Los males que aquejan a los hombres violentos son la pasividad, indecisión o la inadaptación sexual, condiciones que los conducen a realizar conductas agresivas para así compensar las carencias y debilidades de su carácter.

Hay una definición social de los que deben ser los hombres: fuertes, valientes, duros, insensibles, listos para la acción, racionales y sexualmente muy activos.

Aunque no hay un tipo específico o estable de maltratador, si existen una serie de características comunes que se presentan con frecuencia en los agresores:

- **Proceden de un entorno familiar donde son frecuentes las agresiones a la mujer.** En muchos casos han sido testigos o víctimas de maltrato. En la edad adulta tienden a repetir el mismo modelo de comportamiento que han observado de niños.
- **Tienen una doble conducta** que manifiestan entre su comportamiento en sus relaciones sociales (son conceptualizados como normales y pacíficos) y una manifestación distinta en el seno de la familia, “el agresor suele ser de puertas hacia fuera una persona reconocida públicamente como buena; no bebe alcohol en exceso, no suele ser mujeriego, pero de puertas adentro, en su casa, establece su poder donde la víctima, suele ser la esposa,”.
- **Son muy posesivos.** El agresor responde al deseo de control absoluto sobre la pareja. Para conseguirlo el maltratador va destruyendo poco a poco las fuentes de apoyo externo de la mujer (trabajo, amistades y familia). Una vez aislada, controla a la víctima y se constituye como su único vínculo con el mundo exterior. Esto permite al agresor mantener el control y superioridad frente a la mujer.
- Tienen **bajo nivel de autoestima** con temor a la pérdida del dominio de su situación familiar, que pretenden vencer adoptando comportamientos agresivos.
- Con el maltrato **tratan de compensar deficiencias** en las relaciones fuera de la familia, suponiendo la violencia familiar la expresión de la propia insuficiencia o incapacidad del maltratador en los demás ámbitos de la vida (laboral y social).
- **Se apoyan en valores y definiciones muy rígidos de identidad basada en la diferenciación sexual,** con la plena aceptación de actitudes machistas y sexistas en las que el varón siente la necesidad de ser superior, de tener y poseer a la mujer, de poder controlarla en todos los aspectos de su vida, así como emplear la violencia como medio para probar y probarse una fortaleza oculta.
- **Celotipia.** Frecuentemente el desencadene de los malos tratos es una percepción errónea de una infidelidad de la pareja.

- **Consideran que la violencia contra la mujer es necesaria, normal y buena para que ésta responda bien a sus exigencias**, sea sumisa y no les plantee ningún problema. Casi el 100% de los agresores repiten su conducta con todas las parejas que tiene. Puede fingir una recuperación, pero siempre vuelve a maltratar. Puede que el abuso ya no sea físico pero sí psicológico.
- **Minimizan, justifican, racionalizan o niegan sus actos agresivos habituales en el ámbito familiar**, aduciendo que su conducta se ajusta a un patrón de normalidad. Una vez cometida la agresión tienden a minimizar (“no es para tanto”, “solo fue un empujón”), justificar (“ella me hizo llegar al límite”, “me hizo perder el control”) y racionalizar la conducta (“en realidad es ella la que me tiene dominado”). Cuanto más repiten la mentira, más se la creen. Además niegan constantemente el maltrato, sobre todo si ha sido psicológico.
- **Se perciben como víctimas y siempre están a la defensiva**. El maltratador no considera el problema como propio ni asume su responsabilidad. En muchos casos desplaza la responsabilidad a los demás miembros de la familia o a causas ajenas. Es muy frecuente culpabilizar a la víctima, alegando que la violencia propia es una respuesta a las agresiones de la mujer o su conducta.
- **Restricción emocional**. Los hombres tienden a intelectualizar, hablar de los problemas y no de sus sentimientos. Ante una pérdida dolorosa consideran que no les está permitido elaborar el proceso de duelo, sino que muy por el contrario, deben mostrar una fortaleza que no corresponde con lo que ha sucedido.
- **Dependencia emocional**. Tiene una gran dificultad evolutiva en cuanto a alcanzar el grado de separación e individualidad psicológica por lo que establece una relación simbiótica donde se borran los límites entre su persona y la de su mujer. La soledad aterra al golpeador y la idea de ser abandonado lo espanta.
- **No toleran que se les cuestione ningún aspecto de su conducta en la familia**. (Sanz-Diez, 2005.)

Características criminológicas:

Los hombres son los agresores en la mayoría de los casos de violencia familiar (85%). En cuanto a su edad, el agresor se sitúa en la mayor parte entre los 21 y 50 años, con una media próxima a los 37 años.

Respecto a su nivel de estudios, se observó que la violencia doméstica presenta una mayor tendencia en aquellos agresores con menor nivel de estudios (solo un pequeño porcentaje tiene estudios superiores), aunque no se podría descartar lo que algunos autores señalan en el sentido de que en los estratos más altos de la sociedad existe una cifra negra mayor que se oculta por vergüenza a la denuncia.

En cuanto a la situación laboral, se detectó que el porcentaje de los agresores en situación de desempleo (25%) conforma una situación de riesgo para que se produzcan episodios de violencia doméstica.

Por su relación con la víctima, en el 73% de los casos las agresiones se producen en situaciones de convivencia estable y se considera que el agresor perpetra su acción preferentemente en el domicilio, pero además, que también se produce en los casos en los que no existe convivencia (separados o divorciados), lo que es preocupante por lo cuanto demuestra una frecuente irrupción en la intimidad de la víctima ya que también es blanco de las agresiones en la vía pública, por lo que, las cifras demuestran que aún tras la ruptura de la convivencia, no se anula la posibilidad de agresión y que puede generarse en la víctima lo que muchas mujeres han calificado como “miedo de salir de casa”.

Se ha observado que la violencia física es el medio empleado más común seguida de la violencia psicológica lo que produce en la víctima una importante ansiedad (estado de ansiedad crónica) por desconocer cuando llegará la próxima agresión. (Sanz-Diez,2005).

Tipos de agresores

El agresor dependiente

Este tipo de agresor suele presentar baja autoestima, sentimiento de impotencia e incapacidad para hacer frente a la vida, dependencia emocional y desconfianza en su pareja que en ocasiones se acompaña de celos irracionales y abuso frecuente de la bebida.

Cerezo (en Garrido, 2001), lo ha descrito con un perfil muy acertado: “Suelen ser personas acomplejadas que se sienten inferiores respecto a los demás. Esto les lleva a utilizar el maltrato como la única forma posible de resolver conflictos como medio para sentirse superior a su pareja.

Al descubrir como su violencia acobarda a ésta, tienen un sentimiento de poder muy satisfactorio que les proporciona una sensación de omnipotencia. Se trata de sensaciones que tienden a buscar repetidamente, cada vez con más frecuencia, como forma de desahogo frente a su impotencia en el mundo exterior, ya sea por reveses en el trabajo, humillaciones reales o imaginadas en el trato social o por sus propias insuficiencias.

Es decir, en su vida social son seres inseguros y poco brillantes, que suelen crecerse en casa aumentando su violencia en proporción inversa a la percepción de su propia impotencia en la calle”.

El elemento clave de este agresor, es la dependencia emocional. Por una parte niega que exista esa necesidad de vivir con su pareja, por otro lado, reclamará su autoridad absoluta cuando perciba que ella intenta ganar su propio espacio personal. “por este motivo- explica la Dra. Cerezo- muchas veces el primer acto de violencia contra la mujer se debe a un incidente percibido por el hombre como de exceso de independencia de su pareja o de cuestionamiento de su autoridad. Su dependencia y necesidad de ese sentimiento breve de omnipotencia al maltratar y aterrorizar a su pareja es cada vez mayor, lo que explicaría su violencia habitual.

Y al mismo tiempo, cada vez sienten mas temor ante la idea del abandono de su familia y de perder el poder”.

Dutton (citado en Garrido, 2001) considera que la intimidad, la distancia emocional, es el elemento esencial en este tipo de agresor.

Se trata de personas que tiene un gran miedo a la intimidad. Experimentan sentimientos hostiles, donde la rabia y los celos ocupan un lugar prioritario. Interpretan de modo erróneo las conductas de su parejas, echándoles las culpa de sus propios errores y haciéndolas responsables de sus propios sentimientos de dependencia.

Sus mujeres lo describen como teniendo una doble personalidad “sus amigos nunca ven como se comporta conmigo, la gente piensa que es un hombre amable y correcto”, “nunca se cual de los dos va a llegar a casa”.

Agresor psicopático:

Su principal característica es la falta de reacción emocional o conciencia moral, la cual es la capacidad que tiene una persona de castigarse así misma por haber violado sus normas de conducta, la mayoría de los hombres que han sido socializados normalmente y no son psicópatas experimentan cierto remordimiento por haber golpeado a sus esposas.

Los psicópatas, no sienten remordimiento, ya que su cerebro no funciona como el de las personas normales.

El síndrome psicopático incluye la incapacidad de imaginar el temor o sufrimiento que experimenta otra persona o las consecuencias que puede producir el maltrato. Otros signos importantes son las reacciones emocionales superficiales y los proyectos poco realistas para el futuro, como también la resistencia analizar los problemas del pasado.

No ejerce la violencia únicamente con sus esposas, sino también contra otras personas. Además es frecuente que sean arrestados por delitos no violentos como falsificación, empleo de cheques sin fondo y otros tipos de estafa.

Cuando son enviados a grupos de terapia por haber golpeado a sus esposas, es improbable que mejoren. Los psicópatas no miran hacia atrás. En consecuencia nunca aprenden de sus pasados errores. (Dutton, 1999).

Agresor hipercontrolado:

Estos hombres parecen estar un poco distanciados de sus sentimientos y en los tests psicológicos muestran un perfil de evitación y agresión pasiva. Son los que dicen que lo único que pretenden es trabajar en su auto y que no entienden a que viene tanto alboroto. Su ira es el resultado de la acumulación progresiva de frustración ante acontecimientos externos, puede irrumpir de pronto de forma violenta después de haberse encubado silenciosamente durante un largo período. Por ésta razón, este tipo de agresores son los que dan menos que hablar. (Dutton, 1999).

En conclusión, se dice que los golpeadores experimentan los síntomas de trastorno de estrés postraumático (TEPT), la reacción normal que una persona tiene ante una situación muy perturbadora, como un ataque o un desastre natural. Entre los síntomas del TEPT se cuentan la depresión (llanto, tristeza, sentimiento de inferioridad), ansiedad (tensión, dificultades para respirar, crisis de angustia), trastornos del sueño (insomnio, pesadillas, despertar en la madrugada) y disociación (sensación de irrealidad, desorientación temporal, vértigo,).

El perfil psicológico de los golpeadores tienen un parecido con el de las personas a quienes se les ha diagnosticado TEPT, entonces, ¿los golpeadores eran también víctimas? Como son agresivos y maltratan a otras personas, no se les cataloga de esa manera. La mayoría de ellos no desean hablar de su pasado o son incapaces de describirlo y hablar de sus emociones les resulta difícil.

En 1987 Van der Kolk, psiquiatra de Harvard, explicó que los niños que habían sufrido un trauma presentaban reacciones de ira y dificultades para graduar la tensión, por lo que, ¿qué traumas ocurrían regularmente en la niñez de los golpeadores que pudieran explicar su ira?. Los síntomas semejantes a los del TETP que presentaban, su ira crónica y su conducta violenta, sugerían la existencia de una causa común en ese período de su vida.

Se comprobó que aquellos agresores quienes contaban con padres que les mostraban indiferencia y reprobación experimentaban síntomas de traumas más graves, generalizados y frecuentes, por lo que los síntomas crónicos de trauma y la conducta violenta de los adultos pueden tener su origen en experiencias de la niñez.

Entonces, se comprendió que las experiencias tempranas pueden tener efectos perdurables que van mucho más allá de la imitación de las acciones violenta.

La raíz psicológica del maltrato se siembra en una época muy temprana de la vida, incluso durante la primera infancia. La humillación, especialmente a manos del padre, el apego inseguro a la madre y la experiencia directa del maltrato en el hogar son factores que no bastan por sí solos para crear la personalidad violenta, esos elementos deben existir simultáneamente para que se desarrolle dicha personalidad.

Sin embargo, la influencia del maltrato y de la disfunción familiar va mucho mas allá de la imitación de las conductas violentas, la cultura influye solo después que se ha formado la personalidad y no lo hace de modo parejo en los niños seguros e inseguros. El muchacho cuyas primeras experiencias han sido disfuncionales, cuyo sentido de identidad no ha sido apuntalado por el afecto de la madre y la presencia del padre, es el que con más probabilidad se pondrá a buscar aspectos de cultura que refuercen o justifiquen su violencia.

El estilo de apego, interés y las influencias sociales que actúan apartan a muchos jóvenes de la modalidad más agresiva. Los muchachos que tienen un apego y una identidad seguros no asimilan automáticamente las influencias culturales: rechazan algunas por completo y eligen partes de otras.

Por eso no todos los jóvenes imitan a Rambo y la mayoría de los que lo hacen, lo hacen sólo como parte de una etapa. Luego maduran y reanudan su camino.

Factores que hacen probable la violencia en las relaciones íntimas:

- El hecho de que el hombre, haya sido rechazado por sus padres, en especial por su padre.
- El hecho de que el hombre o la madre de éste hayan sido agredidos físicamente.
- Ciertos indicadores de personalidad del varón, como la manifestación frecuente de ira y celos o un intenso temor al abandono.
- El consumo excesivo de alcohol o drogas por parte de su pareja para aliviar el sufrimiento interior.
- La tendencia del compañero o pareja a culpar a la otra persona.
- Los cambios cíclicos en el estado de ánimo de su compañero, que aparentemente no tienen nada que ver con la pareja pero que incluyen el tema del que la pareja es buena o mala (una santa o una prostituta). (Dutton, 1999).

1.10.-IMPACTO EMOCIONAL DE LA VIOLENCIA EN EL NIÑO

La educación impartida por los padres cumple una función fundamental, ya que estimula el crecimiento físico, intelectual y moral de sus hijos: de acuerdo con los valores en los que hayan sido criados serán útiles y responsables que en su momento se integrarán a la sociedad, o bien interiorizarán las pautas y las actitudes negativas que los lleven a cometer actos ilícitos e ilegales, pudiendo llegar a formar parte del amplio espectro de la marginalidad. La variable social influye en el comportamiento personal y las relaciones con los otros.

Cuando ocurren cambios sociales, éstos repercuten y son asimilados por la familia. Por lo que para el niño, el modelado desempeña una función social importante al promover el contacto interactivo con los adultos que lo cuidan. Por esta razón es importante la educación que se le da al niño, porque en lo futuro, existe la probabilidad que repita lo que ha aprendido en casa como modelo educacional, ya que, mediante experiencias repetidas desecha las características irrelevantes y retiene las que poseen valor funcional. (Corsi, 2003).

Controlar a las personas violentas parece imposible. El niño que observa o que sufre en carne propia sus actos de violencia las considera omnipotentes. Durante un episodio de esa índole, el niño experimenta excitación aversiva, un estado desagradable de tensión y agitación frenética que piensa que debe dominar para sobrevivir. Lo que haga para neutralizarlo estará determinado por su aprendizaje previo. Hay dos posibilidades: o pensará que puede controlar el acontecimiento que provocó la excitación o considerará que no puede hacerlo.

En el segundo caso, o sea, si no puede controlar lo que sucede, tratará de reducir la tensión utilizando cualquier medio que no represente un riesgo para él (por lo general huyendo o aislándose de los que lo rodea). (Amato, 2004).

Lo que determina que continúe reaccionado violentamente depende de la forma de responder a esas situaciones por parte de la persona que lo cuida, el tipo de relación del niño con esa persona, los valores y la actitud general de la sociedad hacia el uso de la violencia. Kohut (en Corsi, 2003) cree que cuando las personas que cuidan a un niño no lo escuchan, no le responden, descuidan sus necesidades emocionales esenciales o no muestran admiración por sus éxitos, aumentan enormemente las posibilidades de que desarrolle una conducta violenta.

Muchos de los niños que crecen en hogares violentos aprenden a retraerse pasivamente para disminuir la excitación aversiva que experimentan. Se refugian en otros mundos (la televisión, computadora, música, libros, etc) y comienzan a habitar

exclusivamente en ellos. Su cuerpo sigue estando presente en la realidad de todos los días, pero su mente está en otro lugar.

Cuando los niños no logran reducir el sufrimiento por medio de estas maniobras evasivas, las víctimas prueban estrategias más radicales, como huir, enfermarse o suicidarse: cualquier cosa con tal de librarse de esa extraña sensación en la boca el estómago. (Amato, 2004).

1.10.1.- El padre

En la sociedad, cada integrante de la familia tiene un rol a desarrollar, siendo el del padre, madre e hijos los principales, sin embargo, el rol de padre se sigue considerando hasta el día de hoy, como el de mayor jerarquía, teniendo con esto, que sea éste una imagen de poder, supremacía y sabiduría a la que se “debe admirar” y respetar, es por esto, que hijos, principalmente, repiten conductas y patrones que el padre desarrolla, teniendo así futuras consecuencias negativas en las próximas familia.

Sin importar la conducta del padre, se le venera y admira, es el protector y el que toma decisiones, por lo tanto, sabe más que el resto de la familia. A la vez, es un ser desconocido que pasa poco tiempo en el hogar y tiene poca interacción con los hijos. Es el que sale a buscar dinero para cubrir las necesidades pero sobre todo, es el que define la dinámica familiar.

La imagen del padre, aparentemente, es una supuesta garantía de solución de los problemas de la familia, por lo que los integrantes de la familia perdonan fácilmente los daños y errores que ocasiona. El padre transmite preceptos históricos de generación a generación, para lograrlo, tiene que ser percibido como invencible.

En ocasiones, él no se esfuerza por relacionarse de manera más cercana con sus familiares, pues esto lo colocará en una posición común, real y por lo tanto

vulnerable, creándose así, la imagen de un padre superior-sabio-proveedor que en realidad coexiste y sin embargo llega a creer que ese es su papel: director del hogar. Sólo llega a revisar y a asegurarse de que el hogar está funcionando, para continuar con su libretar de hacer lo que quiere. Si la dinámica familiar no funciona, él impone un castigo para restablece el supuesto equilibrio u orden.

Por lo que el niño observa, espera ver cumplida la promesa de ser el que manda, el que es servido y el que protege. Mientras es pequeño se ajusta a las reglas que el padre impone, que la madre acepta y que él mismo tiene que aceptar. Su padre le manda mensajes contradictorios y confusos, pues en ocasiones se muestra muy cariñoso con el niño, pero la mayoría de las veces apenas y se relaciona con él. El niño no entiende porqué cuando se cae y siente dolor, llora y tiene que buscar el apoyo de alguien, por lo tanto aprende que para ser hombre tiene que hacer tres cosas: primero, no validar o reconocer el dolor propio y sus emociones en general, segundo, para no validar este dolor o emoción es mejor callar, sufrirlo y resolverlo por sí mismo, tercero que está solo en el mundo pues nadie lo va a entender y por el contrario, si expresa lo que siente será castigado. De este modo el niño por imitación, empieza a dejar de lado sus procesos naturales para cambiarlos por el ejemplo que ve en su hogar. (Ramírez, 2004).

1.10.2.- La madre

La madre es mucho más humana y vulnerable. Es la persona que se sacrifica por todos los miembros de la familia, la que está siempre atenta y dispuesta para satisfacer las necesidades de los otros a expensas de sí misma, y es la que toma decisiones que son sólo extensiones de las del padre. Se evalúa a una buena madre en la medida que acepta el sufrimiento.

Mientras más sufrimiento ha sobrevivido y más se ha abnegado y aceptado el dolor, más será considerada como mejor madre.

La madre, por su propio entrenamiento, enseña al niño por oposición lo que es un hombre. Si ella es abnegada, el niño debe ser lo opuesto, el que impone la abnegación. Ella es el primer ejemplo que el niño tiene de cómo los seres humanos se relacionan mediante la imposición, dominación y abnegación.

Ve como ella acepta gustosa lo poco o mucho que el padre le da. Cuando sea adulto, actuará bajo estos patrones. El hombre aprende que tiene que encontrar una mujer que abandone sus propias necesidades para satisfacer las del padre-esposo. (Ramírez, 2004).

1.11.- RÉGIMEN JURÍDICO DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

La violencia intrafamiliar es una perturbación que afecta a todos los niveles de una sociedad, sin distinción de grado de educación, desarrollo económico, etc., aunque aparezca más expuesta la que se genera en los estratos inferiores.

Dentro de los delitos contra las personas, en el capítulo II del Código Penal se desarrolla el de lesiones. La ley trata de proteger la integridad de la persona, tanto en su aspecto físico como psíquico.

El concepto genérico de lesiones, surge del art. 89. conforme a ésta disposición, lesión es todo daño en el cuerpo o en la salud, cualquiera que sea su tipo (leve, grave, gravísima o culposa).

El delito de lesiones se puede llevar a cabo por acción u omisión. La ley toma en cuenta los medios empleados para agravar la figura de las lesiones (conf. art. 92).

Se distinguen tres tipos de lesiones:

- Leves: art. 89
- Graves: art. 90
- Gravísimas: art. 91

De acuerdo con el art. 89 del Código Penal, se denomina lesión a un “daño en el cuerpo o en la salud”. Como daño se entiende una perturbación orgánica o funcional del individuo a cuya integridad tiene derecho, así como el funcionamiento correcto derivado de su integridad.

(Amato ,2004).

Nueva ley de violencia intrafamiliar

“El Congreso aprobó la nueva ley de violencia intrafamiliar”

La *nueva ley de violencia intrafamiliar* quedó lista para su promulgación, luego que la Cámara de Diputados -por 88 votos favorables- y el Senado -por 35 votos a favor- ratificaran el informe de la comisión mixta, en medio de una verdadera fiesta en las tribunas, a cargo de las distintas organizaciones de víctimas de maltrato en el hogar, principalmente mujeres.

La nueva normativa, entre otras materias, establece penas de hasta 15 años de presidio y amplía el espectro de personas que pueden ser consideradas víctimas.

La legislación, que entró en vigor el pasado 1 de octubre de año 2007, y establece como delito el maltrato habitual físico y psíquico al interior de los hogares, caso que es tipificado en este proyecto y que es castigado con penas de cárcel, ya sea que se produzca entre cónyuges, convivientes, padres e hijos.

El texto legal define a la violencia intrafamiliar como “todo maltrato que afecte la integridad física o psíquica de quien tenga o haya tenido respecto del agresor la calidad de cónyuge o una relación de convivencia; o que sea pariente por consanguinidad o por afinidad en toda la línea recta o en la colateral hasta el tercer grado inclusive”.

También habrá violencia intrafamiliar cuando dicha conducta recaiga en “menores de edad o discapacitados que se encuentren bajo el cuidado o dependencia de cualquiera de los integrantes del grupo familiar”.

La nueva ley establece penas que van desde los 10 a los 15 años de prisión, en caso de lesiones graves o gravísimas; de 541 días a tres años para las lesiones graves; de 61 a 541 días en las menos graves y una multa de 11 a 20 salario mínimo; y de una multa de 1 a 4 salario mínimo en el caso de las leves.

El maltrato habitual será penalizado con presidio en su grado mínimo, es decir entre 60 y 540 días de cárcel, ya sea que se produzca entre cónyuges, convivientes, padres e hijos. Esa es la mayor novedad de este cuerpo legal, que incorpora el delito de “maltrato habitual” que antes no estaba tipificado y que implica el ejercicio de violencia física o psíquica frecuente.

Pero además será considerado un antecedente agravante en caso de que se cometa un crimen de mayor envergadura.

El nuevo texto legal amplía el concepto de violencia intrafamiliar al considerarlo como todo maltrato que afecte la vida, integridad física y psíquica entre las personas que mantienen el vínculo de parentesco.

Ahora la relación de pareja no sólo incluye al cónyuge o conviviente -como la actual ley- sino también ex maridos, ex convivientes y a los padres de hijo común aunque no haya mediado convivencia.

Además, se establece que pasarán conocimiento de los tribunales de familia el maltrato físico, aunque no deje secuelas físicas, y el psicológico incluso si no se produce de manera habitual. En estos casos, el juez decidirá si remite los antecedentes al Ministerio Público. Los jueces de familia tendrán, además, la obligación de decretar medidas de protección para la víctima, especialmente en caso de amenazas previas, denuncias anteriores, si se cuentan antecedentes de drogadicción, alcoholismo o personalidad violenta del agresor, y si se encuentra en una situación de mayor vulnerabilidad como estar embarazada o enferma.

