



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Licenciatura en Psicología

LA VIOLENCIA FÍSICA, PSICOLÓGICA Y SEXUAL, EJERCIDA EN NUEVE
MUJERES MEXICANAS DERIVADA DEL MACHISMO Y COMO HA
REPERCUTIDO EN SU SALUD.

Manuscrito Recepcional
Que para obtener el título de:
Licenciada en Psicología.

P R E S E N T A

Isabel Alvidrez García

Director.

Mtro. Manuel Cabrera Barrera

Comite

Presidenta: Dra. Sandra Cerezo Reséndiz

Secretario: Lic. Marco Antonio Flores Mondragón

Vocal: Mtro. Manuel Cabrera Barrera

Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla, Estado de México, noviembre de 2023.



Universidad Nacional
Autónoma de México



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.

Índice

Resumen	3
Introducción... ..	4
Marco teórico	6
El patriarcado.....	6
El machismo	8
El machismo invisible o micromachismos	11
La violencia	12
Consecuencias de la violencia machista para la salud de las mujeres	16
Justificación del tema.....	18
Objetivos	22
Pregunta de investigación	23
Método.....	23
Diseño de Investigación	24
El taller	26
Resultados	28
Análisis de resultados	39
Discusión	46
Conclusiones	54
Referencias	60

Resumen

Actualmente, es cada vez más común conocer reportes de mujeres que exponen haber experimentado algún tipo de violencia, al respecto, hay autores que relacionan el “machismo” con la violencia hacia las mujeres. Por ello, el objetivo de la presente investigación es promover estrategias para poder facilitar la identificación del machismo en la vida cotidiana, así como su relación con la violencia y la forma en que afecta la salud en los ámbitos físico, psicológico y sexual en las mujeres. Participaron 9 mujeres entre 30 y 75 años de edad en un espacio donde pudieron expresar sus ideas, creencias, sentimientos, dudas, y comentarios respecto a la violencia y el machismo. Se utilizó una metodología cualitativa mediante la narrativa de diferentes frases alusivas al tema de machismo y violencia. Los resultados muestran que este tipo de metodología es adecuada para poder expresar sentimientos y pensamientos respecto a la temática del machismo y la violencia de género, además a lo largo de las sesiones, las participantes lograron identificar actitudes, frases, conductas y pensamientos de sus parejas y de sus propias familias que promueven el machismo y las diversas consecuencias que han experimentado en lo social, lo económico, lo psicológico y en la salud. Asimismo, las participantes lograron desarrollar lazos de apoyo entre ellas, además de aumentar su seguridad y fortaleza para la toma de decisiones en cuanto a poner límites y valorarse como personas y como mujeres y así disminuir los actos de violencia hacia ellas.

Introducción

La violencia en cualquiera de sus formas puede generar muchas repercusiones en diversas áreas. Al respecto, Canevari, et al. (2019) señalan que siglos de patriarcado han invisibilizado la violencia de todo tipo dificultando así, el acceso a la justicia, obstaculizando las acciones que un sin número de mujeres emprenden diariamente con el fin de denunciar, escribir, acompañar o realizar manifestaciones encaminadas a lograr justicia, entendida esta como el arte de hacer lo justo y dar a cada uno suyo.

El modelo patriarcal ha predominado por largo tiempo derivándose en sexismos, uno de ellos es el machismo, que en muchos casos ha perjudicado enormemente tanto a la mujer como a todo individuo que no se ajusta a las características estructuradas por este orden, como lo menciona Pérez (2018):

“esa cultura patriarcal, cuyo rostro más bárbaro aparece en el machismo que en sus manifestaciones extremas llega a execrables crímenes de violencia de género, hay que superarla tanto en sus rasgos más ostensibles como en sus registros más inconscientes”,

añadiendo que a su consideración el machismo es una “patología de la civilización”. (p. 95).

El machismo, se ha introducido en la cotidianidad al grado que, en ocasiones, no logra identificarse y de este modo se continúa transmitiendo y normalizando, generando diferentes tipos de violencia, los cuales se describirán más adelante. Al lograr identificar los tipos de violencia aun en sus manifestaciones más sutiles se pretende concientizar sobre la importancia de realizar acciones para prevenirla y de esta forma evitar que la salud se vea afectada por esta razón.