Junto con endurecer las penas, la nueva ley dispone de 22 fiscales especializados y una unidad experta en violencia intrafamiliar para velar por su cumplimiento. (lanacion.cl).

LAS DIFERENCIAS DE LA NUEVA LEY

Falta	Antes	Nueva Ley
Lesiones graves-gravísimas	Presidio mayor en su grado mínimo.	10 años 1 día a 15 años.
Lesiones simplemente graves	Presidio menor en su grado medio, 541 días a 3 años.	3 años 1 día a 5 años.
Lesiones menos graves	Presidio menor en sus grados mínimos, 61 a 540 días o con multa de 11 a 20 días de salario mínimo.	Si es acto de violencia en la familia, no puede aplicarse multa.
Lesiones leves	Multa de 1 a 4 días de salario mínimo.	*No se aplica.
Amenazas con arma blanca o de fuego	No había sanción.	Si consiguió propósito de violentar, 541 días a 5 años de lo contrario, 61 días a tres años.
Maltrato habitual	No estaba tipificado.	61 días a 540 días
Maltrato que afecta la integridad física y psíquica	Una de estas sanciones: -Asistencia a programas terapéuticos. -Multa de 1 a 10 días de ingreso; 1 a 60 días de prisión. Se admite conmutación por trabajos comunitarios.	Maltrato de obra o psíquico no habitual: multa de 0.5 a 15 días de salario mínimo. Maltrato físico o psíquico habitual: 61 días a 540 días, salvo que haya delito de mayor gravedad, en que se aplica la pena de éste último.

*En la nueva ley, ninguna lesión es considerada leve.

1.12.- ESTUDIOS SOBRE LA VIOLENCIA DOMESTICA EN MÉXICO

Durante muchos años, la sociedad ocultó y negó la magnitud de la violencia doméstica por temor a que afectaran la imagen social de la institución familiar, entre otras razones.

Los primeros estudios en América Latina fueron realizados principalmente por las organizaciones no gubernamentales que trabajaron en las temáticas de género y discriminación de la mujer en particular.

Es a partir de la década de los años noventa cuando se llevan a cabo estudios de prevalencia con muestras representativas de la población.

En general, la violencia doméstica sería más fácil de estudiar si se detectaran, registrarán y tratarán más casos. No es una tarea sencilla debido a que las víctimas se muestran renuentes a revelar un asunto que consideran familiar e íntimo. Se ha observado que las víctimas de violencia doméstica raramente denuncian estos episodios ya sea por vergüenza, sentimientos de culpa, temor o lealtad y si lo hacen tienden a desvirtuar su frecuencia e intensidad.

Los resultados de los estudios descriptivos coinciden en señalar que para la mujer el hogar constituye el espacio de mayor riesgo. Así mismo se ha observado que el segmento de mayor riesgo corresponde a mujeres entre 24 y 45 años de edad.

La mujer maltratada tiende a no denunciar los incidentes de violencia doméstica a la policía o al sistema judicial. Sin embargo, recientemente se ha registrado un aumento de denuncias en algunos países. (Traverso, 2000).

Hasta la fecha se han dado a conocer estudios de prevalencia en Colombia, Nicaragua, Costa Rica, Chile, Perú y México. Los resultados de estas investigaciones han comprobado que éste es un problema más grave y que afecta al grupo familiar en su conjunto y una parte importante de la población femenina comienza durante los primeros cuatro años de convivencia, mientras que entre los factores de riesgo más significativos se han identificado algunos que se manifiestan en el individuo y otros que son de origen social o cultural.

Entre los de tipo individual están el alcoholismo, bajo nivel educacional del agresor, ausencia de vínculo matrimonial formal y el hecho de haber estado expuesto a la violencia durante la niñez, ya sea como víctima o testigo.

Los de tipo sociocultural figuran la pobreza del hogar y el alto nivel de poder y control que ejerce el hombre agresor dentro de la familia, además se ha observado que la incidencia de violencia es mayor en los hogares urbanos con un alto número de hijos.

En cuanto a las consecuencias, en los últimos años se han realizado diversos estudios que analizan el impacto de la violencia en la calidad de vida de la mujer maltratada, particularmente en su salud y en su participación laboral. Se ha observado que la mujer que vive en condiciones de violencia muestra un estado físico deteriorado, con síntomas tales como baja autoestima, temor permanente a ser agredida, depresión, alteraciones emocionales y debilitamiento gradual de sus defensas físicas y psicológicas, lo que se traduce como un incremento generalizado de sus problemas de salud.

Otros síntomas frecuentes en la mujer maltratada son los dolores corporales y de cabeza, problemas respiratorios y asma, fatiga, colon irritable, úlceras, ansiedad, síndrome de estrés postraumático e infecciones vaginales. Se ha detectado que la mujer víctima de violencia tiene una mayor tendencia a suicidarse o intentar quitarse la vida que aquella que no la padece.

Así mismo la mujer agredida suele utilizar con mayor frecuencia medicamentos, especialmente ansiolíticos o tranquilizantes.

Diversos estudios concluyen que el embarazo se vuelve un factor de riesgo para la violencia doméstica. Una investigación realizada en 1992 en México señala que de una muestra de 342 mujeres encuestadas, el 33% de ellas habían sido maltratadas y de ese total, el 20% había sufrido golpes en el abdomen durante el embarazo.

También se detectó que durante el período de lactancia la conducta agresiva es mayor, lo cual conduce a que las mujeres golpeadas, tiendan a no amamantar a sus hijos o lo hagan por un período muy breve.

Así mismo se ha observado que el ausentismo laboral es muy alto entre las mujeres empleadas que sufren violencia doméstica, lo cual podría estar asociado con una mayor inestabilidad laboral.

En 1994 se analizó una muestra de 5266 casos de violencia conyugal atendidos en el CAVI, observándose los siguientes resultados:

- El 90% de las víctimas son mujeres cuyas edades oscilan entre los 21 y 30 años, estando 58% casadas con su agresor, 22% viviendo en unión libre y sólo 1.1% en amasiato.
- La escolaridad predominante en las víctimas era de primaria y secundaria en un 51%, siendo 43% amas de casa y 23% empleadas no profesionales.

En México, una encuesta realizada por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), señala que en uno de cada tres hogares mexicanos se ha vivido el fenómeno de la violencia intrafamiliar, en forma de maltrato emocional, intimidación, abuso físico o sexual.

Entre las investigaciones que se están realizando para conocer la magnitud del problema, se llevó a cabo una serie de encuestas, como la realizada entre 342 mujeres de Ciudad Nezahualcóyotl, Estado de México.

Este sondeo arrojó que de este universo de mujeres, el 33% admitió haber sufrido algún tipo de violencia, el 62% reportó que había sido agredida por su pareja anterior, el 82% dijo sufrir violencia psicológica, el 68% violencia física, el 69% del total fue agredida durante el embarazo y el 30% forzada por su pareja a tener relaciones sexuales. (Berumen, 2003).

CIFRAS EN EL DF

De acuerdo a cifras del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), una de cada cuatro mujeres en el Distrito Federal manifiesta que ha sufrido algún tipo de violencia. El 82 por ciento de las/los receptoras/es son mujeres, mientras que el 18% restante son hombres; esto significa que 4.6 mujeres viven violencia familiar por cada hombre en la misma situación.

En lo que a grupos de edad se refiere, las mujeres que resultan más afectadas son aquéllas que están entre los 18 y los 35 años (50%). En el caso de los hombres, este grupo de edad representa el 33% del total, dada la mayor afectación de la violencia sobre niñas, niños y adultos mayores.

Un dato relevante del INEGI es que los grupos de edad que mayormente generan violencia son, en el caso de mujeres, aquéllas con 18 a 34 años de edad (48%), mientras que en el caso de los hombres el mismo grupo de edad representa el 50% por ciento.

En una investigación realizada por El Herald de México (lunes 28 de julio 1997), se señala que de cada 100 madres capitalinas, 57 han sido víctimas o han visto hechos violentos en su familia. De cada 100, 38 se quejaron de recibir malos tratos en su hogar; 24 afirmaron que sus hijos son los maltratados y 38 mencionaron otros familiares. Respecto al grado de maltrato recibido y sus consecuentes daños, 41 lo calificaron de grave, 34 no tan grave, y 25 no contestó.

Según El Herald de México, de acuerdo con su encuesta, la violencia intrafamiliar ha provocado, principalmente, daño físico, 31%; psicológico, 23%; moral, 19% y ninguno, 27%.

A las personas entrevistadas se les preguntó si habían pedido alguna ayuda. De 568 madres de familia que viven permanentemente con agresiones, 326 dijeron que no, 166 respondieron que sí la han solicitado a instituciones públicas y 76 a privadas.

A N S I E D A D

“Retroceder ante el peligro, sólo consigue aumentarlo”

Gustave Le Bon

2.- ANSIEDAD

Aunque la ansiedad siempre ha sido parte del hombre, no es hasta este siglo que surge como un problema que se agudiza debido a problemas actuales como la crisis económica, el cambio social y la competencia entre las sociedades, lo que puede ocasionar en las personas a que tengan sentimientos de vulnerabilidad e impotencia, afectando su seguridad personal y creando en ellas problemas para establecer su identidad psicológica elevando su nivel de ansiedad.

Sin embargo, también es reconocido que las particularidades que caracterizan a los estados patológicos de ansiedad se expresan psicológicamente, en lo subjetivo, vivencias, en alteraciones de los procesos cognoscitivos y en la función autorreguladora de la personalidad, es decir, en la alteración del autocontrol, cambio de la actitud hacia los problemas vitales y su solución en la esfera de las relaciones interpersonales y en la capacidad de trabajo.

Por tanto, para poder conocer con mayor claridad la propia dinámica del desarrollo de la ansiedad, resulta de interés estudiar las situaciones que la engendra, así como aquellas características del individuo que intervienen en su aparición, de esta manera, al contar con mayor información sobre ella, podremos hacerle frente y evitar el daño a corto y/o largo plazo en la salud física, psicológica, emocional, social y laboral de las personas, y prevenir el estado agudo de la ansiedad, mejor conocido como ansiedad patológica. (Tellez, 2001).

2.1.-ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA ANSIEDAD

Ninguno de los fenómenos clínicos o síntomas incluidos hoy en los diferentes trastornos de ansiedad es nuevo. Síntomas de miedo anormal se encontraban ya en la Biblia bajo el término "*pachadh*" y fueron claramente diferenciados del reverencial "miedo al Señor" que mostraba el auténtico creyente. Los mismos fenómenos también pueden encontrarse en la obra *Anatomy of Melancholia*. Mientras que en los

tiempos bíblicos tales experiencias eran parte de una relación dinámica entre los hombres y su dios. (Vallejo, 2004.)

En el siglo XI el filósofo Ala Ibn Hazm de Córdoba en su tratado “A Philosophy of character and conduct” hablaba de la universalidad de la ansiedad como una condición básica de la existencia humana y planteaba la liberación de la ansiedad como lo deseable de toda acción. (Téllez, 2001).

En el siglo XVIII, las quejas se medicalizaron en enfermedades. Después de su medicalización, los fenómenos relacionados con la ansiedad viajaron un tiempo en la neurosis. En la segunda mitad del siglo muchos de ellos se “psicologizaron”.

En la década de 1890, muchos síntomas, una vez considerados enfermedades físicas independientes, se reunieron como pertenecientes a una nueva condición clínica, la “neurosis de ansiedad”. Los mantenía juntos, la idea de que todos eran equivalentes de un conflicto psicológico profundo.

En 1871, Jacob Mendes da Costa describió el síndrome de “Corazón irritable”, al observar en el hospital militar de Filadelfia, una serie de casos de soldados que habían participado en la Guerra de Sucesión, con alteraciones funcionales cardíacas, viendo que, al no haber pruebas de una lesión estructural, la alteración podría deberse a una disfunción del sistema nervioso simpático, que producía síntomas como palpitaciones, taquicardia, mareos, respiración jadeante y dolor precordial, ante esfuerzos mínimos o en reposo. (Vallejo, 2004).

En 1872 el biólogo Charles Darwin publicó “The expression of emotion in man and animals” donde proporcionó una descripción de las manifestaciones físicas típicas del miedo y la ansiedad, como son: elevación de la frecuencia cardíaca, resequedad de la boca, dilatación pupilar, temblor, etc. (Tellez, 2001).

En el transcurso de los últimos cien años una variedad de nombres han intentado designar a la ansiedad en sus variadas manifestaciones y presentaciones, ya sea, en forma de crisis agudas o como malestar crónico. Entre estas denominaciones destacan : Síndrome de Da Costa, Disfuncionalismo Cardíaco, Corazón Irritable, Síndrome por Esfuerzo, Fatiga Nerviosa, taquicardia Nerviosa, Astenia Neurocirculatoria, Corazón de Soldado, Neurosis Vasomotora y Astenia Neurovegetativa. Los primeros investigadores clínicos centraron su atención en los aspectos somáticos de la ansiedad patológica.

Los cardiólogos, han destacado los síntomas cardiovasculares y respiratorios que se presentan en las crisis, mientras que los psiquiatras se las focalizado en la vivencia de terror, descontrol o de muerte inminente que sufren estos pacientes durante los ataques.

En 1917, sir Thomas Lewis propuso la denominación de “Síndrome de esfuerzo”, que reflejaba una respuesta desmedida del paciente frente a los menores esfuerzos. El cuadro sintomático consistía en disnea, precordialgia, mareos, palpitaciones, cefaleas, sudoración, enrojecimiento de la piel, irritabilidad y extremidades frías. Según Lewis, los síntomas eran el resultado de una gran variedad de factores físicos, entre los que se encontraban el exceso de esfuerzo y agotamiento, enfermedades infecciosas, cardíacas y anomalías del Sistema Nervioso Central. (Vallejo, 2004).

El descubrimiento de la neurosis experimental de Pavlov en 1927 sirvió para estimular numerosas investigaciones del miedo, frustración, conflicto y ansiedad en animales. Tampoco el término “Anxiety” existía en los libros de psicología, sólo en los psicoanalíticos. No fue hasta los años 50’s cuando la teoría e investigación experimental de la ansiedad se publica en libros y revistas científicas.

En 1970 se organizó un simposium en la Universidad de Florida sobre estrés y ansiedad con la finalidad de estimular la confrontación de los diversos puntos de vista y esclarecer la terminología y eliminar confusiones semánticas sobre la ansiedad y el estrés. (Tellez, 2001).

En 1983, Skerrit destacó que aún hoy muchos médicos clínicos diagnostican pacientes con: hipertensión, estado betadrenérgico hiperdinámico, dolor de pecho atípico, síndrome de hiperventilación o de colon espasmódico, sin darse cuenta que estos síntomas forman parte muchas veces de un síndrome mayor: Trastorno de Pánico (TP).

2.2.-DEFINICIÓN DE ANSIEDAD

En gran parte de la literatura médica *angustia* y *ansiedad* aparecen como términos sinónimos y en algunas lenguas como el francés existen dos conceptos: *angoisse* y *anxiété*, al igual que sucede en la lengua inglesa: *anguish* y *anxiety*. En castellano también se habla de dos experiencias distintas.

Actualmente existen diversas definiciones de ansiedad y aunque todas se refieren al mismo fenómeno, los términos varían, por ejemplo:

Según Cásares, en el Diccionario ideológico de la lengua española, la ansiedad, es un “estado de ansia, preocupación o impaciencia por algo que ha de ocurrir”, en el Diccionario de Martín Alonso es “*ansia, congoja, fatiga, inquietud, anhelo, afán, sed, ardor, agonía*”. (Rojas,2001).

Es un sentimiento subjetivo que implica la presencia de aprensión, tensión, inquietud, temor indefinido, inseguridad o miedo, a modo de anticipación indefinida de un peligro no aclarado u objetivo, miedo ante la “nada” en contraposición al miedo ante un peligro o amenaza real. (De la Gándara, 1999).

En algún momento u otro, todos hemos sentido períodos en los que nos sentimos aprensivos y temerosos. Para algunos este estado adquiere una intensidad mayor, incluyendo miedos irracionales, sentimientos de terror, sensaciones corporales atípicas, como vértigo, dificultad para respirar, temblores, estremecimientos y sentimientos de pérdida de control. Para otros la ansiedad aparece en forma de súbitos ataques de pánico que son impredecibles y duran minutos u horas. (Rosenzweig, 1992).

Cuando se considera a la ansiedad desde una perspectiva evolutiva se le puede definir como: “un estado displacentero o aversivo que tiene una significación biológica, la cual es la detención rápida de signos incipientes de peligro, lo que posee un valor considerable de supervivencia”.

De acuerdo al diccionario inglés Collins: “la ansiedad es un estado de dificultad o tensión, causado por la aprensión de posibles infortunios, peligros y preocupaciones”.

Algunos cognitivistas como Beck y Emerly (1985) afirmaron: “el paciente ansioso anticipa un posible daño a sus vínculos con otras personas, a sus propósitos y objetivos, a su habilidad para enfrentar los problemas y desempeñarse adecuadamente y por último, a su salud o supervivencia”. (Cía, 2002).

Por lo que, a la ansiedad se le puede considerar como un estado de alerta del organismo que produce un sentimiento indefinido de inseguridad.

De igual manera, también se puede definir como aquella experiencia interior en la que todo es inquietud, desasosiego, estar en guardia y como al acecho esperando lo peor, por lo que puede ser considerada como un modelo pentadimensional : vivencial, físico, de conducta, cognitivo y asertivo.

Según la psicofisiología es una defensa organizada frente a estímulos que rompen el equilibrio fisiológico. Todos los procesos de activación ansiosa o

estresante tienen un objetivo fundamental: preparar al organismo para la acción. (Rojas, 2001).

Resumiendo lo anterior, se puede considerar que una de las mejores definiciones de la ansiedad es la de “un miedo vago y general”. La ansiedad se experimenta cuando se piensa que algo desagradable va a ocurrir en el futuro. Se pueden utilizar otras palabras o expresiones como sentirse inquieto, inseguro, nervioso, confuso, desbordado o temer lo peor. (Priest, 1992).

2.3- ANSIEDAD COMO TAL

La *ansiedad* consiste en una *respuesta vivencial, fisiológica, conductual, cognitiva y asertiva, caracterizada por un estado de alerta de activación generalizada*, siendo su principal característica la señal de peligro, produciendo en el individuo una percepción de amenaza para su integridad.

No todas las señales de peligro alcanzan un determinado nivel de conciencia. Para eso son necesarias dos premisas: una *intensidad* suficiente y una *duración* que se prolonga con el tiempo. Cuando la ansiedad es muy intensa y dura mucho tiempo, se producen manifestaciones físicas funcionales importantes, que a la larga, constituyen la patología psicósomática.

Hay, por tanto, desencadenantes externos y desencadenantes internos (recuerdos, ideas, pensamientos, fantasías personales, etc.), que actúan como estímulos.

El aumento o la disminución de la ansiedad tienen mucho que ver con la elaboración individual de la información que a ese sujeto le llega.

Cuando se reconocen los estímulos atemorizantes y estos tienen gran intensidad, producen una excitación emocional fuerte, que puede bloquear el procesamiento de la información. (Rojas, 2001).

La función clave de la ansiedad es facilitar la detección de situaciones amenazantes o peligrosas en diferentes entornos para la supervivencia.

La ansiedad es la “espuela” que le incita a tomar decisiones, a emprender actividades prácticas para encontrar soluciones. Cuando se presenta una amenaza, la atención se concentra para poder enfrentarse a ella. Pero surgen dificultades a las que no es posible encontrar remedio o aparecen circunstancias determinadas que le provocan un estado de ansiedad fuera de proporción e incluso a sujetos normales, se les preguntó sobre los peores momentos de ansiedad que han vivido en el pasado e informan que estos episodios fueron originados por eventos que en aquel momento se referían al futuro.

Las personas con elevada tendencia a la preocupación expresan más la característica de ansiedad que las que no la tienen ante eventos amenazantes. La probabilidad de que un estímulo amenazante del entorno inicie un proceso de preocupación en un individuo depende de varios factores, como una interacción con las estructuras de preocupación acumuladas, del estado emocional actual y de la magnitud de la situación amenazante. Es probable que los individuos con una elevada tendencia ansiosa, pero sin manifestar aún otras patologías, tengan estructuras de preocupación más elaboradas que los que no tienen esta característica y tiendan a preocuparse por más tiempo. El proceso de preocupación sirve a tres funciones principales: una función de alarma, una función de rapidez y una función de preparación.

La preocupación está determinada por el valor de amenaza de un posible evento negativo y el valor amenazante en sí está determinado por la probabilidad subjetiva de que el evento ocurra, la inminencia subjetiva del mismo, su adversidad percibida y las estrategias percibidas ante el mismo.

Resulta característica la propensión a volver una y otra vez sobre ideas de muerte, sufrimiento y catástrofes, constantes dudas, pesimismo psíquico hacen que el sujeto ocupe muchos momentos del día intentando contrarrestar elementos psicosomáticos autoproducidos. En consecuencia, la firmeza y objetividad en el razonamiento, así como la libre elección como persona, se hallan coartadas.

El problema ansioso sólo es observado por la persona que lo padece haciéndolo difícil de comprender para otros.

El rasgo característico del paciente ansioso es la percepción de una amenaza poderosa y la activación de los elementos fisiológicos asociados cuando no existe un peligro objetivo real.

La persona ansiosa mantiene en su pensamiento una sensación de alerta constante, vive vigilante y no suele estar sosegada, porque la ansiedad es capaz de desalojar otras sensaciones generadores de tranquilidad y reposo. En otras palabras, la persona con un trastorno de ansiedad ve la amenaza y reacciona a ella, pese a su inexistencia.

Como consecuencia final, el sujeto ansioso es habitualmente prisionero de su propio “enredo” psíquico.

En el plano laboral, la persona ansiosa tiene limitada su capacidad de atención y concentración, ya que su pensamiento está ocupado por otro tipo de pensamientos: los internos.

En el plano escolar la ansiedad puede llegar a producir problemas de memorización, ya que la información se encuentra mal organizada o se ha hecho poco comprensible. (Cía,2002).

Este estado intenso y agotador es lo que se conoce como ansiedad patológica o trastorno de ansiedad y desde 1994 está incorporado en la clasificación de las enfermedades mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría (DSM-IV) y en la Organización Mundial de la salud (CIE-10). (Varela, 2002).

El problema ansioso puede afectar a cualquier edad, sin embargo es mayor entre los 20 y 45 años de edad (cuando la personalidad alcanza su momento mas activo). Con relación a estos razonamientos, el hecho de que la ansiedad afecte al doble de mujeres que de hombres es otro dato relevante. De hecho la tradición social, que contempla al varón como elemento decisor y gobernante de la familia, con el sometimiento de la mujer, ha producido en ésta una subvaloración tan interiorizada que su papel sociofamiliar ha sido secularmente el de una persona sin posibilidades reales de reacción, aceptando más que activando soluciones (de otros) a los problemas.

Así la mujer, sigue siendo más ansiosa que el hombre porque solo ha podido lograr en el trabajo, y no en su rol familiar, el proceso de liberación e igualdad, por lo que su función, responsabilidades y fatiga se han desdoblado (en casa y fuera de ella).

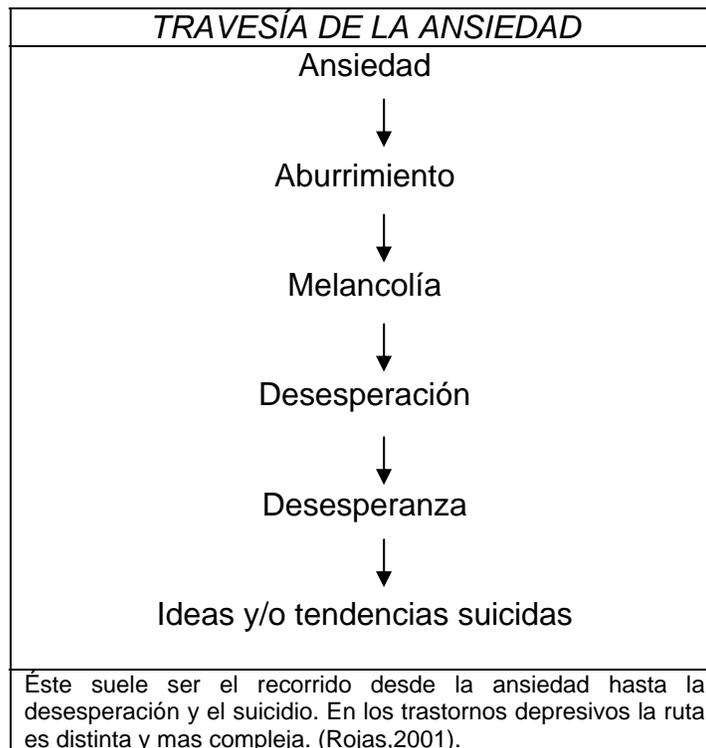
Otros datos relevantes son los que hablan del perfil ansioso, no se puede asociar la ansiedad a determinados rasgos de la personalidad, sin embargo, en las tendencias depresivas o en los obsesivos compulsivos se suelen dar significativos incrementos sintomáticos.

Como ejemplo de ello cabe indicar que en el 95% de las personas con depresión se observa a su vez ansiedad y que el 80% de las ansiosas presentan un humor depresivo. (Luengo, 2002).

Las crisis de ansiedad o los ataques de pánico, así como la ansiedad generalizada, conducen a un cansancio psicológico, cayendo en el aburrimiento: sentimiento de vacío y frente a cuanto rodea a ese sujeto, todo es monótono y

pesado. De la ansiedad se pasa al aburrimiento y éste al persistir, se transforma en melancolía, que éste se refiere a un pesar interior: decepción.

La persona se desborona por dentro y siente que no tiene fuerzas para nada, hay mucho aburrimiento y un poco de ansiedad, trasladando al sujeto al pasado y llevándolo como consiguiente a la desesperación, donde ya se encuentran las últimas ilusiones, lo que de alguna manera sostiene la vida, por lo que puede considerarse que se está ante el suicidio.



2.4.-MIEDO Y ANSIEDAD

El *miedo* es una respuesta emocional del organismo, es una respuesta de mayor o menor intensidad ante una amenaza concreta que será tan grande como fugaz ya que al cabo de unos instantes el peligro habrá desaparecido, es una emoción justificada, incluso más animal.

La *ansiedad* de momento no es tan inmediata ni tan intensa, aparece aprensión, inseguridad y angustia, es decir, un conjunto de sensaciones difusas que alteran el estado de ánimo y generan un sentimiento de incomodidad continuo y permanente, que ni llega pronto ni se va de prisa, es un miedo a algo inconcreto, un miedo sin objeto, o por lo menos con un objeto vago y que se interpreta como algo que está por venir.

Otra distinción entre ambos está relacionada con la intensidad: en el *miedo* la intensidad es proporcional al peligro que la desencadena, a más peligro, más miedo, lo que no sucede en la ansiedad, que a veces es tan desequilibrada esta proporcionalidad de causa-efecto como “todo frente a nada”, es decir, mucha ansiedad sin razón alguna. (Varela, 2002).

La distinción esencial entre un miedo común y una fobia es la medida en que ésta última perturba la vida cotidiana. Un miedo común puede ser sobrellevado, aunque con cierto malestar y causa mínima o ninguna alteración en la vida cotidiana. En cambio una fobia se define por la incapacidad que origina. (Cía, 2002).

2.5.-ESTRÉS Y ANSIEDAD

Ansiedad y estrés también suelen confundirse y a menudo se consideran sinónimos, aunque no lo son. El *estrés* puede ser el causante de la ansiedad y no viceversa; y por debajo de muchas alteraciones ansiosas se encuentran acontecimientos estresantes.

La *ansiedad* es una emoción, mientras que el *estrés* se refiere a una situación a la que se está obligado a adaptarse y por lo tanto, no se trata sólo de una emoción. (Varela, 2002).

El *estrés* es una de las situaciones más frecuentes del hombre moderno y tiene orígenes muy antiguos: Hipócrates, subrayó la existencia de un *vis medicatrix naturae*, un poder curativo de la naturaleza, es decir, la puesta en marcha de una serie de mecanismos biológicos, con el fin de defendernos de las agresiones provenientes del exterior.

Pero la investigación sobre el *estrés* no se produce hasta el siglo XIX, con el médico Claude Bernard. Más tarde, el médico escocés Haldane observó que lo que diferencia a los seres vivos de los que no lo son es su capacidad de adaptarse al cambio. (Rojas,2001).

Sin embargo, los trabajos más importantes fueron desarrollados por el fisiólogo Hans Selye en 1974, introduciendo el concepto de *estrés* afirmando que el proceso de adaptación impuesto por las condiciones vitales difíciles era como el *estrés* de las grandes construcciones, de puentes y edificios y lo definió como una sobre carga humana que depende tanto de la intensidad y de la presión como de los recursos con que cuenta el individuo para hacerle frente.

La palabra *estrés* es la traducción española del término original inglés “stress” que significa constricción, fuerza impulsora o esfuerzo y demanda de energía. Este idioma lo ha tomado del latín “strictiare”, que significa estrechar o constreñir (existe semejanza con la etimología de la palabra angustia).

El *estrés* designa a todas las exigencias, tensiones y agresiones a las que es sometido un organismo humano o animal, en forma aguda o crónica, también se le denomina a la respuesta fisiológica y psicológica que manifiesta el individuo ante los diferentes estresores, por lo que se le considera, como la sumatoria de la interacción

de diferentes demandas o exigencias a las que es sometido el individuo y la respuesta específica. (Varela, 2002).

Es la respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga más allá de las propias fuerzas. Se manifiesta a través del plano físico, psicológico y conductual, llevando al sujeto al borde del agotamiento. (Rojas, 2001).

El estrés siempre implica sufrimiento e incapacidad, aunque se disfraza para que se sobrelleve o se justifiquen las reacciones de miedo y crispación, está relacionado con situaciones concretas, a diferencia de la ansiedad, cuya causa es vaga.

Las situaciones estresantes están relacionadas con los siguientes aspectos:

- Sucesos vitales intensos y extraordinarios (una boda, muerte de un amigo).
- Sucesos de la vida cotidiana de menor intensidad (vivir cerca de un aeropuerto y padecer el ruido).
- Situaciones de tensión crónica mantenida (cuidar a un niño con parálisis cerebral).

La OMS describe al estrés como “el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción”.(Varela, 2002).

Las situaciones capaces de generar estrés reúnen en general las siguientes características:

Incertidumbre, exigencia al cambio, falta de información, indefensión, inexperiencia en el manejo de situaciones análogas, sensación de amenaza y/o aversión. (Sáiz, 2001).

2.6.-ANGUSTIA Y ANSIEDAD

Estos dos conceptos pueden considerarse como dos formas de expresión de un mismo problema. Incluso desde el lenguaje coloquial o no técnico, ansiedad y angustia son sinónimos, dos términos útiles para expresar un mismo modo de sentirse.

Sin embargo, no son sensaciones idénticas, puede decirse que en realidad representan distintas manifestaciones de algo común, que se ha puesto en relación con los dos patrones de respuesta instintiva en el mundo animal ante la situación de peligro: la reacción de sobresalto y la reacción de sobrecogimiento.

Puede que las diferencias sean demasiado sutiles, por lo que resulta difícil establecer una diferenciación clara. Se ha intentado diferenciar ambos términos considerando que desde el punto de vista psicopatológico ofrecen matices diferentes. Sin embargo, en la práctica clínica suelen usarse como sinónimos. Además en la bibliografía médica internacional se encuentra con mayor frecuencia el término ansiedad. Esto se debe a que en las lenguas anglosajonas no existan dos vocablos diferentes, sino sólo uno de ellos para denominar ambas reacciones emocionales.

Angustia

Las palabras “angor” o “angina” provienen de raíz griega y luego latina, que significan estrangulamiento, constricción y sofocación, estrechez o estenosis y se refieren a la sensación de opresión o constricción precordial con desasosiego que domina el cuadro. La *angustia* es una manifestación afectiva y se caracteriza por un temor a lo desconocido. (García, 2003)

La angustia, estenosis o estrechez, posee un carácter más somático o visceral (opresión precordial y epigástrica, sobrecogimiento), se vivencia como amenaza de muerte inminente y de perder el control de uno mismo.

Es un sentimiento sensorial localizado en las funciones viscerales que se manifiesta en forma de opresión en el pecho, garganta, corazón o estómago, aparato digestivo, de ahogo, de congoja y que a la vez se acompaña de un sentimiento de malestar, de sobrecogimiento o de paralización, con tendencia a la inmovilización y pasividad que afecta a todo organismo mientras dura la crisis, principalmente con mas manifestaciones en lo físico.

La *angustia* normal se basa en preocupaciones presentes o acerca del futuro inmediato y desaparece al resolverse las mismas. La angustia patológica, es desmedida, tiene a persistir, hace ver al futuro cargado de malos y desconocidos presagios y restringe de este modo la libertad y el desarrollo personal.

Ansiedad

La palabra ansiedad proviene del latín “anxietas” que significa congoja o aflicción (García, 2003). Consiste en un estado de malestar psicofísico caracterizado por una inquietud y por una inseguridad o temor ante lo que se vivencia como una amenaza inminente.

La ansiedad suele referirse más a vivencias o sentimientos psíquicos que se manifiestan en forma de una espera incierta, de inquietud o de sobresalto, activa a moverse y por lo tanto, con una traducción en el ámbito de la conducta de la persona de tipo psicológico, motor y menos visceral. El sujeto ansioso puede mostrarse inquieto, moviéndose de un lado a otro.

Es decir, la ansiedad, es una especie de nerviosismo acompañado de inquietud, se manifiesta con síntomas respiratorios predominantes (falta de aire, ahogos, sobresalto), se vive más bien como posibilidad de que pueda ocurrir “cualquier cosa”, como incertidumbre e inseguridad. Hay mayor relación con el aparato respiratorio, de manera que el individuo siente dificultad para respirar y tiene una sensación de ahogo.

La diferencia entre ansiedad normal y patológica es que cuando la ansiedad es leve se produce una sensación de inquietud e intranquilidad y cuando es muy severa puede llegar a paralizar al individuo, transformándose en pánico y se funda en valoraciones irreales de la amenaza. (Cía, 2002).

2.7.- MENOPAUSIA Y ANSIEDAD

La menopausia es el momento en la vida de la mujer en que cesa la función cíclica de los ovarios y la menstruación, sin embargo hay ocasiones en que se suele confundir estos términos, la ansiedad se puede presentar en cualquier etapa de la vida y la menopausia tiene un ciclo de aparición aproximadamente en la mujer mexicana, a partir de los 48 años, si bien son parecidos los síntomas, en la mujer menopáusica no se presentan todos los síntomas por los que se atraviesa en la ansiedad. (sednahospital.com.mx).

La menopausia se inicia al final de la última menstruación. Sin embargo, ese hecho sólo se comprueba más adelante, cuando no se produce flujo menstrual durante al menos 12 meses. La edad promedio en que tiene lugar la menopausia es alrededor de los 50 años, pero la menopausia también aparece normalmente en mujeres de tan sólo 40 años. Los ciclos menstruales regulares pueden continuar hasta la menopausia, pero en general las últimas menstruaciones presentan una duración y una cantidad de flujo variable. Progresivamente cada vez menos ciclos se acompañan de la liberación de un óvulo.

Con el paso del tiempo, los ovarios responden cada vez menos a la estimulación que provocan la hormona luteinizante y la hormona foliculoestimulante, secretadas por la hipófisis; en consecuencia, los ovarios secretan de forma progresiva menos cantidad de estrógenos y progesterona, y la liberación de óvulos (ovulación), finalmente, se detiene.

La menopausia prematura es la que se produce antes de los 40 años. Entre sus causas destacan una predisposición genética y trastornos autoinmunes, en los

que se producen anticuerpos que pueden lesionar varias glándulas, entre ellas los ovarios. (Manual Merk, 2005).

Sin embargo la menopausia, o el "cambio de vida", afecta a cada mujer de una forma diferente. Los calores y problemas para dormir afectaron a la una mujer de una forma, otra puede experimentar una nueva sensación de libertad y energía, o seguramente otra, casi ni se dio cuenta del cambio. (geosalud.com).

2.7.1.-Los síntomas de la menopausia

Los síntomas de la menopausia son tan diferentes e individuales en las mujeres. Algunas experimentan síntomas que sus amigas nunca sufren. La duración y severidad de los síntomas son variables. La menopausia es una parte natural de la vida porque todas las mujeres lo sufren, algunas con más dificultad que otras. Pero una cosa que todas las mujeres tienen en común es la habilidad para determinar las opciones sobre cómo tratar con sus síntomas menopáusicos. Aproximadamente en el mundo occidental el 12% de las mujeres no experimentan síntomas menopáusicos y aproximadamente el 14% experimenta los intensos problemas físicos o emocionales. (isoflavones.info).

Climaterio, transición en la vida de la mujer que se refiere al paso de la vida reproductiva a la no reproductiva, sus principales síntomas son bochornos o sudoraciones nocturnas, que van desde los 30 segundos hasta los 5 minutos, cambios del estado de ánimo, molestias vaginales y a largo plazo osteoporosis y enfermedad cardiovascular.

Los bochornos y la sudoración nocturna son los síntomas más comunes del climaterio y los presentan aproximadamente el 80% de las mujeres, otros menos frecuentes son el cansancio, irritabilidad, tensión nerviosa, dolor de cabeza y disminución en el interés sexual.

Los síntomas de atrofia vaginal se presentan en más de 50% de las mujeres mayores de 60 años y estos son la resequeidad vaginal (relación sexual dolorosa),

comezón vaginal, flujo, la predisposición a las infecciones vaginales, la incontinencia y las infecciones urinaria. (sednahospital.com.mx).

Síntomas de ansiedad	Síntomas de menopausia
Preocupación	Bochornos o sudoraciones nocturnas
Inseguridad	Cambios de estado de ánimo
Incapacidad de toma de decisiones	Molestias vaginales
Incapacidad de concentrarse	Cansancio
Confusión	Irritabilidad
Palpitaciones (pulso rápido)	Dolor de cabeza
Accesos de calor	Incontinencia
Tensión muscular, temblores	Mayor predisposición a contraer enfermedades vaginales y urinarias
Sudoración (bochornos)	Exageración de los problemas
Respiración rápida (sensación de ahogo)	Disminución en el interés sexual
Micción frecuente	Olvido
Tartamudeo, voz entre cortada	Inflamación de vejiga y vagina
Movimientos torpes	Incidencia de enfermedades vasculares
Hiperactividad	Osteoporosis
Comida en exceso o rechazo de esta	

Si bien son parecidos los síntomas, en la mujer menopáusica no se presentan todos los síntomas por los que se atraviesa en la ansiedad. (sednahospital.com.mx).

2.8.-ANSIEDAD POSITIVA (NORMAL), ANSIEDAD NEGATIVA (ANORMAL)

Ansiedad positiva (normal):

Se llama *ansiedad positiva* al estado de ánimo presidido por el interés, la curiosidad, el afán de conocer, lo que coloquialmente se conoce como “que alguien tiene muchas inquietudes”, inclinación a la cultura, etc. Un cierto grado de ansiedad positiva es bueno para cualquier tipo de rendimiento, el problema se produce cuando esta ansiedad se hace negativa. (Rojas, 2001).

Gracias a la ansiedad normal el cuerpo se prepara para la acción y sin ésta dosis de energía vital no se afrontarían desafíos y retos que se presentan en la vida. (Varela, 2002).

Éste tipo de ansiedad es adaptativa, controlable y útil para resolver problemas de la vida, aunque puede ser incómoda, no implica sufrimiento grave. (De la Gándara, 1999).

La ansiedad normal es proporcional en intensidad y duración al estímulo que la desencadena y no afecta al rendimiento, en otras palabras, es proporcional al estímulo. (Vallejo, 1990).

Ansiedad negativa (anormal):

Cuando la *ansiedad* se vuelve *negativa* se caracteriza por tener una gran intensidad, con una duración excesiva y sobre todo, que sea paralizante, que vaya produciendo bloqueos que cada vez van a más, por lo que puede considerarse como un trastorno de la afectividad que sí requiere de tratamiento. (Rojas, 2001).

Éste tipo de ansiedad es inútil, excesiva, inapropiada, no sirve para adaptarse y dificulta el rendimiento y la adaptación; por lo que, los mecanismos son puestos en marcha de manera adecuada pero duran más de lo debido, considerándose como anormal.

Les sucede a aquellas personas que no saben detener una respuesta y mantienen una actitud permanente de lástima, obsesión, preocupación reiterativa por un problema que ya ha pasado, se quedan atadas a sus circunstancias y eso les hace sufrir innecesaria e indefinidamente.

(De la Gándara, 1999).

La ansiedad patológica o anormal no sólo altera la actividad laboral o social de las personas, sino que desequilibra la homeostasis del organismo y se puede convertir en un agente debilitador del sistema autoinmune. Por eso, una ansiedad prolongada puede desencadenar graves problemas: unos psicológicos, como el abuso del alcohol o fármacos, trastornos sexuales o depresión, y otros físicos como úlcera gástrica, trastornos cardiovasculares, asma y problemas dermatológicos. (Varela, 2003).

Sus características principales son:

- Es más grave que la ansiedad normal, tanto en términos de intensidad como por su persistencia y duración.
- Aparece frecuentemente en ausencia de una amenaza obvia.
- La característica esencial es que su aparición implica un deterioro en el rendimiento y en la libertad personal del sujeto a causa de la combinación de síntomas físicos y psicológicos. (Saíz, 2001).

DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS ENTRE MIEDO, ANGUSTIA, ANSIEDAD, Y ESTRÉS

MIEDO	ANGUSTIA	ANSIEDAD	ESTRES
<p>*El temor es concreto, específico y se produce por algo, viene de afuera y se aproxima trayéndo inquietud, desasosiego, alarma.</p> <p>*Hay medidas defensivas (rationales) para esquivar, evitar o superar esa intranquilidad.</p> <p>*Surge una reacción adaptativa de urgencia ante una situación inmediata de peligro.</p> <p>*Su intensidad suele ser proporcional al peligro que la desencadena: a más peligro, más miedo.</p>	<p>*La angustia, estenosis o estrechez, posee un carácter más somático o visceral.</p> <p>*Es un sentimiento sensorial localizado en el cuerpo (garganta, pecho, corazón, estómago) que se manifiesta en forma de opresión en el pecho, de ahogo, de congoja.</p> <p>*El ritmo de tiempo se vuelve lento.</p> <p>*Tiende a adoptar una conducta de quedar frenado, paralizado, inhibido.</p>	<p>*Es un estado de malestar psicofísico caracterizado por inquietud y por inseguridad o temor al futuro de una amenaza inminente.</p> <p>*Es una especie de nerviosismo acompañado de inquietud.</p> <p>*El temor viene de todas partes y de ninguna ("todo frente a nada"), todo se vuelve difuso y hay síntomas físicos, psicológicos, de conducta, intelectuales y de contacto social.</p> <p>*El sujeto ansioso se muestra inquieto, moviéndose de un lado a otro.</p> <p>*El tiempo tiende a sentirse con más rapidez.</p> <p>*Hay una reacción conductual de sobresalto, inquietud, estar en guardia.</p>	<p>*Es la respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga más allá de las propias fuerzas que se manifiestan a través del plano físico, psicológico y de conducta.</p> <p>*El individuo se sitúa en condiciones de vida que le llevan continuamente al borde del agotamiento, lleva acumulado un sobre esfuerzo constante, tensión emocional y/o intelectual fuerte.</p> <p>*Siempre implica sufrimiento e incapacidad, aunque se disfraza para justificar las reacciones de miedo.</p> <p>*A diferencia de la ansiedad, cuya causa es vaga, está muy relacionado con situaciones concretas.</p>

2.9.- TEORIAS SOBRE LA ANSIEDAD

2.9.1.-Modelo de los tres sistemas o tripartito de la ansiedad de Lang

Según éste modelo la ansiedad es un estado que se expresa por tres sistemas diferentes:

- Conductas motoras: Conductas evitativas y otros aspectos del comportamiento como un aumento o disminución de la gesticulación, cambios en la postura y temblores.
- Expresiones lingüísticas: Se refiere a los sucesos cognitivos. Puede comprender la percepción del estímulo, incluyendo recuerdos pasados, imágenes o pensamientos específicos, descripciones de la ansiedad, del temor, terror, pánico y quejas asociadas de preocupaciones, obsesiones, incapacidad de concentrarse e inseguridad. Su evaluación no es fácil ya que incluye descripciones del sujeto desde sus percepciones de activación fisiológica.
- Estados fisiológicos: se asocia con un aumento de la actividad del sistema nervioso simpático, con incrementos de la tasa cardiaca, respiratorias, sudoración y tono muscular.

La mayoría de los terapeutas cognitivos concuerdan en que los pacientes que padecen trastornos de ansiedad, presentan pensamientos negativos y autoderrotistas acerca de sí mismos y su circunstancia, así como una tendencia catastrófica. Sin embargo una terapia que limita la terapia cognitiva es que la mayoría de los procesos conscientes tienen un antecedente preconscious.

2.9.2.-La ansiedad desde el modelo médico

En éste modelo se asume que se trata de entidades clínica, epidemiológica y biológicamente diferenciadas, que comparten características comunes en relación con su origen, curso y tratamiento. A través de mecanismos de acción de los fármacos que alivian la ansiedad, se ha deducido la existencia de un desequilibrio neuroquímico en diferentes sistemas de neurotransmisores, implicando sobre todo el

GABA, el noradrenérgico y el serotoninérgico. Por otro lado, cada vez hay más datos de la implicación del sistema hipotálamo-hipófiso-suprarrenal y el de la respuesta inmunológica en la ansiedad.

2.10.-ENFOQUES DE LOS MODELOS PSICOLÓGICOS SOBRE LA ANSIEDAD

2.10.1.-Teoría Psicoanalista

Freud, 1925 (en Vallejo, 2004) define la ansiedad como un estado afectivo o unión de determinadas sensaciones de la serie placer-displacer, con actos de descarga por vías determinadas. Supone una energía psíquica y otra física, no independientes sino interactuantes. Corresponden a la ansiedad sensaciones físicas, siendo las mas frecuentes las que afectan a los órganos respiratorios y al corazón.

La ansiedad tiene su ubicación en el Yo, solamente éste puede experimentar ansiedad. La fuente de esta ansiedad puede encontrarse en el mundo exterior (ansiedad frente a un peligro real), en el Ello (ansiedad neurótica) y en el SuperYo (ansiedad moral). La ansiedad frente a un peligro real se presenta ante la amenaza real existente en el mundo externo, es decir, el Yo se relaciona con el mundo exterior y lucha contra él para obtener una gratificación sin causar un desequilibrio en el organismo. En la ansiedad neurótica, el Yo lucha con el mundo de las necesidades instintivas. La ansiedad moral se presenta cuando se teme un castigo como consecuencia de haber sobrepasado un valor moral.

2.10.2.- Punto de vista del modelo cognitivo-conductual

Conductual: La ansiedad es un producto de un aprendizaje erróneo.

Cognitivo: La ansiedad es producto de una forma errónea de pensar.

El modelo cognitivo de la ansiedad plantea los pensamientos de alarma como un aspecto esencial tanto en las crisis de pánico como en la ansiedad generalizada y propone formas específicas de disminuir dichas señales de alarma. El éxito de éste modelo reside no sólo en la eficacia de sus métodos terapéuticos, sino que en dichos métodos son fácilmente replicables.

¿Cómo saber cuál de todas estas posturas es la mejor? Utilizando la estrategia de la medicina basada en la evidencia, parece que algunas de éstas técnicas en concreto los enfoques cognitivo-conductual, pueden ser los más efectivos en el tratamiento de la ansiedad, incluso, por delante de las terapias farmacológicas.

2.10.3.- El enfoque constructivista

Constructivismo: La ansiedad es producto de una forma errónea negativa de construir nuestra realidad.

Este modelo explica que a través del lenguaje conocemos y moldeamos la realidad y es esa construcción interna la que importa para entender y tratar la enfermedad mental. Este modelo se presenta como un posible marco de integración de los diferentes enfoques psicoterapéuticos. Hayan ha sugerido que la ansiedad es una metáfora que crea el individuo combinando acontecimientos externos y personales. Para el planteamiento constructivista lo importante es investigar qué lleva al sujeto a hablar de la ansiedad, no la ansiedad en sí misma.

El constructivismo da un protagonismo al lenguaje en la génesis de la ansiedad. Desde el punto de vista filogenético como ontogenético, los mecanismos de alarma aparecen mucho antes que el lenguaje y éste se convierte en un esclavo de las emociones más primarias y no al revés.