En relación con lo anterior Villareal, (2001). Comenta que:

“Las sociedades aprenden un sistema complejo que es transmitido y aprendido a partir de símbolos, que permiten un mantenimiento de patrones, y fundamentan toda su historia con base en una cultura, la cual les brinda identidad y orden; sin una cultura establecida, éstas no serían posibles”. (p.3).
Estos son patrones que quedan firmemente establecidos por largo tiempo.

Dado lo anterior, es muy importante reconocer como se promueven diferentes roles tanto el hombre como en la mujer de acuerdo al tipo de cultura y sociedad. Fuller (2012) señala que la concepción de varón es, en la práctica, la demostración de virilidad y una constante reafirmación de hombría, así como, la mujer es criada para ser sumisa con el fin de complacer y cuidar al hombre, sin importar los malos tratos y humillaciones hacia ella.

Con discursos como el anterior se justifica la violencia ejercida por el machismo hacia las mujeres. La realización de investigaciones de corte psicológico sobre la violencia contra las mujeres por parte de sus parejas ha ido en aumento debido a la alta prevalencia y a las consecuencias graves en la salud. (Blázquez, et al, 2009).

Como consecuencia de la violencia, la mujer ha visto afectada su salud física, psicológica y sexual, debido a daños físicos como golpes contundentes o punzo cortantes, abrasiones, quemaduras con químicos, mutilaciones, feminicidios, etc., entre los daños psicológicos se encuentran las humillaciones, manipulaciones, insultos, que pueden desencadenar una baja autoestima, depresión y ansiedad. Los daños sexuales que pueden ir desde el acoso, uso indebido de imágenes íntimas, hasta violaciones, embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, entre otras. (OPS, 2013).

Con base en lo anterior, el presente trabajo tiene como objetivo promover estrategias para poder facilitar la identificación del machismo en la vida cotidiana, así como su relación con la violencia y la forma en que afecta la salud en los ámbitos físico, psicológico y sexual, se pretende proporcionar a las participantes (9 mujeres entre 30 y 75 años de edad) un espacio donde puedan expresar sus ideas, creencias, sentimientos, dudas, y comentarios, con el fin de que una vez identificado, las participantes cuenten con la información necesaria para tomar decisiones para prevenir, disminuir, eliminar la violencia machista y las afectaciones

a la salud. Es importante que al darse cuenta de que frases como, por ejemplo, “los niños no deben llorar” o “mi marido me deja trabajar” o acciones como que si una mujer quiere trabajar, primero debe dejar comida hecha y bien limpia su casa, son parte de la *normalización* del machismo, lo cual nos hace partícipes también a las mujeres, con enseñanzas que difícilmente permitirán eliminar el machismo de nuestras vidas.

Se considera adecuado utilizar diálogos directos, para que las participantes encuentren un medio efectivo para expresar sus experiencias, sus vivencias, escuchar lo que saben, lo que ignoran, qué opinan, cómo se han sentido, si han podido hablar con alguien, si se ha acercado a alguna dependencia a solicitar apoyo, etc. o en su defecto conocer los motivos por los cuales no han podido hacerlo. (Aristegui et al, 2007).

La metodología utilizada es cualitativa en la cual las personas no son reducidas a variables, sino que son tomadas como un todo. La investigación cualitativa estudia a las personas en el contexto de las situaciones que están experimentando. (Taylor & Bogdan, 1994).

Marco Teórico

El patriarcado

El orden predominante en la mayoría de las sociedades, ha sido el modelo patriarcal. “El patriarcado era una forma de organización social para asegurar la supervivencia, aunque las mujeres tenían un poder distinto, marginal, pero con cierta relevancia social”, (Hernández & Pacheco, 2006 p. 32). Este tipo de organización social está centrada en el dominio del hombre no solo sobre la mujer, sino sobre todo individuo que no entre en el rol establecido. (Merchán, 2016).