2.10.4.- La ansiedad desde la visión social

Diferentes estudios han encontrado una relación entre acontecimientos vitales y los trastornos ansiosos y depresivos. También se ha sugerido que el fracaso en las redes de apoyo social constituye un factor de riesgo importante para la aparición de las neurosis. La postura de que es la sociedad la que neurotiza al individuo es un planteamiento muy antiguo y desde la experiencia de nuestra vida cotidiana difícilmente refutable. La cuestión es que el cambio social es algo que está mucho más allá de las tareas y capacidades del médico.

Como comenta Barlow (en Vallejo, 2004), nuestra concepción de la ansiedad va así desde el modelo médico, que la ve encapsulada en el organismo hasta el constructivista, que no ve si no una metáfora mas en nuestra forma de concebir el mundo. En cualquier caso, llegados a este punto debemos tratar de dar algún sentido a esta multitud de explicaciones etiopatogénicas.

Principales propuestas etiopatogénicas para entender la ansiedad según los diferentes enfoques.

Modelo	Propuestas etiopatogénicas
Médico	Una vulnerabilidad genética asociada a factores inespecíficos de estrés provoca cambios neuroquímicos en determinados circuitos cerebrales, desencadenando una elevación patológica del estado de alerta.
Psicodinámico (clásico)	La ansiedad es fruto de un conflicto sexual reprimido no resuelto.
Conductual	La ansiedad es consecuencia de un aprendizaje de estímulos ansiógenos.
Cognitivo	La ansiedad es resultado de un procesamiento erróneo de la información, en concreto de una interpretación catastrofista de los síntomas físicos de alerta o de una anticipación exagerada de los peligros potenciales.
Constructivistas	La ansiedad es una metáfora que el sujeto ha construido para explicarse una serie de acontecimientos externos y experiencias personales.
Social	La ansiedad es el producto final de un cúmulo de acontecimientos vitales unido a la falta de red y apoyo social.

Vallejo, 2004

Tyrer y Steinberg han sugerido que en la práctica clínica se utilizan todos los modelos de forma secuencial, dependiendo del momento de evolución de la enfermedad y del contexto clínico en que estemos. Siendo esta sugerencia hasta cierto punto tranquilizadora, hay que advertir que no resuelve la integración teórica de estos enfoques. (Vallejo, 2004).

2.11.- MANIFIESTACIONES DE LA ANSIEDAD

Cada persona tiene su modo de expresar la ansiedad. Unos no pueden estarse quietos y a otros se les hace un nudo en la garganta. Es una reacción emocional, escasamente controlable por parte del individuo, que puede manifestarse en tres campos: el pensamiento, la fisiología y la conducta; dicho de otro modo, en forma de incomodidad mental, de reacciones corporales y de cambios en el comportamiento. Estas tres respuestas no siempre aparecen simultáneamente, incluso puede que no se experimente alguna de ellas.

Pensamiento:

Este tipo de síntomas son los cognoscitivos o psicológicos de la ansiedad y se refieren a las vivencias y sentimientos de ansiedad psíquicas, manifestada por emociones de tonalidad displacentera como intranquilidad, temores indefinidos, aprensión, irritabilidad e impaciencia. Cuando la ansiedad es tan intensa puede llegar a producir estados de bloqueo de pensamiento.

La respuesta del pensamiento (cognitiva) es desagradable. Cuando el análisis de la situación (real o imaginario) desencadena un estado de ansiedad, la mente ha elaborado un sentimiento de aprensión e inseguridad, por lo que, una persona ansiosa tiene autovaloraciones negativas, sintiéndose incapaz de afrontar la situación e imaginando todos los males que pueden derivarse de su incapacidad.

Según el nivel de intensidad, la ansiedad puede ser leve y dominable (“soy un miedoso, pero subo al avión”), fuerte e incapacitante (“no me acuerdo de nada, me retiro del examen”) o extrema (“me estoy volviendo loco”).

<i>Respuesta del pensamiento en estado de ansiedad</i>
<ul style="list-style-type: none">• Preocupación• Sensación de inseguridad• Aprensión• Sentimiento de inferioridad• Incapacidad de tomar decisiones• Incapacidad de concentrarse• Confusión• Desorientación• Olvidos frecuentes

Varela, 2002

Organismo:

El cuerpo es el termómetro de la mente, de modo que, ante un estímulo ansiógeno se produce una serie de alteraciones neurofisiológicas, las cuales están producidas por una serie de estructuras cerebrales intermedias donde se asientan las bases neurofisiológicas de las emociones, como el hipotálamo que es indispensable para la expresión de estas.

La ansiedad provoca una revolución en el organismo: activación de los sistemas Nervioso Central, Vegetativo y endocrino teniendo como consecuencia, descargas de adrenalina de donde brotan los síntomas físicos.

Cuando parece que el corazón se desboca y pierde el ritmo es debido a que se ha modificado la frecuencia cardiaca y cuando comienzan a sudar las manos o todo el cuerpo, es por efecto de la activación del sistema vegetativo simpático, que tiene además otros efectos como la respiración acelerada o la sequedad de la boca y aún otros, menos perceptibles por el individuo, como el aumento de la presión arterial o el incremento de la tensión muscular.

En el momento en que las alteraciones son muy intensas, pueden llegar a generarse trastornos como palpitaciones, dolores de estómago, temblores,

respiración agitada, sensación de falta de aire, escalofríos, vértigos, diarrea, disfunción eréctil, etc. Si esto sucede el valor adaptativo, es decir, el positivo de la ansiedad, se ha perdido y la alerta se ha vuelto contra el propio organismo. Lo que contribuye a la aparición de enfermedades psicosomáticas.

<i>Respuesta fisiológica en estado de ansiedad</i>
<ul style="list-style-type: none">• Palpitaciones, pulso rápido, tensión arterial elevada• Accesos de calor• Tensión muscular, temblores, sensación de fatiga• Sudoración, sequedad de boca• Náuseas, vómitos, mareos• Sensación de ahogo, respiración rápida• Micción frecuente• Disfunción eréctil, eyaculación precoz, frigidez, impotencia• Vulnerabilidad del sistema inmunológico

Varela, 2002

Comportamiento:

Los síntomas conductuales son una serie de manifestaciones clínicas de la ansiedad que pueden ser observadas por los demás al tener repercusiones directas sobre la conducta del sujeto, éstas implican una gran variedad de actos que van desde tics a grandes adicciones.

Cuando alguien sufre un estado de ansiedad, no suele permanecer quieto, sino al contrario, ejecuta movimientos repetitivos sin finalidad alguna, (manipulación continua de objetos, tocarse el pelo, morderse las uñas), también puede manifestar gran tensión e incluso puede llegar a llorar, tartamudear o ser incapaz de articular una palabra, (éstos pueden ser dominados aparentemente).

Sin embargo, la conducta más significativa del individuo ansioso es la evitación. Una persona que presenta una gran ansiedad frente a los ascensores, animales, oscuridad, otras personas o cualquier otra circunstancia, elude la situación dándole cierto alivio y tranquilidad momentánea, pero en la siguiente ocasión responderá del mismo modo, evitando el objeto que le inquieta.

Así nunca se enfrentará a la situación, sino que a medida que repita su conducta evitativa irá incrementando su ansiedad, por lo que, el círculo vicioso no se romperá.

Algunos ansiosos tratan de neutralizar la ansiedad y sus manifestaciones a través de conductas que les proporcionan sensación de seguridad como fumar, beber o con la administración de fármacos.

Muchos prefieren comer y acuden constantemente al refrigerador para encontrar en la comida una falsa tranquilidad y quizá, como afirman los psicoanalistas, un recuerdo inconsciente de la nutrición materna, que les reconforte psicológicamente.

<i>Respuesta del comportamiento en estado de ansiedad</i>
<ul style="list-style-type: none">• Evitación• Tartamudeo, hablar rápido o tener la voz entrecortada• Temblores y tics• Movimientos torpes e imprecisos• Hiperactividad o paralización• Risas nerviosas, bostezos• Explosiones emocionales• Comer en exceso o rechazar la comida• Abuso de tabaco, alcohol, fármacos o drogas

Varela, 2002

“Lo que a unos provoca ansiedad, para otros resulta inocuo y es que la ansiedad no la causan los sucesos sino la interpretación subjetiva de los mismos”. (Varela, 2002).

2.12.-DESENCADENANTES ANSIOSOS

Se dice que existen elementos que se consideran como precipitantes o predisponentes ansiógenos o mediadores que influyen en la aparición de la ansiedad:

- Se considera ansiógena toda aquella situación que incluye cambios significativos en el sujeto. La ansiedad alerta a la persona de que algo va a suceder, de que se

requiere estar atento y ser eficaz en la solución, sin embargo, también es ansiosa la situación de baja predictibilidad. La posible existencia de una consecuencia o un final imprevisto desencadena en la persona crea un sentimiento de incomodidad que puede hacerse más complejo.

- La incertidumbre también es ansiógena cuando un acontecimiento se pueda o no predecir, si será más o menos intenso, más o menos prolongado, aparatoso, etc. el hecho de no saber con certeza cómo sucederá algo temido aboca a la persona a efectuar un largo proceso que genera sentimientos, pensamientos y conductas que crean sentimientos de desesperanza y confusión ansiosa.
- Cada persona tiene una percepción subjetiva de sus propios mecanismos de respuesta ante las diversas situaciones por las que atraviesa, por lo que cada uno reconoce la calidad de las propias habilidades. En el caso de que sea pobre o poco solvente, la ansiedad se dispara con facilidad.
- Más ansiógena que las anteriores es aquella situación que ya se ha experimentado y que presenta mayor incidencia si se recuerda como de gran intensidad. En este caso, el trastorno suele ser anticipatorio y va aumentando a medida que se aproxima el estímulo.
- Sin embargo, la situación que más se considera ansiógena es aquella que se entiende trascendente, o sea, realiza con obligación de acometerse, sin excusas, irrenunciable y en general que responde al mandato autoimpuesto del “tener que”. (Luengo, 2003).

De acuerdo con el modelo cognitivo de ansiedad, son cinco los factores que pueden predisponer o establecer la vulnerabilidad y la propensión a la ansiedad y a los trastornos relacionados:

Herencia genética, Enfermedades somáticas, Traumas psicológicos, Ausencia de mecanismos de afrontamiento y Pensamientos, creencias, supuestos y procesamiento cognitivo distorsionado. (Stein, 2004).

Sin embargo, existen algunas causas más comunes que pueden causar ansiedad: parientes y amistades, saludos cordiales, hijos, embarazo, envejecimiento, trabajo, dificultades económicas, problemas legales y conyugales, exámenes, etc. (Priest, 1992).

L A M U J E R

“El deseo apasionado de ejercer un control absoluto e irrestricto sobre un ser vivo es la transformación de la impotencia en omnipotencia”

E. Fromm.

3.- LA MUJER

3.1.-ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA MUJER

La aparición de la propiedad privada, incidió sobre la estructura social, modificándola profundamente, originando la división en clases antagónicas y la consecuente lucha entre las mismas, además tuvo como resultado, de la explotación del hombre por el hombre, discriminaciones, prejuicios, actitudes e injusticias que reflejaban las transformaciones que habían tenido lugar en la base económica de la sociedad.

Aparte de la división en dos clases opuestas y con intereses irreconciliables: esclavos y amos, siervos y señores feudales, proletarios y capitalitas, donde una de ellas disfrutaba de todos los privilegios y de todos los derechos, y la otra (la verdadera productora de los bienes materiales) se veía desposeída del fruto de su trabajo y sometida a la explotación, se desarrollaron conceptos, teorías y formas de conducta, para toda la sociedad (aunque con definidas peculiaridades para cada clase) otras divisiones de carácter discriminatorio en función del color de la piel, origen nacional, creencias religiosas o del sexo.

3.1.1.- La condición de las mujeres desde el paleolítico hasta el siglo XX.

Esta es la que menos conocemos, puesto que aquellas sociedades vivían de la caza y de la recolección y no habían inventado aún la escritura.

El estudio de estas sociedades nos revela que mujeres dependían de la caza y la recolección y estaban presentes en las decisiones de la tribu.

Se dice que se intercambian mujeres como al igual que hombres, y no sólo los hombres intercambian sino también las mujeres.

Es probable que, se les diera mayor importancia a las mujeres que a los hombres, así la “división del trabajo entre los sexos (el varón cazando, la hembra recolectando y episódicamente cazando), está fundada sobre la cooperación.

Las mujeres eran muy apreciadas: las únicas estatuillas encontradas han sido femeninas de piedra o marfil, con atributos sexuales fuertemente marcados lo cual explica que la mujer hubiese podido disfrutar de un estatuto superior.

Posteriormente, con el descubrimiento de la fuerza del buey, agua y viento, por el conocimiento de las propiedades de los metales el hombre desplaza a la mujer y la reemplaza como a gente de la producción agrícola.

Aparecen las ciudades y por lo tanto la endogamia: todas las hijas de la casa son guardadas como reproductoras por los jefes de familia. Así se les reduce a las mujeres a realizar papeles de sirvientas-productoras de la familia.

Por lo que, desaparece el dominio femenino y aparecen estatuillas con representaciones masculinas, reconociendo así, el papel paternal y el debilitamiento del matriarcado.

Antigüedad:

La misoginia está enraizada en casi todas las culturas, sin embargo la gran referencia misógina la da la cultura grecorromana, imponiéndose a lo largo de los siglos venciendo otras influencias (como las bíblicas). (Nogués, 2003).

En los pueblos primitivos, la menstruación era asociada a un líquido perjudicial o letal, suciedad, elementos contaminantes, los niños eran separados de sus madres a edades tempranas por temor a su influencia. (Corsi, 2003).

En Egipto, los contratos relativos al pueblo dan una igualdad completa entre ambos sexos y muestran que el marido no posee ningún derecho sobre su mujer. Entre los germanos el estatuto de la mujer casada tendía también hacia la igualdad en el ejercicio de los derechos y en la gestión de los bienes.

La creencia en la superioridad del hombre en el plano físico constituía una evidencia para los anatomistas y para muchos la mujer es un hombre disminuido.

Según Aristóteles, en todas las especies, el macho priva sobre la hembra y está, por naturaleza destinado a someterla. (Sartín, 1998).

Al pasar los siglos, se despliega la cultura griega en los tiempos homéricos y la mujer es confinada a la vida privada, la obediencia y la privación del conocimiento.

El desprecio de los griegos por la mujer es expresado en varias ocasiones, por ejemplo, Platón, al describir los últimos momentos de Sócrates, expresa: “¡Qué extraños ruidos hacéis!, dijo a sus discípulos, he mandado que las mujeres se marcharan para que no nos molestaran con sus llantos, porque yo creo que un hombre debe morir en paz”.

Aristóteles en su *Política*, dice que hay tres clases de personas que tienen que ser gobernadas y dirigidas por otros: el esclavo, cuya voluntad no es libre, la mujer, cuya voluntad es incompleta y el niño cuya voluntad no tiene finalidad. (De la Torre, 1985).

En Roma su suerte no es mejor. Como lo expone el jurista Robert Villers (citado por Pernoud, en Mariam, 1998): “En Roma, la mujer, no era sujeto de derecho... su condición personal, la relación de la mujer con sus padres o con su marido son de competencia de la *domus*, de la que el padre, el suegro o marido son jefes todopoderosos... la mujer es solo un objeto”.

Prevalece la idea de la inferioridad de las mujeres, quienes no pueden ejercer función administrativa, jurídica o política. En suma, desde el punto de vista del derecho romano, la mujer no tiene más existencia que un esclavo.

Las mujeres eran muertas, asesinadas (desaparición forzada de las hijas menores). Se conservaba hijos varones por las necesidades militares y una hija. Las mujeres no estudiaban, hilaban la rueca y las jóvenes y vírgenes, aguardaban el matrimonio destinado por el padre. Mientras las mujeres se acataran a los ideales socioculturales y no pretendieran ir en contra, las cosas marchaban bien, por lo que la vida psíquica libre estaba prohibida pagándose con la vida. Las mujeres estaban condicionadas a sus roles y controladas por la paternidad dominante.

Solo hacia el año 390, a fines del siglo IV, la ley civil retira al padre el derecho de vida o muerte sobre sus hijos. Con la difusión del Evangelio desaparecía la primera y más decisiva de las discriminaciones entre los sexos: el derecho a la vida correspondía tanto a niñas como a varones. (Mariam, 1998).

Las mujeres disfrutaban de grandes libertades que les permitían ejercer todos los papeles que después le fueron prohibidos a su sexo, sin embargo la revolución gregoriana introdujo reformas en el seno de la iglesia imponiendo el celibato a los sacerdotes y la iglesia elimina a las mujeres de las elevadas funciones que en ella desempeñaban y el derecho del episcopado.

Con el paso de los años burócratas (tesoreros, cancilleres, magistrados, etc.) se adueñan del poder y de la cultura eliminando a las mujeres. La iglesia finge combatir a esos nuevos funcionarios para guardar su autoridad espiritual y política.

En todos los dominios de la vida política, religiosa y económica, las mujeres sufren una disminución de sus antiguos papeles, reservando las funciones al marido, reforzando los poderes del marido y ejerciendo una monarquía doméstica, pero las mujeres resisten tratando de crear otras prácticas sociales y varias mujeres se levantan en protesta sin éxito.

La inquisición envió a la hoguera varias mujeres acusadas de hechicería (llamadas brujas), ya que eran acusadas de atacar la potencia sexual de los hombres, el poder reproductor de las mujeres y de trabajar por la exterminación de la fe, sin embargo eran los únicos agentes de salud para los más pobres. De igual manera las que ya no podían procrear y habían perdido su encanto físico o que hubieran hecho uso de su sexualidad fuera de lo permitido por la sociedad. (Michel, 1999).

Otra característica del menosprecio en que se tenía a la mujer y lo muy poco que su voluntad significaba es la frecuencia del rapto en esta época. Era privilegio de cualquier caballero desafiar a otro que fuese acompañando a una dama y si lo

derrotaba podía hacer su voluntad con la mujer, sin que se considerase el hecho vergonzoso ni pudiera perseguírsele o acusársele por ello. Otra costumbre de rebajamiento en que se encontraban las damas de la nobleza, fueron los cinturones de castidad. El caballero feudal inventó la manera de procurarse de seguridad con relación a la fidelidad de su esposa o concubina.

Engels, citado en De la Torre, afirma: “el derrocamiento del derecho materno fue la gran derrota histórica del sexo femenino en todo el mundo. El hombre empuñó también las riendas de la casa, la mujer se vio degradada, convertida en la servidora, en la esclava de la lujuria del hombre, en un simple instrumento de reproducción”.(De la Torre,1985).

La diferencia con los salarios de los hombres aumenta, así, las mujeres ganaban las tres cuartas partes del salario de los hombres o se les reservan los trabajos peor pagados los más duros. Muchas se refugiaron en la prostitución. La agresividad de la sociedad hacia las mujeres determinó la de las madres hacia las hijas. En esta época se señala la costumbre de ciertas madres de golpear a sus hijas. (Michel, 1999).

Antes de convertirse en la “mujer-objeto” de nuestras sociedades de consumo la mujer, a lo largo de los siglos XVII, XVIII y XIX, no pasó de ser un “bien-mueble”... el hombre se casaba con ella por su dote. (Sartín, 1998).

En esas condiciones, las mujeres de todas las condiciones se rebelan: las obreras contra los salarios bajos, el desempleo, la dureza de las tareas, las burguesas contra la privación de todo derecho político o económico, obteniendo una reducción de dos horas de su trabajo que era de catorce, proponen mejorar la organización de talleres y exigen la creación de guarderías para niños, sin embargo su petición es desatendida, surgiendo así el antifeminismo.

Más tarde, en 1851 y 1967 se crearon en Inglaterra asociaciones femeninas, teniendo así igualdad de los derechos del hombre y de la mujer bajo una forma legalista y limitada. El acceso a la educación en todos los niveles fue una gran conquista de las feministas del siglo XIX. (Michel,1999).

No obstante, desde fines del siglo XIX, la mujer se ha liberado de la tutela conyugal y ha conquistado algunos derechos. (Sartín, 1998).

Después de la primera Guerra Mundial, el derecho al voto fue obtenido por las mujeres en 21 países. (Michel,1999).

La no participación de las mujeres en la vida política del estado puede observarse en todas las naciones: ni entre los griegos y romanos, ni entre los mayas y aztecas, ni entre los egipcios, hititas, etc, las mujeres participan en la vida pública ni gozan de derechos políticos de ninguna clase. (De la Torre, 1985).

Por lo anterior, se puede decir que sólo fue y es reconocido el trabajo productivo, mientras que el doméstico, de entera incumbencia femenina, quedó relegado y desvalorizado. De este modo surge la figura de la Madre, el amor maternal, el instinto materno, por lo que ser mujer es equivalente a ser madre. El entorno de las mujeres se redujo y quedó así a las tareas domésticas, crianza de los niños, lo privado e íntimo de los vínculos afectivos. Éste ámbito doméstico se convirtió en el ámbito “natural” de la mujer y esta “naturalidad” convirtió el trabajo femenino en invisible. (Corsi, 2003).

Estas son algunas de las opiniones a cerca de lo que los hombres pensaban de las mujeres en aquellos tiempos:

- *Platón*: “De los nacidos varones, aquellos que fueron cobardes y pasaron su vida en la injusticia, con toda probabilidad se transformaran en mujeres en segundo nacimiento”.

- *Aristóteles*: “El padre y el marido gobierna a su mujer y a sus hijos... En efecto, salvo excepciones antinaturales, el varón es más apto para la dirección de la hembra”.
- *Hipócrates*: “¿Qué cosa es la mujer? Y se respondía así mismo: la enfermedad”. “El hombre producen tanto semillas masculinas como femeninas, los mismo que las mujeres. Lo que sucede es que si la semilla más fuerte procede de ambos lados, produce un macho, si es la más débil, da lugar a una hembra...”
- *Galeno*: “...De hecho la hembra es menos perfecta que el varón respecto a las partes destinadas a la generación. Porque estas partes se forman en ella cuando aún era feto, pero debido a la falta de calor, estas partes no pudieron salir y situarse en la parte externa y esto resultó en que el animal que se formó era menos perfecto que el que es perfecto en todas sus partes (el hombre)”.
- *San Agustín*: “La mujer es una bestia que no es firme ni estable”.
- *Santo Tomás*: “La mujer es un hombre malogrado, deficiente”. (De la Torre, 1985).

3.2.- IGLESIA vs. MUJER

Históricamente, la organización de géneros con la que se ha moldeado la diferencia sexual se ha realizado con hechos y con palabras de forma masiva y escandalosa contra la mujer.

Por lo que a la cultura occidental se refiere, la referencia es la Biblia y en algún modo también el Corán. En estos textos se puede observar la reserva ante lo femenino relacionada con los tabúes menstruales y la dominación masculina, y aún siendo esto grave, son en general más respetuosos con la mujer que los textos griegos. (Nogués, 2003).

La Iglesia supeditaba la mujer al hombre, al extremo de que San Pablo escribía que “el hombre es dueño de la mujer como Cristo es cabeza de la Iglesia. No debe permitirse a la mujer ninguna educación e instrucción: que obedezca y se calle”.

Para los judíos, la mujer no es más que un hombre frustrado, “un vaso imperfecto”, asimilan a la mujer a todo lo deforme, débil o que lleve el sello de una inferioridad esencial. Extraída del hombre, hecha para él, la mujer no posee existencia fuera del mismo.

Por parte de los padres de la Iglesia se vio reducida al rango de hombre disminuido o, como sostiene Santo Tomás, al estado de “ser accidental”...

Puesto que al no haber nacido de la cabeza ni de los ojos de Adán, se daba por admitido que la mujer tenía menos juicio que él.

Sea como fuere, la mujer es temible dada la fragilidad del hombre. Pero Eva sigue cargando sola con la responsabilidad de la caída. Sigue siendo la criatura del diablo. De acuerdo con la letra de la Biblia se culpaba a la mujer de que por débil, ignorante y codiciosa había arrastrado al pecado a Adán, quien, en último extremo, había sido seducido por ella.

La iglesia ha multiplicado las prohibiciones en torno a la mujer y le ha infundido un sentimiento de culpabilidad de que, tras veinte siglos, empiezan a duras penas a librarse las más evolucionadas.

La doctrina de la caridad más elevada, del respeto más sagrado debido a un ser humano y una criatura de Dios, se transformó desde los primeros tiempos del cristianismo, por voz y gracia de los Padres de la Iglesia, en torrentes de imprecaciones y de odio.