El dominio del hombre sobre la mujer se ha justificado desde distintos puntos de vista, por ejemplo, el historiador Noah Harari describió tres teorías que explican este dominio: *la primera* se refiere a que el hombre en la antigüedad realizaba los trabajos pesados debido a su mayor fuerza física, *la segunda* explica que debido a la testosterona (hormona masculina), el hombre posee mayor fuerza y agresividad, características óptimas para la guerra y la protección de la familia, *la tercera* menciona que de acuerdo con la teoría de la selección

natural de Darwin, los hombres han sido programados machistas para asegurar su descendencia y la mujer sumisa y cuidadora. (Harari, 2014).

En contraposición a este pensamiento, Cabezas López, (2003), opina que la agresividad no es biológica, sino cultural y que debido a una construcción social que evoluciona, se determinan las diferencias de género. Por otra parte, Merchán, (2016 p .40), considera que “si la violencia genética nació como un instinto de supervivencia, hoy es producto de un comportamiento social y ambiental, de distintas formas de crianza y educación, según valores y percepciones culturales”. Además, Cantera (2007), señala que el patriarcado concibe a la mujer como el objeto de control y dominio por parte de un sistema social masculino y opresivo. Por lo tanto, la lógica patriarcal concibe la violencia como pauta de domesticación y amansamiento de la mujer.

Al respecto, el psiquiatra especialista en género, Enrique Stola, (2021) hace una diferenciación entre patriarcado y el machismo mencionando que:

“el patriarcado tiene sexo, es masculino y es bajo esa mirada que se organizan las diferentes sociedades en el mundo. Mientras tanto el machismo como expresión extrema surge del sistema de creencias, actitudes y conductas que recrean el poder, la dominación masculina y la subordinación femenina”. (entrevista de Marcela Marziotta, Diario Digital Femenino, 2021).

Sin duda, a lo largo de la historia la dominación masculina se ha manifestado de forma evidente, como ejemplos, podemos mencionar el trato inhumano y completamente sexista que, durante la edad de oro en Grecia se daba a las niñas de clase alta dándolas en matrimonio a los catorce años para asegurar que fueran castas, en el caso de China a las niñas se les vendaban los dedos de los pies hacia abajo para que el caminar fuera sumamente doloroso y no pudieran escapar de casa de su marido; en la India cuando un esposo moría se esperaba que la viuda afligida y fiel, se arrojara al fuego junto con él. Estos actos reflejan la gran desigualdad entre hombres y mujeres, y la poca consideración que se tenía hacia ellas. (Fisher, 1992).

La mujer no ha recibido el mismo trato que el hombre, basta con analizar los siguientes ejemplos, durante la Colonia los derechos fueron asignados únicamente a los hombres y las obligaciones a las mujeres, dejándolas en un estado de indefensión y dependencia del hombre, sin poder tomar decisiones respecto a la familia, los bienes o la política. (Barceló, 1997).

Asimismo, en la época *novohispana* la propiedad de la tierra se obtenía por herencia o matrimonio, los bienes y el dinero de la dote de una mujer pertenecían a ella, pero eran administrados por el esposo y se requería de su consentimiento para poder disponer de ellos. La mujer solo podía trabajar con el permiso de su esposo, la patria potestad únicamente correspondía al hombre, la ley dotaba al hombre de todos los derechos y a la mujer solo de obligaciones. (Saloma, 2000).

Raquel Barceló (1997, pg. 4), menciona que durante el *porfiriato* “Las características de los personajes femeninos y los mensajes transmitidos en la familia, la religión, la escuela, las leyes y los medios de comunicación, jugaron un papel importante en el proceso de construcción de la identidad masculina y femenina”, características que quedaron firmemente establecidas colocando al hombre en un nivel superior a la mujer.

El modelo de la subordinación entre sexos, consideraba que el aspecto biológico determinaba los roles sociales que tenían un carácter intransferible atribuyendo el desempeño de funciones públicas como la política, la economía o el desempeño de trabajos remunerados al hombre. En cuanto a la mujer, ella asumió la responsabilidad en la crianza de los hijos y labores domésticas, limitando su participación en actividades que en su momento se consideraban más valiosas para la sociedad, lo que estableció la dependencia e inferioridad de la mujer con respecto al hombre. (Sarustegui, 2011).

Sin embargo, durante el *porfiriato* se establece un proyecto de modernización con la finalidad de llegar a ser una nación capitalista, donde la mujer viene a formar parte de la población trabajadora asalariada, esto se contraponen con la idea de la mujer dedicada a las labores domésticas desvirtuando su trabajo y colocándola bajo gran escrutinio, ya que la sociedad consideraba que al salir a trabajar fuera de casa descuidaba las labores de su hogar y también desatendía al hombre que tenía que trabajar. Mas allá de esto, se consideraba que al trabajar en un ambiente con hombres, ella podría tener mayor libertad sexual, propiciando

la degradación moral de la familia, y convirtiéndola en una persona menos respetable. (Barceló 1997). De esta forma, el que la mujer desempeñara un trabajo remunerado, no se podía considerar como un logro en el reconocimiento hacia la mujer, sino más bien, como mera conveniencia para aquellos que ejercían el poder en ese momento.

El machismo

Con el afán de estudiar al hombre dentro de la cultura mexicana desde diferentes disciplinas como la antropología, la psicología, la filosofía, la literatura, la sociología e incluso el cine nacional, el filósofo Samuel Ramos Magaña, realizó un ensayo titulado “*El Perfil del Hombre y la Cultura en México*”, (1934 p. 9) en el cual narra detenidamente como el establecimiento de una cultura en una sociedad va marcando las pautas para la creación de estereotipos sobre lo que un verdadero hombre debe ser, y de qué forma se va transmitiendo a las siguientes generaciones. En este trabajo académico es la primera vez que el autor utiliza la expresión “*macho*”, refiriéndose a un hombre “violento, grosero, irritable, peligroso, impulsivo, fanfarrón, superficial, desconfiado, inestable y falso”.

Sin embargo, hace un profundo análisis acerca de las diferentes circunstancias a través de la historia y como éstas han influido en la cultura mexicana, describiendo porque el hombre ha utilizado una figura de macho ante diferentes contextos sociales, y porque considera que no siempre ha sido en sentido negativo. (Rodríguez, 2013, pg. 257).

Además de la mujer y los niños, el hombre también sufre a causa del machismo, de acuerdo con Claudio Tzompntzi Miguel, (2023), académico de la Facultad de Psicología de la UNAM, el machismo es algo que los hombres aprenden desde pequeños sin cuestionarse, pero esto crea una presión que se puede reflejar en problemas emocionales al no llegar a cumplir con las expectativas que el machismo exige, por ejemplo, al no permitir la libre exteriorización de los sentimientos.

El tema del machismo ha sido de interés para diferentes autores, por ejemplo, Castañeda (2002, 2007 pg. 22, pg. 25) define el *machismo* como “un conjunto de creencias, actitudes y conductas que descansan sobre dos ideas básicas: la polarización de lo masculino y lo femenino y la superioridad de lo masculino en las áreas consideradas importantes por los hombres”.

Al respecto, González, (2002, pg.15), opina que “El machismo pone de manifiesto que el hombre es el centro del Universo, siendo una idea socio-ideológico-cultural que se encarga principalmente de preservar la hegemonía masculina como centro del poder”.

Asimismo, Arévalo, (2019 pg. 2), lo define como “las actitudes del hombre, donde la agrupación de leyes, normas y características provienen del ámbito cultural desde hace cientos de años; y tiene como objetivo, directa o indirectamente, someter a la mujer en todos los niveles, ya sea social, económico, laboral o afectivo”.

Indudablemente, la cultura influye en la elaboración de los conceptos que las personas crean sobre algo son una construcción, González y Gonzáles (2005, pg.16), describen “que la concepción es un conjunto de las creencias que actúan como principios legisladores del actuar de las personas los cuales son construidos desde la subjetividad” añadiendo que se encuentran inmersas en la dimensión cognitiva que interviene en el yo, y que esta intervención no se encuentra siempre de manera consciente, así que muchas veces se produce de forma irreflexiva.