Por lo anterior, si uno se atiene solamente a la moral, no se acaba de comprender porqué la iglesia se lanza contra la mujer. El pecado de la carne se comete entre hombres y mujeres. Por muy Padres que sean de la Iglesia, los hombres son siempre hombres, sometidos a sus pasiones, intereses y temores.

Sin embargo, la Iglesia apenas ha modificado su posición en veinte siglos de historia. Hasta estos últimos años se le ha negado el acceso al estudio de la teología y muchos son los que se escandalizan ante el hecho de que se les entreabra esa

puerta. En la actualidad, la Secretaria de estado del Vaticano no admite, en determinadas ceremonias o protocolos oficiales que los gobiernos sean representados por mujeres acreditadas ante la Santa Sede.

Sus propias manos, cuya caridad y dulzura siguen siendo impuras a los ojos de la iglesia.

Las mujeres ni siquiera, están autorizadas para desempeñar la función de acólito en las celebraciones litúrgicas es decir, no pueden hacerla de monaguillo. Solo será liberada cuando deje de ser magnificada en su función biológica o social, y se la respete en cuanto ser humano, pero para esto es necesario que la propia Iglesia se libere de su temor a la mujer y de todos los prejuicios que alimenta a su respecto, en el fin de adaptarse sencillamente a la ley de Cristo y del Evangelio. (Sartín, 1998).

Entre los antiguos hebreos la lapidación era el castigo de la mujer adúltera. No está demás señalar que en los mandamientos dados por Jehová a Moisés aparece lo siguiente: “No codiciarás la casa de tu prójimo, no codiciarás la mujer de tu prójimo, ni si siervo, ni su criada ni su buey, ni su asno, no cosa laguna de tu prójimo”. Es decir, que la mujer a parece como un propiedad del hombre, conjuntamente con los siervos, bueyes y asnos, y que si se prohíbe el desear la mujer del prójimo, ello se hace por las mismas razones por los que se prohíbe codiciar cualquier tipo de propiedad ajena, ya se trate de la mujer, casa o buey. (De la Torre, 1985).

La mayoría de las mujeres del Antiguo Testamento aparecen marcadas solo por el rol de la maternidad y por la rivalidad de género. Esta rivalidad entre mujeres es un producto del mismo patriarcado y sirve a sus fines.

Por lo tanto, una lucha contra el sistema patriarcal debe incluir la solidaridad de las mujeres junto a la consciencia de que es la rivalidad lo que mantiene el patriarcado. Las relaciones de solidaridad entre mujeres dentro de la Biblia casi no existen, las mujeres en la Biblia luchan por sus hijos, los alientan, ayudan, defienden, dan sus vidas por ellos, todo el sentido de sus acciones está en torno al marido o al

hijo y que ellas no tienen nada que ver con sus hijas, que las relaciones entre madres e hijas no existen. Pareciera que las mujeres, sobre todo aquellas que son importantes, que son elegidas de forma especial por Dios, nunca tuvieron hijas, nunca se habla de los conflictos entre madres e hijas, es como sino existieran.

Las mujeres interfieren en cualquier ámbito de la vida pública, política, religiosa...a favor de sus hijos, por intereses de ellos. Jamás interfieren a favor de las hijas. Por lo tanto, la maternidad tiene una función clara en el mantenimiento del sistema patriarcal, que se transmite de padres a hijos varones, con la necesaria colaboración de las mujeres. Y esto ha llegado a la identidad de las mujeres de Occidente.

El Dios que encontramos en las historias de la mayoría de las mujeres, es una proyección del patriarcado. Este Dios, introduce los mecanismos del patriarcado y su disgusto porque en general está de parte del control masculino y patriarcal.

La religión judeocristiana delegó la autoridad al hombre partiendo de un sujeto a imagen y semejanza de un Dios masculino. La mujer quedaba ubicada como un objeto subordinado que debía ser dominado. Eran valoradas únicamente por su labor reproductora. Si nos atenemos a la Biblia, la mujer ha sido “parida” por el hombre. Sale de él y es hecha para él, para su compañía y continuidad. (Corsi, 2003).

Con respecto a otro libro sagrado de otra religión, en el Corán se observa que, a pesar de la profunda diferencia en la concepción de la vida, hay entre ésta y la cristiana, un punto de coincidencia: la supeditación de la mujer con respecto al hombre. En el Corán se llegó al extremo de discutir la existencia del alma en la mujer sobre la base de que ésta le fue dada por Dios al hombre al soplarle en la boca para darle vida, pero que la mujer, formada de una costilla extraída del primer hombre, no recibió ese hálito vital, ya que la Biblia no dice nada al respecto, y por lo tanto no recibió alma. También dice que los hombres están un grado por encima de ellas. Los hombres tienen vara alta sobre las mujeres según la superioridad que Alá ha dado a

los unos sobre las otras en compensación de los que gastan de sus bienes. Las mujeres virtuosas son fieles, conservadoras para la ausencia de lo que Alá conserva.

El Corán legitima la poligamia, predominante entre los árabes, pero reduce en cuatro el número de las esposas sin contar las concubinas. Además autoriza la “unión de goce” pasajero.

El hombre compra a la mujer mediante el pago de un precio, “se recomienda que se pegue a la mujer desobediente pero con la moderación de la que se emplea con un esclavo o un camello”.

La viuda en algunos lugares, tenía que aislarse durante un año en una choza de las más miserables, no podía bañarse, ni cortarse las uñas, ni peinarse ni cortarse el cabello, tenía que permanecer con unos vestidos especiales que no podía cambiar hasta que se les rompiesen sobre el cuerpo.

Entre los Vedas, los libros sagrados de los hindúes, se habla de que la esposa se ocupará personalmente de la comida de su marido, que cuidará de su propio cuerpo para que resplandezca su belleza en la casa del que es su amo, señor y esposo, mientras que éste, rodeado de sus parientes, amigos y servidores, se dedicará a labores poéticas o a un trabajo artístico.

Ese panorama que pintan estas religiones es el general de la mujer en el régimen esclavista, después de los que Engels describió como la “gran derrota histórica del sexo femenino”. Bestia de trabajo, objeto de lujo, juguete de placer, según el grupo social o clase de que se trate, la mujer, muchas veces sin derecho alguno y siempre supeditada al hombre, aparece en una posición especial y aparte, de franca inferioridad con respecto a la del sexo masculino. (De la Torre, 1985).

Y aún mas, gracias a la nueva luz que la ciencia proyecta sobre la creación, el argumento ontológico según el cual la mujer ha sido creada después del hombre y extraída de él, idea que durante siglos ha constituido la prueba de su inferioridad y de su dependencia, cobra significado muy diferente.

Si, como pretende el nuevo evolucionismo, el hombre ha sido creado a partir de un animal que adquirió lentamente, a lo largo del tiempo, conciencia y razón, el hecho de que la mujer hubiese nacido después de Adán postularía para ella una perfección y una superioridad mayor. (Sartín, 1998).

3.3.-LA EDUCACIÓN FEMENINA

La organización de un sistema educacional y por consiguiente, las cuestiones de a quién se educa, qué se le enseña y cómo se le enseña, están determinadas por la ideología y por los intereses de la clase dominante. El estado clasista tiende al logro de sus propios objetivos y la defensa y afianzamiento de sus propios intereses, y estructurar, supervisar y controlar el sistema educacional de la nación es una de las armas decisivas para asegurar la obtención de sus propósitos.

El estudio del sistema educacional capitalista permite en seguida observar una doble tabla de valores: de una parte, contra el proletariado y el campesinado, de otra, contra la mujer, todo ello como resultados de un doble predominio capitalista y masculino.

Y como eran hombres que representaban los intereses de la burguesía en el poder, sus actitudes, prejuicios, opiniones e intereses, como hombres y burgueses, quedaron integrados e inspiraron a las diversas formas en que se estructuraron los sistemas educacionales del mundo capitalista.

Por ejemplo, la vida de las diosas y semidiosas en el Olimpo Griego, las mujeres ocupaban una posición de igualdad, cuando no de superioridad con respecto a los hombres.

Es de notar que las mujeres en pocos casos consideren indigno de ellas el realizar una actividad masculina, aunque puedan ser capaces de llevarla a cabo, sin embargo, el varón se avergonzará de intervenir en trabajos que estimen como propios de mujeres y el grupo social (incluyendo a las mismas mujeres) despreciará al que tal cosa haga, llegando, como sucedía entre algunas tribus de indios

norteamericanos, a obligarlo a vestirse de mujer y a convivir con éstas, prácticamente como una más de ellas.

En términos generales, el hombre de las clases superiores tenía a los esclavos para los trabajos rudos y desagradables y a las mujeres, libres o esclavas, para la satisfacción de sus deseos sexuales y para las labores domésticas; unos y otros (con poca diferencia de grupo a grupo) sin derecho alguno y entregados a la voluntad del dueño todopoderoso. Al hombre de esa clase superior le quedaba la guerra, el gobierno de la nación, las posiciones sacerdotales más eminentes, la ciencia, el arte, pero sin rebajarse al trabajo manual, bueno sólo para mujeres y esclavos.

Y aunque en los grupos más atrasados culturalmente el hombre se veía obligado a ciertas labores manuales: la caza, atención de los rebaños y ciertos trabajos agrícolas, siempre las actividades secundarias, más monótonas, menos importantes y más exigentes corren por cuenta de la mujer. El guerrero, cazador, pastor, conocen de momentos de ocio. La mujer nunca.

En un período posterior la educación masculina comprendió los estudios de dialéctica sofística y todo lo que en aquella época podía saberse de astronomía, geografía y física. “El objeto de la educación fue desde entonces formar al hombre cultivado apto para todas las funciones de la vida privada y pública, el orador y el hombre de estado”. Los griegos crean su cultura como la cultura de la elevación de las fuerzas varoniles sin relación espiritual con la mujer.

En cuanto a la educación romana, la joven no podía aspirar a otra que aquella que la preparara para las labores domésticas. La ciencia, el arte, la política, correspondían al hombre.

Hablando sobre las costumbres de los indios de tierra Firme, se dice que cuando algún cacique o señor principal se muere, todos los familiares y domésticos criados y mujeres de su casa que le servían, se matan. Hernán Cortés, en su

Segunda Carta de Relación, cuenta como Moctezuma le regalo joyas de oro y una hija suya, así como otras hijas de señores a algunos de los hombres que le acompañaban. También contribuye a determinar la posición que ocupaba la mujer entre los aztecas, su afirmación de que los religiosos de entre ellos no tienen acceso a mujer, ni entra ninguna en dichas casas de religión.

Según Saco, cuando los españoles llegaron a Tlaxcala, durante la conquista de México, encontraron que se acostumbraba, cuando moría un hombre de clase noble, se arrojaban vivos en la hoguera, junto con el cadáver, a la mujeres que más había querido, así como algunos esclavos y esclavas para que les sirviesen en la otra vida.

Con los aztecas, el destino y la educación estaban predeterminados en función del sexo. Así, si al niño se le mostraban armas y utensilios de juguete que los padres ponían en sus manos, enseñándoles los movimientos para usarlos. Si el nacido era hembra, los padres hacían simular que tejía y que hilaba con instrumentos de juguete.

Y mientras existían dos tipos de escuelas para los varones: el *telpuchcalli*, casa de los jóvenes, para la educación corriente que todo hijo de la casta dominante recibía, y que impartía la enseñanza del civismo, historia, tradiciones y las normas religiosas comunes, así como el dominio de las armas y de los distintos oficios y artes; y el *calmecac*, en donde se preparaban los futuros sacerdotes, las hembras solamente contaban con las escuelas que entrenaban a las futuras sacerdotisas: el resto de las jóvenes recibía toda su instrucción en el hogar y bajo la dirección de su madre.

Entre los antiguos mayas, la educación de las hembras consistía en enseñarles a hacer tortillas de maíz, ocupación que consumía gran parte del tiempo.

En efecto, la fabricación de tortillas, lavado de ropa y crianza de los hijos eran las tres actividades principales en la vida de la mujer maya en los tiempos antiguos y siguen siendo los actuales. Por su parte los jóvenes de las castas superiores

aprendían las ciencias de su tiempo: escultura, astronomía, matemáticas, historia, tradiciones y prácticas religiosas en los templos.

Hombres y mujeres no comían juntos. Las mujeres de la casa sirven a los hombres y no se sientan a la banqueta hasta que los primeros hayan terminado y se hayan levantado.

Entre los *warihios*, de la región de Sonora y Chihuahua, en Norteamérica, las mujeres cocinan, atienden a las labores del hogar, tejen cestas, mantas y petates, trabajan en cerámica, acarrear agua, recolectan fruta y semillas y ayudan a sus esposos en los campos de maíz. También atienden a los hijos.

Los hombres se ocupan del cultivo de maíz y de buscar la leña y las provisiones. Cuidan también el ganado y hacen trabajos de cuerda, cuero y madre. Construyen las casas, con el auxilio de las mujeres que acarrear los materiales. Cazan y pescan. (De la Torre, 1985).

Las figuras parentales por tener acceso directo desde el nacimiento y debido a la indefensión de los menores, son las que más rápidamente tienden a reprimir o castigar las actitudes y comportamientos considerados femeninos en sus hijos varones. Esto evidencia dos aspectos: la homofobia y la infravaloración de la mujer.

Desde muy temprana edad, existen áreas en las que se produce la socialización de género en niños y niñas:

- Las estructuras del entorno físico para niños y niñas: los colores azul o rosa, la decoración y adornos de las habitaciones, las distintas vestimentas.
- Los juguetes que se proporcionan según el sexo: para las niñas, muñecas, juegos de cocina, peluquería, enfermería y para los niños, camiones, autos, armas. Incluso aquellos juguetes considerados neutros, como los animales de peluche, se escogen según el tipo de animal. Por ejemplo los conejos y ositos para las niñas, leones y tigres para los varones.

- Los diferentes estilos de interacción con los bebés por parte de los padres u otros adultos, en función del género. Se evidencian en la forma de jugar: con las niñas, en forma suave y delicada, se les permite llorar, se las protege para evitar que se lastimen o caigan, mientras que con los niños los juegos son más rudos, agresivos y se espera que ello lo soporten sin emitir quejas si son lastimados.

En el aprendizaje del rol de género los medios de comunicación tienen gran influencia: los modelos transmitidos por la televisión y libros marcan clara y específicamente las diferencias entre el rol de hombres y de mujeres, la publicidad transmite una imagen estupidizada y estupidizante de la mujer, que ayuda a perpetuar la posición infravalorada de ella en toda la sociedad. Se la utiliza como mero sujeto de consumo y no es tomada en cuenta a la hora de participar en forma activa en el proceso de toma de decisiones sobre comunicación mientras que la imagen que se trasmite de los hombres es de poder, trabajo productivo, toma de decisiones y jefes del hogar, son duros, autosuficientes y agresivos en muchos casos.

3.3.1.-La educación en las niñas

La cercanía “cuerpo a cuerpo” con la madre permite que las niñas desarrollen una identificación personal, al incorporar los rasgos de personalidad, conducta, actitud y valores de la madre, y entrelazar los procesos afectivos y el aprendizaje del rol. Las niñas se identifican con ser madres y aprenden roles maternos, familiares y reproductivos.

Las niñas juegan con muñecas y se les enseña a servir, obedecer, ser sumisas y cuidar de otro. Deben asumir un rol pasivo y dependiente, esperando que los acontecimientos sucedan para entonces reaccionar. La función materna ha sido caracterizada, como de sostén emocional y de cuidados personales.

El trabajo de la mujer en el hogar se caracteriza por ser repetitivo, rutinario y de máximo esfuerzo y dedicación. Es un trabajo invisible, que sólo se percibe cuando

se realiza mal o de forma insuficiente. De este modo, el rol del género femenino se destaca por actividades que corresponden con el estereotipo de ser pasivas, tiernas, sumisas, obedientes y dependientes, dedicadas al cuidado de los demás. A las mujeres se las ve como madres, enfermeras y profesoras.

La mujer bien adaptada al patriarcado, percibe a los hombres como superiores, proveedores, representantes de la autoridad y del poder de decisión. (Corsi, 2003).

3.3.2.- La educación en los niños

La ausencia del padre en la estructura familiar no permite que el niño se identifique con éste de la misma manera que la niña con su madre. El rol paterno cobra valor a través de la posición social relacionada con lo laboral y la producción, no con lo familiar, por lo que su única función es la de proveedor de lo económico y la posición social.

Los niños aprenden su masculinidad identificándose con algunos rasgos del padre y no con él como persona, y de igual manera, también interviene la incorporación de imágenes culturales de la masculinidad.

A los niños se los estimula para comportarse de manera independiente, que obtengan lo que desean en forma inmediata, aun con la utilización de la fuerza. La masculinidad implica negar la relación con la madre, ya que, identificarse con ella, se aceptarían los aspectos feminizantes socialmente desprestigiados, como la capacidad de cuidado de los otros, la sensibilidad emocional y sus expresiones. El resultado visible de dicho proceso psicológico es el desempeño de roles sociales abstractos y despersonalizados que dan prioridad a lo intelectual sobre lo emocional.

A los hombres, el estereotipo los asimila con un comportamiento agresivo, competitivo, con un alto grado de exigencia de éxito y se los ve como doctores, empresarios, legisladores, etc. esto es posible debido a que las cualidades que el patriarcado le asigna al varón son capacidad de mando, sabiduría, conocimiento y

posesión de la verdad, cualidades que son positivas para el hombre (ya que es él quien ejerce el poder) pero negativas para la mujer (porque es quien debe estar sujeta a ese poder que es delegado de generación en generación).

Los varones son más rígidos, ya que evitan a cualquier costo actitudes feminizantes como llorar, quejarse o cualquier otra cosa que pueda hacer que los consideren como un “mariquita”, una niña indefensa y débil. De allí la importancia que cobra para ellos la vinculación con otros hombres, que les permite reafirmar y sostener su identidad personal comparándose, compitiendo y explorando sus propias potencialidades masculinas en un grupo de pares.

Tener un nivel más alto de testosterona en los hombres parece ser un factor para las conductas violentas. Sin embargo, no se puede dejar de lado la menor tolerancia a la frustración, mayor irritabilidad e impaciencia, la mayor impulsividad, tendencia a jugar bruscamente y la mayor preocupación por el dominio que configuran un factor de riesgo para la violencia.

El trato más duro que los chicos reciben en su infancia no hace sino reforzar esas tendencias. Las experiencias de rechazo emocional, humillaciones o maltratos a los que son sometidos y las familias que fomentan actitudes y conductas combativas inclinan la balanza hacia la utilización de conductas violentas.

El hombre bien adaptado al sistema patriarcal percibe a las mujeres como un conjunto débil u hostil, pero en cualquier caso como un territorio donde debe ejercer la superioridad masculina, que no se le presenta como imposible debido al aval social.

Los mensajes recibidos en forma implícita o explícita a lo largo de la vida y que se siguen transmitiendo resultan facilitadores de conductas violentas. Algunos de ellos son:

Para los varones	Para las mujeres
• Los hombres no lloran.	• Las niñas juegan tranquilas.
• Los hombres no se dejan manosear.	• Quédate tranquila que yo te voy a ayudar.
• Los hombres juegan fútbol.	• Las niñas no pelean, se portan bien, son señoritas.
• Los hombres se aguantan y se hacen a golpes.	• Las niñas juegan con las muñecas y los juegos de té.
• Los varones tienen que estudiar y trabajar, son los responsables de mantener la casa	• Las mujeres si pueden llorar.
• Los hombres necesitan mucha calle.	• Para que va a estudiar una mujer? Mejor que se case.
• El que manda es el hombre.	• Las mujeres sólo se dedican a su marido.
• Los varones no son tiernos, no lloran.	• El lugar de la mujer está en su casa y con su familia.

Este tipo de mensajes funcionan como mandatos explícitos o implícitos aprendidos a través del modelaje social y una vez internalizados, incorporados a los valores de los individuos, determinan su forma de enfrentar tanto las expectativas personales respecto de lo que se espera de cada sexo como las relaciones interpersonales impregnadas de estereotipos que impulsan la marginación de aquellas o aquellos que se aparten de ellos. (Corsi, 2003).

3.4.- TEORÍAS SOBRE LA INFERIORIDAD FEMENINA

Entre quienes aceptan la “asimetría sexual” como un hecho natural e inevitable, se encuentran distintas posiciones, que van desde la aceptación de tal estado de cosas por ser voluntad divina hasta la asignación de la causa del problema de la subordinación de la mujer a factores biológicos que hacen del varón un ser agresivo y dominante. (Castellanos, 1991).

3.4.1.- La versión tradicionalista

Según ésta posición debido a la mayor fuerza física del hombre, así como a factores hormonales que los hacen propensos a la agresividad y a la violencia, los varones de las sociedades llamadas primitivas se convierte en cazadores.

Su papel social al procurar la mayor parte del alimento de la tribu o del grupo los hacen más apreciados y valorados que las mujeres. Dentro de ésta perspectiva, la masculinidad conduce naturalmente a una actitud protectora a la vez que dominante hacia las mujeres, cuyo papel reproductivo las hace dependientes.

La división sexual del trabajo, tiene, tanto como las diferencias jerárquicas entre los sexos, un fundamento biológico. Esta explicación parece ser la más extendida actualmente entre las posiciones tradicionalistas.

Como señala Gerda Lerner, esta posición, aunque inicialmente convenció incluso a muchas feministas, no sólo se fundamenta en dudosa base biológica, sino que presenta una visión de las sociedades cazadoras y recolectoras que no puede sustentarse ante la evidencia antropológica:

“En la mayoría de estas sociedades, la caza de grandes presas es una actividad auxiliar, mientras que la mayor parte de los suministros de alimentos se obtiene mediante actividades de recolección y la caza de pequeños animales que está a cargo de mujeres y niños. Además, es precisamente en las sociedades cazadoras y recolectoras donde se encuentran muchos ejemplos de complementariedad entre los sexos y sociedades en las cuales las mujeres disfrutaban de un estatus relativamente alto, lo cual está en contradicción directa con las posiciones de la escuela de pensamiento basada en “el hombre cazador”.

Efectivamente, el determinismo biológico choca contra las conclusiones obtenidas por muchos antropólogos, incluyendo feministas, que han demostrado que en muchas sociedades las diferencias de roles y estatus entre los géneros no

comportan dominación necesariamente, ni llevan a una subvaloración de la mujer ni de lo femenino. (Castellanos, 1991).

3.4.2.-Teoría biológica

El verdadero campo de batalla en el debate sobre las capacidades femeninas está planteado por la craneología, que fue introducido por el neuroanatomista austriaco Franz Joseph Gall y consistía en delimitar las facultades intelectuales de las mujeres. También lograron gran repercusión los hallazgos del neurólogo francés Paul Broca. Aunque las teorías de ellos fueron interpretadas de varias formas, en general sirvieron para proveer de evidencia científica a los prejuicios sexistas acerca de la inferioridad mental de las mujeres. Así, tales ideas como que las mujeres eran menos inteligentes porque su cerebro era menos pesado, menos voluminoso o dotado de circunvoluciones cerebrales más superficiales, gozaron de gran popularidad.

Por otro lado, Novoa Santos, afirmaba que el cerebro del macho trabajaba con un ritmo más rápido que el de la hembra, porque el antagonismo entre las funciones procreadoras y sexuales hacía lenta la actividad mental femenina a partir de la adolescencia. También creía que las facultades mentales superiores de los hombres quedaban demostradas por el mayor tamaño de su cerebro. Él planteaba: “Anatómica y psicológicamente, el cerebro de la hembra humana está, en general, entre el de la bestia y el del macho y la mujer se aproxima más que el hombre a los salvajes y otras razas inferiores”.

De igual manera, la endocrinología tuvo aportes a la inferioridad femenina, ya que las novedades endocrinológicas decían que el inicio de la menstruación, elevaba el consumo de la energía el cual tomaba la forma de principios arsenicales tireoidianos, y daba origen a una deficiencia de éstos compuestos arsenicales, que influían en la actividad sexual.

El gasto de este capital con fines relacionados con la procreación actuaba también como detrimento de la piel y del nacimiento del cabello, así quedaba demostrado porqué las mujeres eran menos inteligentes y tenían menos pelo. (Aresti, 2001).