Por su parte, Rodríguez, et al, (1993, pg. 258), consideran que “cuando las categorías perceptuales se afianzan como expectativas de conducta de roles genéricos, se corre el riesgo de que se transformen en estereotipos que conduzcan a la discriminación entre personas”, esto podría explicar por qué se limita la participación de las mujeres en actividades que de manera perceptual no se consideran adecuadas para ellas.

El machismo, como construcción cultural, es un modo particular de concebir el rol masculino, modo que surge de la rigidez de la mayor parte de las sociedades del mundo contemporáneo, para establecer y agudizar las diferencias de género entre sus miembros. (Rodríguez, et al, 1993).

De acuerdo con lo anterior, podemos decir que cada persona podría conceptualizar el machismo de acuerdo a sus creencias o costumbres, incluso podrían no distinguirlo, ya que al formar parte de una cotidianidad se pudiera haber normalizado en su vida.

A las pequeñas acciones machistas que parecen imperceptibles Marina Castañeda (2007, pg.14), las llama el “*machismo invisible*”, y dice son palabras o frases sutiles que de alguna manera continúan encajonando a hombres y mujeres en actividades consideradas propias de

cada uno, por ejemplo, cuando decimos “mi esposo me ayuda a los quehaceres de la casa” o “mi esposa me ayuda a los gastos de la casa”, de alguna manera estamos determinando que los quehaceres de la casa pertenecen a la mujer y el proveer al hombre.

De acuerdo con la autora, el machismo no siempre se expresa de forma tangible, y son esas pequeñas acciones las que cuesta más trabajo cambiar, ya que se van considerando normales, por ejemplo, el hombre delega las responsabilidades de su propia salud a su esposa pidiéndole que le saque cita con el médico, lo acompañe a la consulta, ponga atención a las recomendaciones del médico y que incluso le recuerde cada cuando debe tomar los medicamentos y cuide su dieta. (Castañeda, 2019). Según datos del INE (2023, Instituto Nacional Electoral) el 63 % de los cuidadores no remunerados de personas con discapacidad son mujeres.

El machismo invisible o micromachismos

A 17 años de la primera edición de su libro “*El machismo Invisible*”, se ha dado cuenta de que el machismo no ha cambiado gran cosa. Sin embargo, también narra como las mujeres se han comunicado con ella una vez que han leído su libro y han reconocido su participación en el machismo al permitir que los hombres las maltraten para evitar quedarse solas, o por flojera al no querer aprender o trabajar para hacerse cargo de ellas mismas, además reconocen también que continúan educando a sus hijos varones dentro de un esquema machista para evitar que parezcan “*afeminados*” y continúan enseñando a las niñas a servir y a obedecer al hombre. (Castañeda, 2019).

Al respecto, el primero en utilizar el término “*micromachismos*” fue el terapeuta Luis Bonino en 1990, para referirse a los comportamientos masculinos que refuerzan la superioridad del hombre sobre la mujer, “Son pequeñas tiranías, terrorismo íntimo, violencia blanda”, “micro” al decir de Foucault, lo imperceptible. “Aun los varones mejor intencionados y con la autopercepción de ser poco dominantes los realizan, porque están fuertemente inscritos en su programa de hábitos de actuación con las mujeres”. Lo grave de ellos es que son tan sutiles que se han incrustado en la cotidianidad, siendo por lo tanto muy difícil, despojarse de ellos.

Estos comportamientos son “*micro – abusos*” y son efectivos porque el orden social imperante los ratifica, porque se ejercen reiteradamente hasta llevar a una disminución

importante de la autonomía de las mujeres y porque muchas veces son tan sutiles que pasan inadvertidos para quien los padece y/o para quien los observa. (Bonino, 2002).

Algunos ejemplos de *micromachismos* son, los colores rosa para niña y azul para niño, decirle a un niño “*comes como niña*” o que solo en el baño público de las mujeres se cuente con un cambiador para bebé, (Bonino, 2002). Aunque en México, el 14 de marzo del 2023 en la ciudad de Morelia, Michoacán, el diputado David Cortes realiza una iniciativa de Ley donde propone una multa de diez hasta mil veces la Unidad de Medida y Actualización, (UMA), a aquellas instituciones públicas que no instalen cambiadores de bebé en los sanitarios de hombres. Ahora varias plazas comerciales cuentan con baños familiares, en los que los padres pueden tener acceso y cambiar el pañal de sus hijos. (Quadratín, Michoacán).

La violencia

A lo largo de la historia, se ha logrado observar que el machismo se ha relacionado con la violencia, la cual, ha existido en todas las civilizaciones sin respetar color de piel ni clase social, es tan devastadora como una epidemia que ataca a miles de personas en todo el mundo. (Hidalgo & Valdés, 2014).

La violencia se estudia desde diferentes teorías o modelos, la teoría biológica según Ramírez, (2000, citado por Alencar & Cantera, 2012) explica que la violencia es la respuesta de supervivencia de un individuo al medio ambiente ya que este ha desarrollado su agresividad para vivir. Para su estudio, la violencia se ha clasificado en diferentes tipos:

- *Violencia física*. Es la más evidente porque el daño producido, que puede o no provocar lesiones internas, externas o ambas, se localiza en el cuerpo de la persona expuesta a esta situación, pudiendo ser producirse por medio de fuerza física o algún objeto, arma o sustancia química. (Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, art. 6°, inciso II).
- *Violencia psicológica*. “Es cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, que puede consistir en: negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la persona violentada a la depresión, al

aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio” (Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, art. 6°, inciso I).

- *Violencia sexual.* “Es cualquier acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la Víctima y que por tanto atenta contra su libertad, dignidad o integridad física. Es una expresión de abuso de poder que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al denigrarla y concebirla como objeto. (Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, art. 6°, inciso V).
- *Violencia económica.* “Es toda acción u omisión del agresor que afecta la supervivencia económica de la víctima. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo dentro de un mismo centro laboral” (Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, art. 6°, inciso IV).
- *Violencia patrimonial.* “Es cualquier acto u omisión que afecta la supervivencia de víctima. Se manifiesta en: la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima” (Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, art. 6°, inciso III).

Así mismo, el 8 de marzo de 2023 se aprueba por unanimidad de 460 votos en la Cámara de Diputados la reforma a la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia y se realiza una adición de un artículo 7 Bis, estableciendo que la *Violencia Vicaria* es la acción y omisión cometida en contra de una mujer por la persona con la que tenga o haya tenido una relación de matrimonio concubinato o relación de hecho, con la intención de causarles cualquier tipo de daño o sufrimiento, separarla de sus hijas e hijos y causar desapego en el vínculo materno-filial, utilizando la violencia.

Si bien es cierto que la violencia se estudia desde diferentes modelos, Alencar, (2007, pg.122) menciona que “Diferentes organismos internacionales, como la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2003), el Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la

Mujer (UNIFEM, 2003) y la Asociación de Psicología Americana (APA, 2002), recomiendan el uso del modelo ecológico para explicar la violencia de género en la pareja e identificar factores de protección contra dicho problema”.

Este modelo creado por Bronfenbrenner, explica que existen diferentes causas que dan origen a la violencia de género en la pareja, recomendando la observación de la interacción de los factores sociales, culturales y psicológicos proponiendo para ello analizar la interacción de estos factores en niveles denominados microsistemas, exosistemas, mesosistemas y macrosistemas, los cuales se refieren al desarrollo del individuo desde de su círculo personal, familiar, laboral, hasta el social y cultural. (Alencar & Cantera, 2012 pg. 117).

Para concientizar a los estudiantes sobre la perspectiva de género, equidad, igualdad, violencia y sus diferentes tipos, en febrero del año 2009, el Instituto Politécnico Nacional (IPN), a través del Programa Institucional de Gestión con Perspectiva de Género (PIGPG), realizó el Estudio sobre las dinámicas en las relaciones de pareja en la comunidad estudiantil del IPN, realizada en los niveles educativos medio superior y superior, así describe esta investigación los cinco tipos principales de violencia basados en la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia en su artículo 6º, los cuáles son: violencia física, violencia psicológica, violencia sexual, violencia económica y violencia patrimonial.