3.5.- EL USO SEXISTA DEL LENGUAJE

El lenguaje no es una creación arbitraria de la mente humana, sino un producto e histórico que influye en nuestra percepción de la realidad; por lo que los niños y niñas deben aprender las formas lingüísticas aceptadas y reconocidas por la sociedad en las que han nacido: la lengua no es sólo una cierta habilidad para poder comunicarse, es, además, el medio por el que se constituyen a si mismos como personas que se relacionan con otras en el mundo social. El lenguaje les enseña un género determinado al que pertenecen y a la vez, les permite ubicarse como ser personal y social y les limita los modos de ser disponibles.

Al transmitirnos socialmente las experiencias acumuladas de generaciones anteriores, el lenguaje condiciona nuestro pensamiento y determina nuestra visión del mundo. En este sentido la lengua es, como mínimo, un espejo de la realidad. Refleja cómo es la sociedad que la utiliza y es normal que recoja todo lo positivo y negativo de la misma, ubicando las desigualdades que se dan; es por esto que los prejuicios sexistas que el lenguaje trasmite sobre las mujeres son el reflejo del papel social atribuido a éstas durante generaciones. A pesar de que el papel de las mujeres en la sociedad ha experimentado desde principios del siglo, los mensajes que el lenguaje sigue transmitiendo sobre ellas refuerzan su papel tradicional y dan una imagen de ellas relacionada con el sexo y no con sus capacidades y aptitudes, intrínsecas a todos los seres humanos. (Pellicer, 1998).

3.5.1.- El uso del femenino y el masculino

La lengua castellana o el español tienen términos, ya sean masculinos y femeninos, que realmente incluyen a mujeres y hombres sin prejuicio ni omisión de unas ni otros. Es decir, representan simbólicamente al conjunto de hombres y mujeres. Son palabras genéricas, que incluyen los dos sexos. (Pellicer, 1998). El español no ha sido una lengua sexista, lo que si es sexista son las normas que la regulan, porque fueron creadas en una sociedad jerarquizada por aquellos que dominaban la realidad en ese momento: los hombres. En una sociedad donde la mujer y todo lo femenino, no tenía cabida en el espacio público y si lo hacía era en contadas ocasiones, por ello era normal que algo tan cotidiano como el lenguaje, también la excluyera. Las reglas gramaticales estaban hechas por los hombres para representar el mundo de los hombres. (Flecha, 2001).

“Una palabra no puede significar un algo o un todo que es diferente de lo que se nombra, y mujeres y hombres son diferentes. El conjunto de unos y otros son las personas, pero la palabra “hombre” no representa a la mujer y se hace necesario, por lo tanto, nombrarla. Lo mismo ocurre en el rojo y el azul: ambos son colores, pero el uno no incluye ni representa al otro. Decir diferentes, no significa opuestos ni complementarios”.

Moreno (Pellicer, 1998) comenta “debemos resaltar la idea ya expuesta de que los modelos lingüísticos son genéricamente ambiguos para la mujer y claros y tajantes para el varón. Éste sólo tiene que aplicar la regla de oro: siempre y en todos los casos hay que usar el masculino. La mujer, en cambio, permanecerá continuamente ante la duda de si debe renunciar a su identidad sexo lingüística o a seguir las reglas establecidas por academias reales y aceptadas por todos”.

A través del lenguaje se enseña qué es lo que tiene valor y aquello que no lo tiene, se clasifica a las palabras en masculino y femenino pero a su vez también se las califica de forma adjetiva, es decir, se le pone una especie de nota a las palabras

para que estas diferencien a las palabras que denominan lo positivo de las que denotan lo negativo y las palabras calificadas negativamente, casualmente suelen ser del género femenino.

Pero...¿cómo se manifiesta el sexismo en el lenguaje?

Existen un amplio número de manifestaciones, acciones y ejemplos del uso del lenguaje:

1. Se habla y se escribe siempre en masculino con valor genérico:

La utilización del masculino con valor genérico es mucho mas frecuente en plural que en singular. Los plurales masculinos se aplican a hombre y mujeres, cualquiera que sea el numero de ellos y de ellas. Generalmente hay una “presencia agobiante” del masculino y por consiguiente una sistemática ocultación del género femenino. Es por esto que la palabra “hombre” se considera sinónimo de humano.

2. Se utilizan oraciones, dichos, refranes, chistes...que desvalorizan a la mujer con respecto al hombre:

En primer lugar, en la utilización de refranes, ¿qué conclusión se saca de refranes como “ a la mujer le gusta que el hombre sea como el café: fuerte, bueno y caliente”, “mujer al volante, peligro constante”, “la mujer y el vidrio siempre están en peligro”, la buena casada sólo de su marido se agrada”...?

O de los dichos que se escuchan con frecuencia y que se repiten casi sistemáticamente, como “los varones no lloran”, “eso es cosa de hembras”, etc.

3. Los significados de algunas palabras y adjetivos tienen diferentes significados si corresponden a uno u otro sexo:

Frecuentemente, en estos casos, lo femenino tiene menos valor y es más negativo. Algunos nombres de animales en género femenino sirven a modo de insulto para ambos: “perra” como prostituta, “gallina” como cobarde, “víbora” como mala, etc. algunas palabras tiene un sentido muy diferente según la versión masculina o femenina: *mujeril*: inferior, insignificante; *varonil*: viril, esforzado, valeroso; *gallo*: ser valiente, guapo, el que manda en un sitio; *gallina*: ser cobarde.

4. Uso de nombres, apellidos, títulos de cargos y profesiones:

La designación asimétrica de mujeres y hombres en el campo político, social y cultural responde a una tradición discriminatoria para las mujeres que debe modificarse. El tratamiento general utilizado para dirigirse a un hombre es siempre “señor”, sin embargo a las mujeres se las nombra, generalmente, su estado civil “señora o señorita”. Esta diferencia se debe a una tradición, que distingue sin que sea pertinente, entre mujer casada y soltera, por lo que no se puede continuar identificando a las mujeres por su estado civil o por su relación con los hombres (señora de...). Cuando se trata de profesiones consideradas “masculinas” y por lo tanto, de mas prestigio, ha habido y sigue habiendo en algunos casos resistencia a aceptar al correspondiente forma femenina: “ingeniera”, “abogada”, o “jueza”. Lo mismo cabe considerar para cargos de prestigio masculinos como: “alcaldesa”, “ministra”, “presidenta”, etc. ahora bien en el idioma que se oponga a la feminización de los nombres de carreras, profesiones, cargos u oficios, habrá que convenir en que la resistencia no es de orden lingüístico, sino social y entonces puede que la contradicción entre la tendencia de la lengua a la feminización de los nombres y la mentalidad imperante en sociedades “machistas” no sea mas que aparente y que, en realidad, no haya tal contradicción: los nombres de

carreras, profesiones y cargos se feminizan, sí, pero cuando estos son de prestigio, hay resistencia a utilizarlos para designar a las mujeres que los ejercen o los desempeñan. (Pellicer, 1998)

3.6.- LA IMAGEN DE LA MUJER EN LOS TIEMPOS MODERNOS

Podría parecer que la mutación cultural que supusieron la modernidad y la ilustración habría acabado con los prejuicios contra las mujeres. En realidad, el cambio solamente supuso la desaparición de algunos de los razonamientos de tipo científico aplicados a demostrar la inferioridad femenina, pero el estereotipo de desvalorización fue viendo de forma activa y ya sin ninguna conexión con la cultura religiosa dominante que había dado origen a esto. Ahora, en contra de esta cultura, viven los mismos prejuicios contra las mujeres.

La marginación que universalmente ha sufrido la mujer tiene su causa en las diferencias sexuales. Para unos, las diferencias sexuales impondrán unas diferencias innatas para determinar las funciones que acabarían cristalizando en los roles. Para otros, serían los roles asignados lo que profundizarían unas diferencias mínimas convirtiéndolas en fundamentales. Es por esto, que en la actualidad se sigue marginando de manera frecuente a la mujer. (Nogués, 2003).

Algunos estereotipos confinan a la mujer al papel de ama de casa y al hombre al de proveedor, esa división reduce a la mujer al ámbito privado y deja al varón en dominio del ámbito público, de este modo la mujer se ha visto obligada a considerar que su única meta en la vida es el matrimonio, la maternidad y por lo tanto, la formación de una familia. Considerar el trabajo productivo como responsabilidad propia del varón lo coloca en posición para controlar y manejar los recursos económicos y tecnológicos a los que está estrictamente ligado el poder. El trabajo que la mujer efectúa en el hogar es de consumo inmediato, invisible y no valorado económica ni socialmente. Fue una práctica común que cuando la mujer incursionaba en el mundo laboral lo hiciera en actividades que son una extensión del

ambiente doméstico (maestra, enfermera, costurera). Actualmente las tendencias están cambiando y las mujeres se han incorporado a oficios y profesiones que antes eran exclusivamente de hombres. (Loria, 1998).

En nuestros días, se ha adquirido la idea de un determinado incremento del papel asignado a la mujer en el ámbito social y familiar y también de su igualdad de derechos en relación con el hombre.

Por lo que nos encontramos en un período crítico de cambio del modelo patriarcal tradicional de la familia. De las crisis que producen cambios pueden derivarse tanto tendencias positivas como negativas. La opción positiva se refiere a la integración de la mujer a una vida social cada vez más plena, el respeto de sus derechos y la democratización de las relaciones familiares, pero al mismo tiempo se abre la posibilidad de una opción negativa: puesto que el antiguo modelo sigue en vigencia y coexistiendo con el nuevo, en la práctica se produce una duplicación de la jornada laboral de la mujer: trabajo extradoméstico y en su hogar. (Corsi, 2003)

3.7.- ¿CÓMO ESTÁ ESTRUCTURADA ÉSTA SOCIEDAD?

La estructura de nuestra sociedad está basada en un modelo de sociedad patriarcal que se sustenta en la desigualdad entre los hombres y las mujeres, un modelo que transmite unos valores y formas de comportamiento muy diferentes para hombres y mujeres.

Este modelo de sociedad lleva a un reparto de funciones que subordina a las mujeres en el plano sexual, económico, social y político. En este reparto de funciones a las mujeres les corresponde tradicionalmente el de madres y esposas, expropiándoseles de la fuerza de trabajo. (Flecha, 2001).

3.7.1.- ¿Qué mensajes se transmiten?

Alguno de los “impedimentos” que se atribuyen a los sexos no tienen su origen en que una persona sea o no capaz de hacer algo porque sus características biológicas se lo impidan, sino que son limitaciones que tienen un origen cultural y social. Así pues, no se considera correcto o apropiado que una persona de determinado sexo lleve a cabo una tarea concreta, no porque no sea capaz de hacerla con igual eficacia que las personas del otro sexo, sino porque esa actividad en concreto no se considera socialmente apropiada a su sexo. Esta forma de pensamiento se tiene muy arraigada y frecuentemente se pasa por alto de que supone una forma de sexismo que limita a mujeres y hombres en el desarrollo como seres completos.

A veces resulta difícil “develar” al trampa intrínseca a esta socialización de género, porque se llega a creer que determinada habilidad es “natural” en algún sexo. Pero, ¿realmente es natural?, es por esto que conviene aplicar la llamada “ley de inversión” según la cual, cuando algo puede parecer “natural” en las relaciones de género, se trata de imaginar la misma situación cambiando el sexo de los personajes y entonces, el mismo hecho que antes parecía “natural” ahora parece no apropiado. En este caso se puede pensar con cierta seguridad que se está ante un

hecho que “tiene una trampa” en la asignación de “naturalidad” que se ha hecho a uno u otro sexo. (Flecha, 2001).

Entonces... ¿Qué modelos se pretenden imponer de lo que debe ser una mujer o un hombre?

¿Qué roles se deben de cumplir para cada unos de los sexos?

Para las mujeres:

Las mujeres son definidas como seres para los otros, la vida de cada mujer no encuentra sentido en si misma, sino en los otros. La vida de las mujeres adquiere sentido siempre y cuando haya vínculos con otros. En el centro de cada mujer no está ella misma, sino la existencia de las demás personas hacia las que desplaza su energía vital, destinada a satisfacer sus necesidades y deseos. Cumplir los deberes de género supone ser aceptadas como sombras de quien es considerado el único sujeto. A las mujeres que no cumplen los mandatos de género les queda la exclusión, el rechazo, la desvalorización, el daño, el castigo.

Los mandatos son generalizados e internalizados por una gran parte de las mujeres desde que son niñas que tratan de circunscribir el destino de las mujeres al ámbito del amor, familia y maternidad.

Ser una mujer es ser una buena madre, buena esposa o compañera, es ser sensible, ser pasiva, ser emotiva, ser dulce, tierna, es ser sumisa, ser callada, es ser entregada a los demás...

Es tener una predisposición natural y especial al amor, es tener a la maternidad como imperativo de identidad sin embargo por otro lado no deben ser demasiado inteligentes, no deben ganar mas dinero que su pareja, no deben ser demasiado divertidas, no deben estar mucho tiempo fuera de casa por lo que ser profesionales es ser excesivamente comprometidas y por lo tanto no se tiene tiempo para la casa.

En resumen los rasgos que se le reconocen son de fragilidad, vulnerabilidad, dificultades para la individualización, pasividad, escasa asertividad, dependencia, intolerancia a situaciones de conflictos, baja autoestima. Cualidades que ubican a la mujer en el ámbito doméstico y no en el empresarial.

Si la mujer no cumple este modelo, este rol, se la margina, se la señala, se la rechaza socialmente. En algunos casos, algunos hombres usarán la violencia para que la mujer se amolde a este modelo.

Estas pautas de conductas no son negativas en si mismas, algunas de ellas se consideran auténticas que harían de esta sociedad un mundo mejor, lo que habría que preguntarse es por qué sólo se educa a las mujeres en ellas, por qué sólo a la mitad de la población se les exigen estas "cualidades". (Flecha, 2001).

Para los hombres:

Ser hombre es importante, es ser autosuficiente, es ser fuerte, es ser poco emotivo, es ser competitivo, es gustar del riesgo, de la aventura, es ser valiente, es ser protector...

Si un hombre no cumple con estos roles, se le cuestiona como tal y con frecuencia se genera en ellos la necesidad de probar su masculinidad adoptando a veces actitudes que multiplican los elementos mas negativos de estos roles. Se favorecen ideas de superioridad y se crea en ellos expectativas de obediencia en la mujer, de modo que pueden percibir la autonomía de ésta como un atentado a su masculinidad: "mi mujer no necesita trabajar", "yo soy capaz de mantenerla", "no la dejo hacer esto o aquello", "no se viste así..."

Las diversas representaciones de género, estereotipos sociales y sus normas, son fundamentalmente en la configuración de la subjetividad de cada persona. Se aprenden desde el principio de la vida y son componentes del propio ser, son dimensiones subjetivas. Para el reconocimiento de la diferencia, no de la desigualdad, es imprescindible mantener una actitud crítica hacia los estereotipos

que, en la medida en que son pensamientos y creencias que se basa en ideas no comprobadas, menosprecian, devalúan, deshumanizan y minusvaloran a los miembros de grupos específicos: mujeres, homosexuales, etc. sin embargo, hay que considerar que la modificación tiene como resultado imponerles toda la responsabilidad del cambio, lo cual fomenta la idea muy arraigada de que los chicos “son como son” y por lo tanto no pueden cambiar.

En resumen, de esta manera se van sentando las bases de la subordinación femenina, ya que estas pautas de comportamiento que se les exigen a las mujeres hacen seres dependientes, no sólo económicamente, sino también emocional y psicológicamente de los hombres. (Flecha, 2001).

3.8.- PROPUESTAS PARA UNA EQUIDAD DE GÉNERO

Llevará muchos años cambiar la actitud y la mentalidad de la gente respecto de la mujer, según muchos, como mínimo una generación o talvez más. Sin embargo, es tan importante elevar la conciencia sobre el problema de la violencia contra la mujer y educar a los niños y a los hombres para que consideren a la mujer una valiosa copartícipe en la vida, en el desarrollo de la sociedad y en el logro de la paz, como lo es adoptar medidas de orden jurídico para proteger los derechos humanos de la mujer.

Retar el género requiere un gran esfuerzo personal y conduce a una revolución intelectual de tipo personal, las mujeres han sido educadas para la obediencia y la amabilidad, por lo tanto, para las mujeres puede ser difícil luchar contra las normas de género, porque eso supone un conflicto entre lo que creemos un deber y lo que puede ser. A veces, todo esto puede suponer, una crisis intelectual, emocional, afectiva, personal, de valores y tomar caminos diferentes a los que se han aprendido.

Para impedir la violencia también es importante que se empleen medios no violentos en la solución de los conflictos entre todos los miembros de la sociedad. Para romper el ciclo del abuso será preciso lograr la colaboración y la acción concertadas de los gobiernos y las entidades no gubernamentales, incluidos los educadores, las autoridades sanitarias, legisladores, el poder judicial y los medios de información. (Pellicer,1998).

Habría que empezar por desarticular la división sexual del trabajo y la asignación de roles naturalizados en el marco familiar. Quizás, como todavía es difícil establecer un valor remunerado por el trabajo realizados dentro del hogar, al menos que quien lo realiza encuentre un apoyo sentimental, apoyo que podría expresarse con palabras o frases como: “gracias”, “que rico está”, “siéntate que yo lo preparo” u otros comentarios, por parte de los beneficiarios que ayudarían a las mujeres a sentirse reconocidas. Es decir, empezar porque las mujeres no se sientan aisladas y los hombres muestren voluntad de participar en las actividades que exige el bienestar doméstico. Además de no mantener acciones o tareas clasificadas como de hombres o de mujeres.

Se deben llevar a cabo una educación dentro y fuera de la familia basada en la igualdad de niños y niñas. Inculcándoles que el simple hecho de nacer hombre o mujer no los predetermina a realizar una función en la sociedad, sino que todos tienen las mismas capacidades para desempeñar cualquier tarea. (Flecha, 2001).

Algunos planteamientos no sexistas que una familia consciente del papel que le toca jugar en la socialización de las nuevas generaciones, son los siguientes:

- Valorar igualmente a niñas y niños. No pidiendo un comportamiento ni unas acciones diferentes a unas y otros.
- Exigir el mismo grado de responsabilidad en las tareas académicas, domésticas y profesionales a ambos. (Pellicer,1998).
- No permitir que los chicos se consideren con ciertos privilegios y que las chicas piensen que lo doméstico es una tarea exclusiva suya.

- No permitir que las mujeres lleguen a pensar que si algo no funciona bien en el ámbito familiar es culpa suya, en este sentido hay que educar su mentalidad.
- Transmitir valores igualitarios a chicas y chicos.
- Potenciar la participación de las chicas en toda clase de juegos y orientarlas para el ejercicio de cualquier actividad profesional. (Flecha, 2001)

Con respecto al lenguaje, algunas acciones positivas para mejorarlo, son las siguientes:

- Hacer referencias constantes a los dos géneros por igual: los padres y madres, las alumnas y los alumnos, maestros y maestras, etc.
- Una de las formas de evitar la ocultación de las mujeres del masculino, es utilizar términos genéricos o neutrales, sean femeninos o masculinos, que representan a un conjunto de mujeres y hombres, por ejemplo: cambiar la palabra hombre por el ser humano, al persona, al gente o la humanidad; los profesores por el profesorado, los alumnos por el alumnado, los jóvenes por la juventud, etc.
- Al utilizar los géneros, cuidar que el femenino no ocupe siempre un segundo término o aparezca abreviado “alumno(a) o alumno/a”. acostumbrarse a alternar, tanto al hablar como al escribir, el femenino y el masculino indistintamente: poner alumna y alumno o bien, alumno y aún y mejor aún utilizar “alumnado”.
- Incluir el femenino desde el kinder, es decir nombrar a las niñas, a las mujeres en todos los ámbitos educativos de manera permanente. Esto ayuda a que las niñas suban su autoestima, al verse reconocidas en el lenguaje, los textos, las imágenes, etc.
- Ignorar o evitar los dichos o refranes, es decir procurar no transmitirlos ni reproducirlos.
- Analizar y criticar cuando alguien llegue a utilizar refranes o dichos que degraden la imagen de la mujer, haciéndole ver que son expresiones que desvalorizan a la mujer. Y sería muy útil, analizarlos en el aula, usándolos como ejemplos y explicando al alumnado las connotaciones sexistas que poseen.

- En relación a la animalización de las mujeres, eliminar del vocabulario la palabra “hembra” para nombrar al género femenino, porque tampoco se dice “macho” cuando se habla de hombres o niños. La expresión “hembra”, en lugar de “mujer” adolece de rasgos devaluativos: pareciera que es un ser secundario, que no llega a la categoría de humana.
- Con respecto a la historia oral y escrita, mencionar las aportaciones que las mujeres han hecho al desarrollo de la humanidad, reconociendo su trabajo, tanto en la reproducción de la especie humana como en el campo científico y cultural. (Pellicer,1998).

La familia es, ante todo el primer lugar donde los niños y niñas se forman como personas, es por esto, que es necesario que todos tengan los mismos derechos y deberes en el hogar. En este sentido el papel del hombre como padre evoluciona de proveedor de bienestar y modelo de comportamiento a adquirir también los roles de cuidador y educador. (Flecha, 2001).

CAPITULO II

METODOLOGÍA

CAPITULO II.- METODOLOGÍA

- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

¿Existe en las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar niveles de ansiedad?

- OBJETIVO:

Descubrir el nivel de ansiedad en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.

Evaluar el nivel de ansiedad en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.

- HIPÓTESIS

Hi₁.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar presentan niveles de ansiedad.

Ho₁.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar no presentan niveles de ansiedad.

Hi₂.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar presentan niveles de ansiedad moderado.

Ho₂.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar no presentan niveles de ansiedad moderado.

Hi₃.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar presentan niveles de ansiedad severo.

Ho₃.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar no presentan niveles de ansiedad severo.

Hi₄.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar con mayor tiempo de relación en pareja presentan niveles de ansiedad severo.

Ho₄.- Las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar con mayor tiempo de relación en pareja no presentan niveles de ansiedad severo.

- VARIABLES:

V.I.- Violencia intrafamiliar

V.D.- Nivel de ansiedad

- DEFINICIÓN CONCEPTUAL:

Violencia Intrafamiliar:

Violencia intrafamiliar se entiende como la agresión o daño sistemático y deliberado que se comete en el hogar contra algún miembro de la familia, por otro integrante de la misma. Este daño se produce al violar o invadir los espacios de la otra persona, sin su permiso, para quitarle su poder y mantenerla desequilibrada, con el objetivo de dominarla y controlarla. (Ramírez, 2004).

Ansiedad:

Es un sentimiento subjetivo que implica la presencia de aprensión, tensión, inquietud, temor indefinido, inseguridad o miedo, a modo de anticipación indefinida de un peligro no aclarado u objetivo, miedo ante la “nada” en contraposición al miedo ante un peligro o amenaza real. (De la Gándara, 1999).

- DEFINICIÓN OPERACIONAL:

Violencia Intrafamiliar:

Mujeres que asistan a un centro gubernamental de atención a violencia intrafamiliar.

Ansiedad:

Para llevar a cabo la medición de ansiedad, se aplicará el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), que se encuentren en grupo terapéutico a causa del maltrato familiar que reciben en sus hogares. Este inventario consta de 21 reactivos y de cuatro niveles de ansiedad:

1.-Mínima, 2.-Leve, 3.-Moderada y 4.-Severa.

- MUESTRA:

46 Mujeres que asistan a un centro gubernamental de atención a violencia intrafamiliar y que sean víctimas de violencia intrafamiliar.

- MUESTREO:

Es No probabilístico de cuota debido a que se hizo una clasificación de estratos de acuerdo con los objetivos del presente estudio, es decir, se dividió a la población en 4 grupos de edades con rangos de 10 años cada uno.

- CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Mujeres víctimas de violencia Intrafamiliar.
- Mujeres con un rango de edad de 20-60 años.
- Que las víctimas acudan a un centro gubernamental de atención a violencia intrafamiliar.

- CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

- Mujeres que no presenten violencia intrafamiliar.
- Mujeres que tengan menos de 20 años o más de 60 años.
- Que las víctimas no acudan a un centro gubernamental de atención a violencia intrafamiliar.

- DISEÑO DE INVESTIGACIÓN:

Es un diseño *correlacional* ya que tiene como propósito medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos o variables (entre la violencia familiar y el nivel de ansiedad).

- *TIPO DE INVESTIGACIÓN:*

Estudio descriptivo, pues se pretende describir los niveles de ansiedad en las mujeres con relación a la violencia intrafamiliar; de igual manera la presente investigación se clasifica como un estudio transversal debido a que el estudio de la percepción de los niveles de ansiedad se estudió en el presente, es decir, en un momento determinado.

- *INSTRUMENTO:*

El instrumento que se utilizó para ésta investigación fue el siguiente:

Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

Ésta escala fue desarrollada por Beck en 1988, para evaluar específicamente la severidad de los síntomas de ansiedad en una persona. El BAI consta de 21 reactivos cada uno de los cuales, se califican en una escala de 4 puntos, en donde 0 significa “poco o nada” y 3 “severamente” del síntoma en cuestión. Es una escala de autoaplicación para evaluar sintomatología ansiosa.

El Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) se tradujo al español y se determinaron las propiedades psicométricas en población mexicana, para ello se llevaron a cabo cuatro estudios.

En el primero se tradujo y se probó el instrumento en una muestra piloto de estudiantes universitarios. Posteriormente se replicó el análisis de consistencia interna y validez factorial de instrumentos en una muestra de población abierta de 1000 sujetos.

En un tercer estudio se determinó la confiabilidad Test-Retest y la validez convergente del BAI en caso a la correlación de éste con el Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE). Para finalizar se compararon las puntuaciones medias del BAI entre pacientes con trastorno de ansiedad y sujetos voluntarios sanos.

La versión mexicana del BAI demostró una alta consistencia interna (alphas de .84 y .83 en estudiantes y adultos respectivamente), alta confiabilidad Test-Retest ($r=.75$), validez convergente adecuada (los índices de correlación entre el BAI y el IDARE fueron moderados, positivos y con una $p < .05$) y una estructura factorial de cuatro factores principales congruente referida por otros autores con la versión original, que aunada a la diferencia notable entre las puntuaciones promedio del BAI de pacientes con trastornos de ansiedad y sujetos normales ($t=19.11$, $p < .05$), propone este instrumento como una medida válida de sintomatología ansiosa en población mexicana.

Las normas de calificación del Inventario de Ansiedad de Beck son las siguientes:

Nivel de ansiedad	Puntaje crudo
Mínima	0-5
Leve	6-15
Moderada	16-30
Severa	31-63

- PROCEDIMIENTO:

Se asiste a un centro de gubernamental de violencia intrafamiliar, con la finalidad de aplicar el inventario de Ansiedad de Beck, (el cual será calificado de acuerdo al manual de dicho inventario), donde acuden mujeres con éste tipo de violencia a recibir apoyo de la institución, a la población que cumpla con los criterios de inclusión de la investigación, se le aplica el inventario con el objetivo de medir sus niveles de ansiedad. Los datos obtenidos son capturados en el programa SPSS 11.0, aplicando en éste, la prueba "T student" para correlación de grupos, por lo que los resultados fueron clasificados en grupos de edades,

asignándoseles un número a cada uno: 21-29 (1), 30- 39 (2), 40- 49 (3) y 50- 59 (4), por lo que, se llevo a cabo la comparación de los tres primeros grupos con respecto al último y de igual manera se realizó un cuarto grupo, éste con respecto al tiempo de relación teniendo el siguiente grupo: 6 meses-12.5años (1) y 12.6 años- 39 años (2), comparándose estos entre sí. Teniendo de esta forma los resultados.

- ANÁLISIS ESTADÍSTICO:

Para obtener los resultados del cuestionario del Inventario de Ansiedad de Beck se llevaron a cabo grupos de edad, donde el 1er grupo contó con la edad de 21-29, el 2do grupo 30-39, el 3er grupo 40-49 y 4to grupo 50-59, al igual que se obtuvieron 2 grupos con respecto al tiempo de relación, teniendo el 1er grupo 6-150 meses y el 2do grupo 151-468 meses, con los que se realizó un análisis con la prueba T de Student, para observar que en que reactivos se mostraba significancia estadística con un valor de .05 o menor con respecto a niveles de ansiedad en mujeres que cuentan con violencia intrafamiliar, obteniéndose un total de 4 tablas, donde se excluyeron los reactivos que no fueron diferenciados por los sujetos, es decir, que no identificaron como síntomas de ansiedad debido a la violencia que presentan.

CAPITULO III

RESULTADOS

CAPITULO III .- RESULTADOS

Es una población de 46 mujeres que cuentan con edades de entre 21 a 59 años, 24 casadas y 22 solteras que experimentan violencia intrafamiliar, donde se consideraron los siguientes factores: edad, ocupación, escolaridad, num. De hijos y el tiempo de relación con respecto a su pareja. Por lo que a continuación se muestra una tabla con los porcentajes de la población de manera general.

En cuanto a las preguntas que se observaron de manera significativas en las 4 tablas, fueron 1, 2, 8 y 15, por lo que se puede decir que en éstas mujeres se presenta con mayor incidencia los síntomas de entumecimiento, hormigueo, oleadas de calor o bochornos, inseguridad y dificultad para respirar, teniendo como segundo término a las preguntas 3, 19 y 20 donde nos indica que a veces a éstas mujeres se les presenta debilitamiento en piernas, debilidad física, ruborización, sudoración que no es debida al calor y dificultad para relajarse.

Tabla 1.-Distribución General de Edad

EDAD	%
21-29	30.4%
30-39	28.2%
40-49	28.2%
50-60	13.0%

En ésta tabla se explica el rango de edad que predominó, el cual es el de 21-29 con un 30%, le sigue el rango de 30-39 y 40-45 ambos con un porcentaje de 38% y por último el rango de 50-60, con un resultado de 13%.

EDAD	%	OCUPACIÓN	%	ESCOLARIDAD	%	HIJOS	%	TIEMPO DE RELACIÓN	%
20-29	16.6%	Hogar	58.3%	Primaria	25%	0	8.3%	6-150 meses	33.3%
30-39	41.6%	Empleada	33.3%	Secundaria	25%	1	8.3%	151-468 meses	66.6%
40-49	25.2%	Licenciatura	4.2%	Preparatoria	8.3%	2	45.8%		
50-60	16.6%	Comercio	4.2%	Licenciatura	20.8%	3	25.0%		
				Técnica	20.8%	5	8.3%		
						6	4.3%		

Tabla 2.- En ésta tabla se muestran las características de la población de mujeres casadas las cuales fueron 24, encontrándose que existe una mayoría de mujeres casadas las cuales comprenden el rango de edad de entre 30-39 años, su ocupación tiende a ser en el hogar, con una escolaridad de primaria y secundaria, con 2 hijos y un tiempo de relación relevante de 151-468 meses.

MUJERES SOLTERAS VICTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

EDAD	%	OCUPACIÓN	%	ESCOLARIDAD	%	HIJOS	%	TIEMPO DE RELACIÓN	%
20-29	45.4%	Hogar	22.7%	Primaria	22.7%	0	22.7%	6-150 meses	72.7%
30-39	13.6%	Empleada	31.9%	Secundaria	22.7%	1	13.7%	151-468 meses	27.3%
40-49	31.8%	Licenciatura	22.7%	Preparatoria	22.7%	2	27.3%		
50-60	9.2%	Comercio	22.7%	Licenciatura	22.7%	3	18.3%		
				Técnica	9.2%	5	9.0%		
						6	9.0%		

Tabla 3.- En ésta tabla se muestran las características de la población de mujeres solteras, las cuales fueron 22, encontrándose que existe una mayoría de mujeres casadas que comprenden el rango de edad de entre 20-29 años, su ocupación tiende a ser empleadas, con una escolaridad variada de primaria, secundaria, preparatoria y licenciatura, con promedios de 2 hijos y un tiempo de relación relevante de 6-150 meses.

NIVELES DE ANSIEDAD

NIVELES DE ANSIEDAD EN MUJERES VICTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

MINIMA	13 %
LEVE	22%
MODERADA	24%
SEVERAMENTE	41%

Tabla 4.- En ésta tabla se explica el con respecto a las 46 mujeres que investigación, encontrándose un nivel de ansiedad severo, con 41%, seguido de un nivel de ansiedad moderado con 24%, en ésta población de mujeres que cuentan con violencia intrafamiliar.

porcentaje de niveles de ansiedad se consideraron para ésta

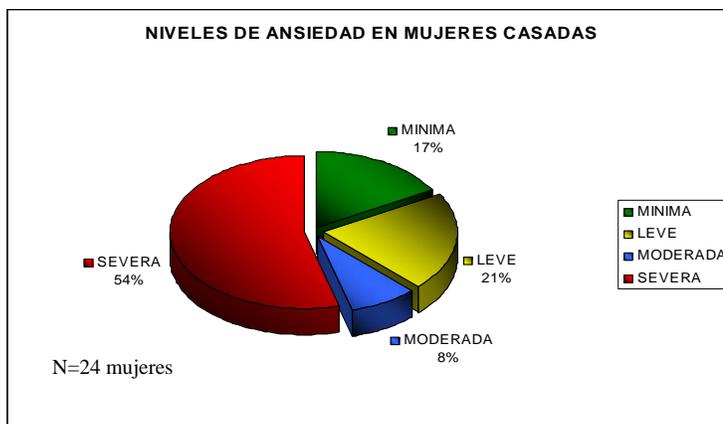


Gráfica 1.- En ésta población de mujeres que son víctimas de violencia intrafamiliar se encontró un nivel de ansiedad severo, con un valor de 41%.

NIVELES DE ANSIEDAD EN MUJERES CASADAS VICTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

MINIMA	17 %
LEVE	21%
MODERADA	8%
SEVERAMENTE	54%

Tabla 5.- En ésta tabla se explica el porcentaje de niveles de ansiedad con respecto a las 24 mujeres casadas que se consideraron para esta investigación, encontrándose un nivel de ansiedad severo en ésta población de mujeres que cuentan con violencia intrafamiliar, con un porcentaje de 54%.



Gráfica 2.- En ésta gráfica se muestra la población de las 24 mujeres casadas, encontrándose en éstas, un nivel de ansiedad severo.

NIVELES DE ANSIEDAD EN MUJERES SOLTERAS VICTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

MINIMA	9 %
LEVE	23%
MODERADA	41%
SEVERAMENTE	27%

Tabla 6.- En ésta tabla se muestra el porcentaje de niveles de ansiedad con respecto a las 22 mujeres solteras que se consideraron para esta investigación, encontrándose un nivel de ansiedad moderado en ésta población de mujeres que cuentan con violencia intrafamiliar, con 41% de nivel ansiedad.



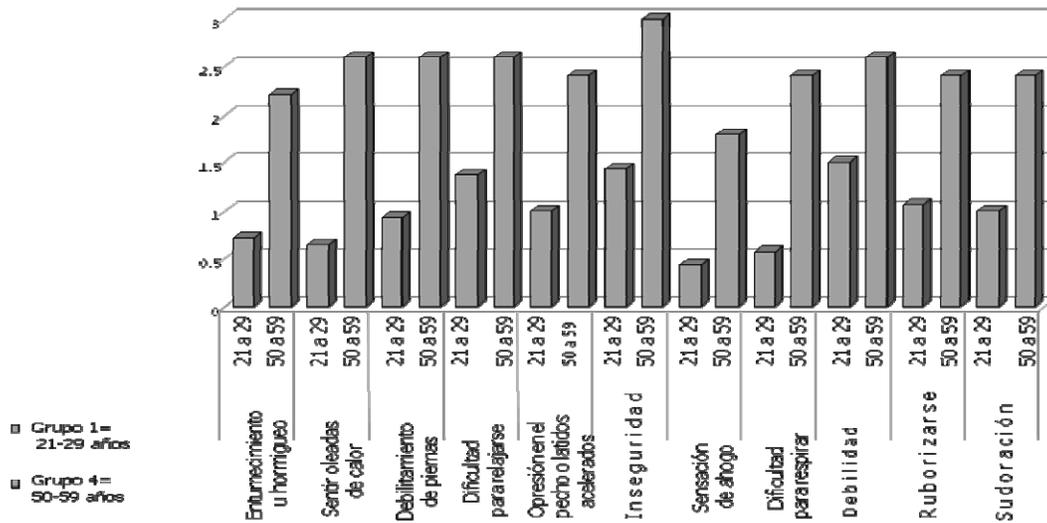
Gráfica 3- En esta gráfica se muestra la población de las 22 mujeres solteras, encontrándose en éstas, que presentan un nivel de ansiedad moderado.

PRUEBA T DE STUDENT GRUPO DE EDAD DE 4 Y 1

Reactivo	Grupo de edad de entre 21-29 (1) y 50-59 (4)	Media	Significancia (2-tailed)
1.-Entumecimiento, hormigueo.	1	.71	.022
	4	2.20	
2.-Sentir oleadas de calor (bochorno).	1	.64	.000
	4	2.60	
3.-Debilitamiento de las piernas.	1	.93	.006
	4	2.60	
4.-Dificultad para relajarse.	1	1.36	.027
	4	2.60	
7.-Opresión en el pecho o latidos acelerados.	1	1.00	.028
	4	2.40	
8.-Inseguridad.	1	1.43	.008
	4	3.00	
11.-Sensación de ahogo.	1	.43	.003
	4	1.80	
15.-Dificultad para respirar.	1	.57	.000
	4	2.4	
19.-Debilidad.	1	1.50	.036
	4	2.60	
20.-Ruborizarse.	1	1.07	.008
	4	2.40	
21.-Sudoración (no debida al calor).	1	1.00	.022
	4	2.40	

Tabla 7.- En ésta tabla se obtuvieron resultados con respecto a la comparación que se realizó con los grupos de edades de 21-29 años y 50-59 años, teniendo como reactivos significativos para esta población los números 1,2,3,4,7,8,11,15,19,20 y 21, es decir, el grupo de edad de 50-59 años, muestra una elevada de 3.00 y una mínima de 1.80, lo que nos indica que en esta población, se presentan los síntomas de entumecimiento, bochornos o sentir oleadas de calor, debilitamiento de las piernas, dificultad para relajarse, opresión en el pecho o latidos acelerados, inseguridad, sensación de ahogo, dificultad para respirar, debilidad, ruborización y sudoración que no es debida al calor.

Media Grupo de Edad 4 y 1.



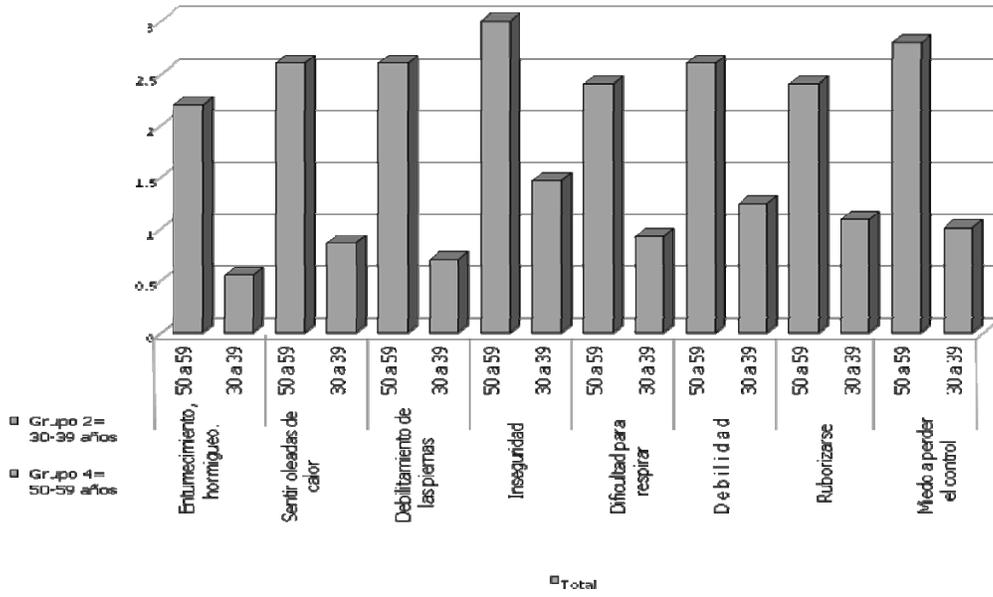
Gráfica 4.-En ésta gráfica se puede observar que el grupo de edad (4) de 50-59 años, presentó mas diferencias en cuando al grupo (1) 21-29, lo que hace suponer que la ansiedad en este grupo de población, es un factor predisponente para que se presente síntomas de entumecimiento u hormigueo, oleadas de calor, debilitamiento en piernas, opresión en el pecho o latidos acelerados, sensación de ahogo, dificultad para respirar, debilidad ruborización y sudoración que no es debida al calor, sin embargo, el síntoma que destaca entre estos, es la inseguridad, lo que indica que a mayor edad mas inseguridad presentan estas mujeres a causa de la ansiedad que experimentan.

PRUEBA T DE STUDENT POR GRUPO DE EDAD 4 Y 2

Reactivo	Grupo de edad de entre 30-39 (2) y 50-59 (4)	Me d i a	Significancia (2-tailed)
1.-Entumecimiento, hormigueo.	4	2.20	.009
	2	.54	
2.-Sentir oleadas de calor (bochorno).	4	2.60	.001
	2	.85	
3.-Debilitamiento de las piernas.	4	2.60	.001
	2	.69	
8.-Inseguridad.	4	3.00	.022
	2	1.46	
14.-Miedo a perder el control.	4	2.80	.003
	2	1.00	
15.-Dificultad para respirar.	4	2.40	.018
	2	.92	
19.-Debilidad.	4	2.60	.018
	2	1.23	
20.-Ruborizarse.	4	2.40	.039
	2	1.08	

Tabla 8.- En ésta tabla se hizo la comparación de los grupos de edades de 30-39 y 50-59, encontrándose como grupo sobresaliente el de edad 50-59 años, ya que cuenta con una media mayor de 3.00 y una media inferior de 2.20 en comparación con el otro grupo, por lo tanto, los reactivos significativos en este caso, son 1, 2, 3, 8, 14, 15,19 y 20,lo que nos indica que en esta población los síntomas característicos son, entumecimiento u hormigueo, bochornos o sentir oleadas de calor, debilitamiento de piernas, inseguridad, miedo a perder el control, dificultad para respirar, debilidad y ruborizaciones.

Media Grupo de Edad 4 y 2



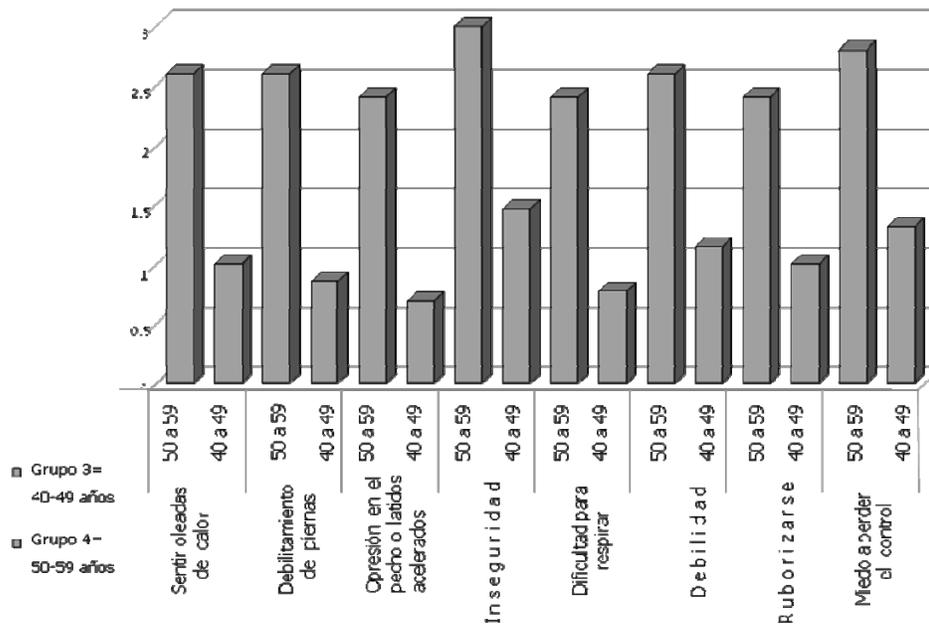
Gráfica 5.-En ésta gráfica, el grupo en comparación es de 30-39 años (2) y 50-59 (4), teniendo a éste último grupo como relevante en éstos resultados, teniendo así que en ésta ocasión el grupo de 50-59 manifiesta entumecimiento u hormigueo, oleadas de calor, debilitamiento en las piernas, inseguridad, miedo a perder el control, dificultad para respirar, debilidad y ruborización, presentándose nuevamente, el síntoma de inseguridad como característica principal, la cual es causada por la ansiedad desencadenada en estas mujeres.

PRUEBA T DE STUDENT GRUPO DE EDAD 4 Y 3

Reactivo	Grupo de edad de entre 40-49 (3) y 50-59 (4)	M e d i a	Significancia (2-tailed)
2.-Sentir oleadas de calor (bochorno).	3	1.00	.010
	4	2.60	
3.-Debilitamiento de las piernas.	3	.85	.005
	4	2.60	
7.-Opresión en el pecho o latidos acelerados.	3	.69	.010
	4	2.40	
8.-Inseguridad.	3	1.46	.033
	4	3.00	
14.-Miedo a perder el control.	3	1.31	.027
	4	2.80	
15.-Dificultad para respirar.	3	.77	.013
	4	2.40	
19.-Debilidad.	3	1.15	.029
	4	2.60	
20.-Ruborizarse.	3	1.00	.042
	4	2.40	

Tabla 9.- En ésta tabla se hizo la comparación de los grupos de edades de 40-49 y 50-59, encontrándose como grupo sobresaliente el de edad 50-59 años, ya que cuenta con una media mayor de 3.00 y una media inferior de 2.40 en comparación con el otro grupo, por lo tanto, los reactivos significativos en este caso, son 2, 3, 7, 14, 15, 19 y 20, lo que nos indica que en esta población los síntomas característicos son, bochornos o sentir oleadas de calor, debilitamiento de piernas, opresión en el pecho o latidos acelerados, inseguridad, miedo a perder el control, dificultad para respirar, debilidad y ruborizaciones, por lo tanto se puede decir que es aceptada la primera hipótesis de investigación, la cual nos indica que las mujeres de violencia intrafamiliar presentan niveles de ansiedad, rechazándose de esta manera que las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar no presentan niveles de ansiedad, lo cual es descrito en la primera hipótesis nula.

Media Grupo de Edad 4 y 3

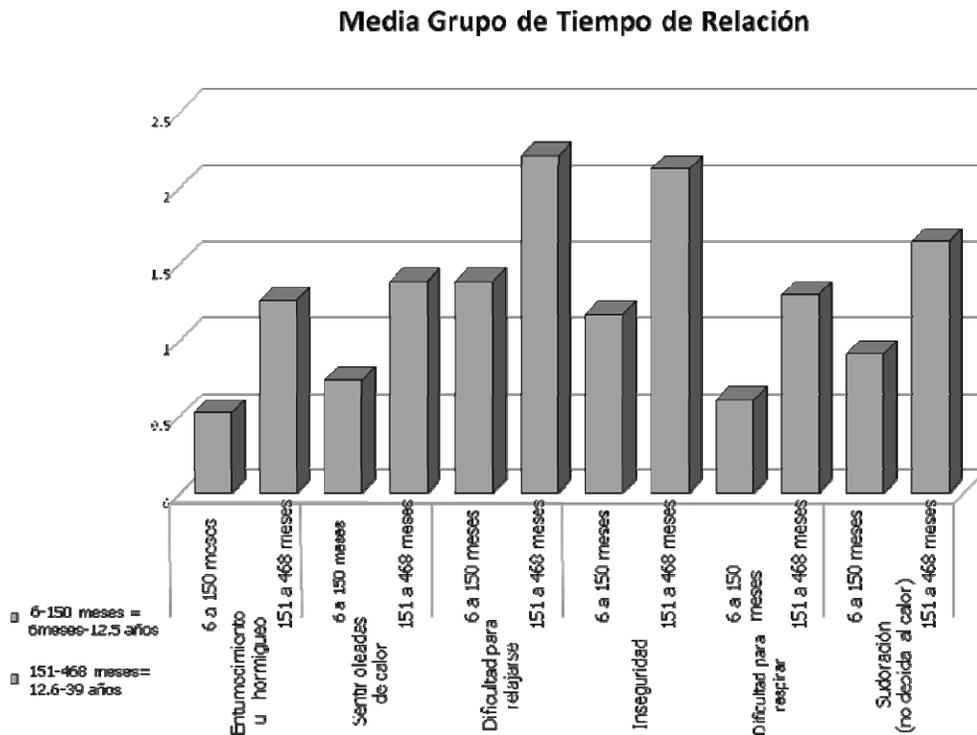


Grafica 6.-Es ésta gráfica se compararon los grupos de edad de 40-49 años (3) y el grupo 50-59 años (4), con lo que se observan los síntomas de sentir oleadas de calor, debilitamiento en las piernas, opresión en el pecho o latidos acelerados, inseguridad, dificultad para respirar, debilidad, ruborización y miedo a perder el control, sin embargo se presenta de manera relevante la presencia de inseguridad en el grupo de edad de 50-59, generada por la ansiedad que han sentido.

PRUEBA T DE STUDENT POR TIEMPO EN LA RELACIÓN

Reactivo	Tiempo de Relación en meses: 6-150 meses (1) y 151-468 (2)	Media	Significancia (2-tailed)
1.-Entumecimiento, hormigueo.	1	.52	.035
	2	1.26	
2.-Sentir oleadas de calor (bochorno).	1	.74	.036
	2	1.39	
4.-Dificultad para relajarse.	1	1.39	.016
	2	2.22	
8.-Inseguridad.	1	1.17	.011
	2	2.13	
15.-Dificultad para respirar.	1	.61	.033
	2	1.30	
21.-Sudoración (no debida al calor).	1	.91	.042
	2	1.65	

Tabla 10.- En ésta tabla se hizo la comparación de los grupos de edades de el tiempo de relación, entre 6-150 meses y 151-468 meses, como grupo sobresaliente el grupo 2, que corresponde a un tiempo de 151-468 meses, ya que cuenta con una media mayor de 2.22 y una media inferior de 1.26 en comparación con el otro grupo, por lo tanto, los reactivos significativos en este caso, son 1, 2, 4, 8, 15, y 21 ,lo que nos indica que en esta población los síntomas característicos son, bochornos o sentir oleadas de calor, debilitamiento de piernas, opresión en el pecho o latidos acelerados, inseguridad, miedo a perder el control, dificultad para respirar, debilidad y ruborizaciones, todo esto a causa del tiempo en que han permanecido en convivencia con sus parejas y por lo tanto experimentando violencia intrafamiliar, concluyendo, que a mas tiempo de relación , existen éstos síntomas descritos con anterioridad.



Grafica 7.-En ésta gráfica se comparan los grupos de meses con respecto al tiempo de relación que llevan las mujeres con sus parejas, el grupo 1 cuenta de 6-150 meses (6 meses -12.5 años) y el grupo 2 151-468 meses (12.6 años-39 años), indicando con esto, que a mayor tiempo de relación con violencia intrafamiliar existe mayor ansiedad, presentándose así los síntomas de entumecimiento u hormigueo, oleadas de calor, dificultad para relajarse, inseguridad, dificultad para respirar y sudoración que no es debida al calor, por lo que se puede decir, que el síntoma mas relevante en este caso, es la dificultad para relajarse, esto debido a la ansiedad que se ha experimentando a través de este tiempo a causa de la violencia intrafamiliar infringida hacia esta población.

III.I.-Discusión de resultados

En el presente estudio se utilizó la Prueba T de Student para observar si existe relación entre la ansiedad y la violencia intrafamiliar en mujeres que han experimentado éste tipo de violencia.

Los resultados obtenidos de la investigación son los siguientes: las mujeres casadas, en comparación con las mujeres solteras, experimentan un nivel de ansiedad severo, mientras que el último grupo lo vive de manera moderada.

De manera general, en este estudio, las mujeres que presentan violencia intrafamiliar, cuentan con un nivel de ansiedad severo, por lo que, con lo anterior se confirman los objetivos planteados, ya que sí se logró medir, conocer y evaluar los niveles de ansiedad que presenta ésta población.

Sin embargo, con respecto a la población de mujeres casadas, se encontró que predomina la edad de 30-39 y que éstas tienden a encontrarse mas en el hogar, con una escolaridad de primaria o secundaria y con un promedio de 2 hijos, asimismo, se presenta un promedio de 151-468 meses de relación, (12.6- 39 años).

Por lo que, Traverso (2000), explica que las victimas de violencia doméstica raramente denuncian los episodios violentos, ya sea por vergüenza, sentimientos de culpa, temor o lealtad, permaneciendo así, largo periodos con su agresor.

Los resultados de los estudios descriptivos coinciden en señalar que para la mujer el hogar constituye el espacio de mayor riesgo. Así mismo se ha observado que el segmento de mayor riesgo corresponde a mujeres entre 24 y 45 años de edad, lo que confirma que en las mujeres casadas, de 30-39 años, por encontrarse en el hogar, presenten un mayor índice de riesgo de violencia y por lo tanto mas ansiedad, con un nivel severo.

Por otro lado, en las mujeres solteras, que de igual manera han recibido violencia intrafamiliar, se encontró que el grupo predominante de edad fue 20-29 años, con ocupación de empleada, escolaridad que oscila entre primaria, secundaria,

preparatoria y licenciatura, con un promedio de 2 hijos y un tiempo de relación menor en comparación con el grupo de mujeres casadas, de 6-150 meses (6 meses-12.5 años), con un nivel de ansiedad moderado.

Sin embargo, en este caso no se puede afirmar que la violencia sea un factor determinante para la aparición de ansiedad, ya que estas mujeres se encuentran separadas y lejos del agresor (el predisponente de ansiedad), por lo que se puede inferir que existen otros factores externos que pudieran influir en esta población para generar este nivel de ansiedad que presentan, por lo que Luengo (2002) menciona que la mujer, en el proceso de liberación e igualdad solo ha podido lograrlo en el trabajo y no en su rol familiar, por lo que su función, responsabilidades y fatiga se han desdoblado (en casa y fuera de ella), haciendo que esto le ocasione un doble trabajo y por lo tanto mayor tensión y preocupación.

En la tabla 1, 2 y 3 se puede observar que se hizo una comparación de los grupos de edades de 21-29, 30-39 y 40-49 con respecto al grupo de edad de 50-59, encontrándose diferencias significativas por debajo de .05, dándonos a demostrar que en estos reactivos, la población las consideró importantes con respecto a sus síntomas, siendo manifestados como entumecimiento, hormigueo, oleadas de calor, inseguridad, dificultad para respirar, debilitamiento de piernas, debilidad y ruborizarse, sin embargo, el síntoma característico de ésta población es la inseguridad, por lo tanto se puede inferir, según Varela (2002), éste es un síntoma cognoscitivo de la ansiedad, el cual se puede llegar a manifestar por emociones displacenteras como intranquilidad, temores indefinidos, aprensión, irritabilidad e impaciencia; por lo que cuando la ansiedad es tan intensa puede llegar a producir estados de bloqueo de pensamiento.

Con respecto a las cuatro tablas antes mencionadas, en la tabla num. 7 se explica que se tomó como grupo de comparación el grupo de edad que comprende de 50-59 años, ya que cuando se realizó el análisis estadístico con la Prueba t Student, esta población de mujeres, consideró mas significativos los reactivos del instrumento aplicado, por lo que para estas mujeres se considera que existen síntomas de ansiedad con mayor prevalencia con los siguientes síntomas: entumecimiento, bochornos, debilitamiento de piernas, dificultad para respirar, opresión en el pecho o latidos acelerados, inseguridad, sensación de ahogo, dificultad para respirar, debilidad, ruborización y sudoración que no es debida al calor, estos síntomas pudieran confundirse con síntomas menopáusicos, es por esto que se hace la diferencia: la ansiedad se puede presentar en cualquier etapa de la vida y la menopausia tiene un ciclo de aparición aproximadamente en la mujer mexicana, a partir de los 48 años, si bien son parecidos los síntomas, en la mujer menopáusica no se presentan todos los síntomas por los que se atraviesa en la ansiedad. (sednahospital.com.mx).

De acuerdo a Berumen (2003), otros síntomas frecuentes en la mujer maltratada son los dolores corporales y de cabeza, problemas respiratorios y asma, fatiga, colon irritable, úlceras, ansiedad y síndrome de estrés postraumático. Se ha detectado que la mujer víctima de violencia tiene una mayor tendencia a suicidarse o intentar quitarse la vida que aquella que no la padece. Así mismo la mujer agredida suele utilizar con mayor frecuencia medicamentos, especialmente ansiolíticos o tranquilizantes.

La respuesta del pensamiento es desagradable cuando el análisis de la situación, ya sea real o imaginario, desencadena un estado de ansiedad, la mente ha elaborado un sentimiento de aprensión e inseguridad, por lo que una persona ansiosa tiene autovaloraciones negativas sintiéndose incapaz de afrontar la situación e imaginando todos los males que pueden derivarse de su incapacidad.

Además, se explica (Varela ,2002) que el cuerpo es el termómetro de la mente, de modo que ante un estímulo ansiógeno se produce una serie de alteraciones neurofisiológicas

La ansiedad en sí, provoca activación de los sistemas Nervioso Central, Vegetativo y Endócrino: cuando el corazón parece que desboca y pierde el ritmo es debido a que se ha modificado la frecuencia cardiaca, accesos de calor, sensación de fatiga, sudoración, y cuando comienzan a sudar las manos o todo el cuerpo, es por efecto de la activación del sistema nervioso que además puede llegar a producir otros efectos como respiración acelerada o sequedad en la boca y otros menos perceptibles por el individuo como el aumento de la presión arterial o el incremento de la tensión muscular.

Esto, es lo que pudiera ocurrirle a estas mujeres que han experimentado violencia intrafamiliar, al sobresalir en los resultados de estas, sensaciones de entumecimiento, hormigueo, oleadas de calor, inseguridad, dificultad para respirar, debilitamiento de piernas, debilidad y ruborización, por lo que todo esto se puede considerar como respuestas fisiológicas al estado de ansiedad.

Con respecto al tiempo de relación, se encontró que en las mujeres casadas prevalece el tiempo de 151-468 meses, por lo que se puede inferir que a mas tiempo de relación mayor es la ansiedad ya que estas mujeres presentaron un nivel de ansiedad severo, mientras que las solteras cuentan con un índice de tiempo de relación de 6-150 meses con un nivel de ansiedad moderado, por lo que al encontrarse lejos de su pareja la ansiedad tiende a disminuir.

Referente a esto, Rojas (2001) menciona que la ansiedad es una respuesta vivencia, fisiológica, conductual, cognitiva y asertiva, caracterizada por un estado de alerta de activación generalizada, siendo su principal característica la señal ante el peligro, produciendo en el individuo una percepción de amenaza para su integridad.

Sin embargo, no todas las señales de peligro alcanzan un determinado nivel de conciencia, ya que se necesita una intensidad suficiente y una duración que se prolonga con el tiempo. Cuando la ansiedad es muy intensa y dura mucho tiempo, reproducen manifestaciones físicas funcionales importantes que a la larga constituyen la patología psicósomática, por lo que se puede considerar que hay desencadenantes externos e internos como recuerdos, ideas, pensamientos, fantasías personales, etc., que actúan como estímulos.

El aumento o la disminución de la ansiedad tienen mucho que ver con la elaboración individual de la información que a ese sujeto le llega. Cuando se reconocen los estímulos atemorizantes y estos tienen gran intensidad, producen una excitación emocional fuerte, que puede bloquear el procesamiento de la información.

C APITULO IV

CONCLUSIONES

IV.- Conclusiones

En base a las hipótesis planteadas en esta investigación se concluye que sí existe relación entre la violencia intrafamiliar y la ansiedad, ya que a mayor tiempo de relación mayor es el nivel de ansiedad, lo que ocasiona en las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar inseguridad, siendo este el principal síntoma ocasionado por la violencia vivido a lo largo de los años.

Se corroboró, con respecto a la primera hipótesis, que las mujeres de este estudio si cuentan con niveles de ansiedad, aceptando así, la segunda y tercera hipótesis, las cuales se refieren al los niveles de ansiedad que presenta esta población, teniendo así, niveles moderados en mujeres solteras y niveles de ansiedad severos en mujeres casadas, lo cual nos indica que en las mujeres solteras no se puede afirmar que la violencia es el un factor causante para la aparición de ansiedad, ya que estas mujeres se encuentran separadas y lejos del agresor (el predisponente de ansiedad), por lo que se puede inferir que existen otros factores externos que pudieran influir en esta población para generar este nivel de ansiedad que presentan, por lo que Luengo (2002) menciona que la mujer, en el proceso de liberación e igualdad solo ha podido lograrlo en el trabajo y no en su rol familiar, por lo que su función, responsabilidades y fatiga se han desdoblado (en casa y fuera de ella), haciendo que esto le ocasione un doble trabajo y por lo tanto mayor tensión y preocupación.

Por último, son respecto a la última hipótesis, se puede concluir, que el síntoma sobresaliente en los 4 grupos fue la inseguridad, sin embargo se encontraron síntomas mas relevantes con respecto al grupo de edad de 50-59, como son entumecimiento u hormigueo, sentir oleadas de calor, inseguridad y dificultad para respirar, sin embargo, la característica principal que se presenta en este grupo, es la inseguridad (como en todos los grupos) que se nota a causa de la ansiedad ocasionada por la violencia intrafamiliar que han experimentado a lo largo de los años, y como bien hace mención Rojas (2001), cuando la ansiedad es muy

intensa y dura mucho tiempo, se producen manifestaciones físicas, que a la larga constituyen la patología psicosomática, la ansiedad esta determinada por una intensidad suficiente y una duración que se tenga que prolongar con el tiempo.

Por lo tanto en la presente investigación se observa que a mayor tiempo de relación de pareja con situación de violencia intrafamiliar, se incrementa el nivel de ansiedad que genera esta situación, teniendo como consecuencia el principal síntoma de ansiedad: la inseguridad, seguido de entumecimiento, bochornos, debilitamiento de piernas, dificultad para respirar, opresión en el pecho o latidos acelerados, inseguridad, sensación de ahogo, dificultad para respirar, debilidad, ruborización y sudoración que no es debida al calor.

IV.I.- Alcances y limitaciones de la investigación

Los alcances de la presente investigación se puede decir que es un trabajo generalizado en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar comprendiendo el rango de edad de 20-60 años, planteando propuestas para un mejor desarrollo de la mujer en la sociedad, comenzando por cambiar ideas y actitudes en la familia, ya que llevará muchos años cambiar la actitud y la mentalidad de la gente respecto de la mujer, sin embargo, es tan importante elevar la conciencia sobre el problema de la violencia contra la mujer y educar a los niños y a los hombres para que consideren a la mujer en el desarrollo de la sociedad.

Para romper el ciclo del abuso se puede empezar por desarticular la división sexual del trabajo y la asignación de roles naturalizados en el marco familiar, se puede comenzar porque las mujeres no se sientan aisladas y los hombres muestren voluntad de participar en las actividades que exige el bienestar doméstico. Además de no mantener acciones o tareas clasificadas como de hombres o de mujeres. Se deben llevar a cabo una educación dentro y fuera de la familia basada en la igualdad de niños y niñas y de igual manera, hacer referencias constantes a los dos géneros: los padres y madres, las alumnas y los alumnos, maestros y maestras, etc.

“La familia es, ante todo el primer lugar donde los niños y niñas se forman como personas, es por esto, que es necesario que todos tengan los mismos derechos y deberes en el hogar”.

Las limitaciones, corresponden a que esta investigación solo es aplicable a mujeres casadas víctimas de violencia intrafamiliar, excluyendo a cualquier otra víctima que sea víctima de violencia intrafamiliar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. **Amato, Ma. I.** (2004) "*La Pericia Psicológica en Violencia Familiar.*" Ed. La Rocca. Argentina.
2. **Aresti, N.** (2001) "*Médicos, donjuanes y mujeres modernas.*" Ed. Servicio Editorial del País Vasco. España.
3. **Berumen, P.** (2003) "*Violencia Intrafamiliar: un drama cotidiano.*" Ed. Vila editores. México.
4. **Castellanos, G.** (1991) "*¿Porqué somos el segundo sexo?*". Ed. Universidad del Valle. Colombia.
5. **Cía, A.** (2002) "*La ansiedad y sus trastornos.*" Ed. Polemos. Argentina.
6. <http://www.cimacnoticias.com/noticias/05ago/s05083003.html>
7. "*Consejo para la Asistencia y prevención de la Violencia familiar en el Distrito federal.*" (2000). Informe anual de Actividades Julio 1999- junio 2000, Secretaria de Desarrollo Social. México.
8. **Corsi, J.** (2003) "*Maltrato y abuso en el ámbito doméstico.*" Ed. Paidós. Argentina.
9. **De la Gándara, J.** (1999) "*Angustia y ansiedad: causa, síntomas y tratamiento.*" Ed. Pirámide. España.
10. **De la Torre, S.** (1985) "*Mujer y sociedad.*" Ed. Universitaria. Cuba.
11. "*Diccionario de psicología y pedagogía.*" (2003). Ed. Euro México. Colombia.
12. **Dutton, D.** (1999) "*EL golpeador: un perfil psicológico.*" Ed. Paidós. Argentina.
13. **Entel, R.** (2002) "*Mujeres en Situación de Violencia Familiar.*" Ed. Espacio. Argentina.
14. <http://estadis.eluniversal.com.mx/ciudad/84260.html>
15. **Flecha, C.** (2001) "*La educación de las mujeres, nuevas perspectivas.*" Ed. Universidad de Sevilla, Fundación del monte. España.
16. **García, R.** (2003) "*Diccionario Larousse Ilustrado.*" Larousse. México.
17. **Garrido, V.** (2001) "*Amores que matan: acoso y violencia contra las mujeres.*" Ed. Algar. España.

18. http://www.geosalud.com/climaterio_pub1/menosintomas.htm
19. **González, J., Nahoul, V. et al** (2005) *Revista Aletheia "raíces y manifestaciones de la violencia. Posibilidades de manejo"* Num. 24. 117-132. IIPCS. México.
20. **Gregory, R.** (2001) *"Evaluación psicológica: historia, principios y aplicaciones"*. Ed. Manual moderno. México.
21. **Hernández, R.** (2003) *"Metodología de la investigación"*. Ed. Mc Graw Hill. México.
22. <http://www.isoflavones.info/es/menopausia.php>
23. **Kerlinger, F.** (2002) *"Investigación del comportamiento: métodos de investigación"*. Ed. Mc Graw Hill. México. 4ª ed.
24. **Kirkwood, C.** (1999) *"Cómo separarse de su pareja abusadora"*. Ed. Granica. España.
25. http://www.lanacion.cl/prontus_noticias/site/artic/20050906/pags/20050906204252.htm
26. **Lammoglia, E.** (2004) *"La violencia está en casa: agresión doméstica"*. Ed. Grijalva. México. 2ª ed.
27. *"Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Familiar para el Distrito Federal"*. (2002). México.
28. **López, M.** (2001) *"Tratamiento penal de la violencia doméstica contra la mujer"*. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Cádiz. Cádiz, España.
29. **Lorente, M.** (1998) *"Agresión a la mujer: maltrato, violación y acoso. Entre la realidad social y el mito cultural"*. Ed. Comares. España.
30. **Loria, C.** (1998) *"Mujeres y hombres en la escuela y la familia: estereotipos y perspectiva de género"*. Guía para talleres breves. Ed. SEP. México. 2ª edición.
31. **Luengo, D.** (2003) *"Vencer la ansiedad, una guía práctica para pacientes y terapeutas"*. Ed. Paidós. España.
32. **Mariam, A.** (1998) *"La mujer sola: ensayo sobre la dama andante en Occidente"*. Ed. Lumen. Argentina. 2da edición.
33. **Manual de Merk** (2005), Ed. Oceano Centrum. España. 9ª. edición.
34. **Medina, J.** (2002) *"Violencia contra la mujer en la pareja"*. Ed. Tirant lo Blanch. España.

35. **Michel, A.** (1999) "*El feminismo*". Ed. Fondo de cultura económica. México.
36. **Nogués, R.** (2003) "*Sexo, cerebro y género*". Ed. Paidós. España.
37. **Pellicer, L.** (1998) "¿Yo sexista? Material de apoyo para una educación no sexista.
38. **Pick, S.** (2005) "*Cómo investigar en Ciencias Sociales*". Ed. Trillas. México. 7ª reimpresión.
39. **Priest, R.** (1992) "*Ansiedad y depresión: causas, efectos y cómo superarlos*". Ed. Plural. España.
40. **Ramírez, F.** (2004) "*Violencia masculina en el hogar*". Ed. Pax. México. 3ra reimpresión.
41. **Rojas, E.** (2001) "*La ansiedad: como diagnosticar y superar el estrés, las fobias y las obsesiones*". Ed: Planeta Mexicana. México.
42. **Rosenzweig, M.** (1992) "*Psicología fisiológica*". Ed. Mc Graw Hill. España. 2da edición.
43. **Saíz, J.** (2001) "*Trastorno de angustia: crisis de pánico y agorafobia en atención primaria*". Ed. Masson. España.
44. **Sanz-Diez, J.** (2005) "*Violencia de género: ley orgánica de medidas de protección integral contra la violencia de género*". Ed. Experiencia. España.
45. **Sartín, P.** (1998) "*La mujer liberada*". Ed. Hispano Europea. España.
46. <http://www.sednahospital.com.mx/climaterio.html?gclid=CMGOj->
47. **Stein, D.** (2004) "*Tratado de los trastornos de ansiedad*". Ed. Psiquiatría editores. España.
48. **Tellez, A.** (2001) "*Niveles de estrés y ansiedad en el personal médico, paramédico y de enfermería de la cruz roja mexicana*". Tesis Licenciatura, Facultad de Psicología, UNAM, México.
49. **Torres, M.** (2001) "*La violencia en casa*". Ed. Paidós. México.
50. **Traverso, Ma. T.** (2000) "*Violencia en la pareja: la cara oculta de la relación*". Ed. Banco interamericano de Desarrollo. Washington, D.C.
51. **Vallejo, J.** et all. (1990) "*Trastornos Afectivos: Ansiedad y Depresión*". Ed. Salvat Editores S.A. España.

52. **Varela, P.** (2002) "*Claves para reconocer y desafiar la ansiedad*". Ed. La esfera de los libro. España.
53. **Veizeboer, M.** et all (2003) "*Violencia contra las mujeres: Responde el sector de la salud*". Organización Panamericana de la Salud. Publicación Ocasional No. 12.
54. **Walker, L.** (1989) "*Psicología y violencia contra las mujeres*". *American Psychologist*. p.p. 695-702.
55. **Whaley, J.** (2001) "*Violencia Intrafamiliar: causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*". Plaza y Valdés Editores. México.

A N E X O S

INVENTARIO DE BECK (BAI)

NOMBRE _____ EDAD _____ SEXO _____

OCUPACIÓN _____ EDO. CIVIL _____ FECHA _____

Instrucciones: Abajo hay una lista que contiene los síntomas más comunes de la ansiedad. Lee cuidadosamente cada afirmación. Indica cuánto te ha molestado cada síntoma durante la última semana, inclusive hoy, marcando con una "X" según la intensidad de la molestia.

	POCO O NADA	MAS O MENOS	MODERADA MENTE	SEVERA MENTE.
1. ENTUMECIMIENTO, HORMIGUEO.	_____	_____	_____	_____
2. SENTIR OLEADAS DE CALOR. (BOCHORNO)	_____	_____	_____	_____
3. DEBILITAMIENTO DE LAS PIERNAS.	_____	_____	_____	_____
4. DIFICULTAD PARA RELAJARSE.	_____	_____	_____	_____
5. MIEDO A QUE PASE LO PEOR.	_____	_____	_____	_____
6. SENSACIÓN DE MAREO.	_____	_____	_____	_____
7. OPRESIÓN EN EL PECHO O LATIDOS ACELERADOS.	_____	_____	_____	_____
8. INSEGURIDAD.	_____	_____	_____	_____
9. TERROR.	_____	_____	_____	_____
10. NERVIOSISMO.	_____	_____	_____	_____
11. SENSACIÓN DE AHOGO.	_____	_____	_____	_____
12. MANOS TEMBLOROSAS.	_____	_____	_____	_____
13. CUERPO TEMBLOROSO.	_____	_____	_____	_____
14. MIEDO A PERDER EL CONTROL.	_____	_____	_____	_____
15. DIFICULTAD PARA RESPIRAR.	_____	_____	_____	_____
16. MIEDO A MORIR.	_____	_____	_____	_____
17. ASUSTADO.	_____	_____	_____	_____
18. INDIGESTION O MALESTAR. ESTOMACAL	_____	_____	_____	_____
19. DEBILIDAD.	_____	_____	_____	_____
20. RUBORIZARSE.	_____	_____	_____	_____
21. SUDORACIÓN (NO DEBIDA AL CALOR).	_____	_____	_____	_____