Con el afán de ampliar el estudio de la violencia y su atención, se han derivado conceptos como el de “*violencia de género*”, el término se utiliza principalmente para subrayar el hecho de que las diferencias estructurales de poder basadas en el género colocan a las mujeres y niñas en situación de riesgo frente a múltiples formas de violencia. (Boch F. & Ferrer, 2000).

La violencia de género se refiere a los actos dañinos contra una persona o un grupo de personas en razón de su género. Tiene su origen en la desigualdad de género, el abuso de poder y la existencia de normas dañinas. (Boch F. & Ferrer, 2000).

De acuerdo con la *Teoría de la Indefensión o Desesperanza Aprendida*, (Canevari, et al, 2019). a violencia de genero tiene tres situaciones permanentemente presentes:

- La motivación de la mujer para cambiar su conducta disminuye como consecuencia de episodios reiterados de golpes.

- La mujer cree que su posible respuesta fracasará. Al generalizar su indefensión cree que no será capaz de alterar el final de la situación.
- La mujer renuncia a vivir asustada y a creer que es imposible producir un cambio en la situación.

Por otro lado, la *Teoría de Walker o Ciclo de la Violencia*, (Canevari, et al, 2019). es un modelo actualmente utilizado y se compone de tres fases.

Fase de formación o acumulación de tensión: Dura varios días, semanas o meses, el agresor va incrementando su agresividad encontrando motivos de conflicto en cualquier situación, aparecen agresiones psicológicas, humillaciones, insultos, algún golpe o empujón, etc. Como la mujer nota el aumento gradual de tensión en el hombre, teme que se produzca un nuevo episodio de violencia así que hace lo posible para no molestarlo o satisfacerlo. En esta fase la mujer llega a minimizar, a justificar o a negar incluso las agresiones por parte del hombre para evitar consecuencias peores.

Fase de agresión o explosión: Suele durar minutos o en algunos casos horas. Se produce un episodio violento y descarga la tensión acumulada con golpes e insultos, la mujer acepta la violencia y espera que termine pronto. La mujer apenas puede creer lo que sucedió y el hombre justifica su comportamiento relatando los pequeños incidentes que lo hicieron estallar haciéndola sentir culpable.

Fase de luna de miel o de reconciliación: En esta fase al hombre le preocupa que la mujer lo deje y le dirá cualquier cosa para que lo perdone, le hace regalos, se arrepiente, le pide perdón, le pide otra oportunidad y le promete que cambiará. Ella cree que su arrepentimiento es sincero y que solo se trató de un mal episodio. (Canevari, et al, 2019).

La violencia es una forma de conducta socialmente aprendida que se refuerza ideológica y culturalmente, pero se puede cambiar, reducir y prevenir (Cantera, 2007). Como se puede observar en los párrafos anteriores, muchas mujeres han enfrentado el maltrato de diferentes formas tratando de reducir o prevenir un episodio más de violencia, algunas de forma activa o pasiva. Sin embargo, las consecuencias de la violencia están presentes y se manifiestan en la mujer, ya sea de forma física o psicológica. (OPS, 2013).

Consecuencias de la violencia machista para la salud de las mujeres

Cuando se presenta violencia contra las mujeres, se generan diversas consecuencias en muchas áreas. Al respecto, la Organización Panamericana para la Salud (OPS, OMS, 2016, pg.2), menciona que “las consecuencias de la violencia para la salud pueden ser inmediatas y agudas, duraderas y crónicas o mortales. Las investigaciones sistemáticamente encuentran que cuanto más grave es el maltrato, mayores son sus repercusiones sobre la salud física y mental de las mujeres”. Además, las consecuencias negativas para la salud pueden persistir mucho tiempo después de que haya cesado el maltrato. Las consecuencias de la violencia tienden a ser más graves cuando las mujeres sufren más de un tipo de violencia, por ejemplo, física y sexual o episodios repetidos con el transcurso del tiempo. (OPS, OMS, 2016).

En la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH,) se considera como parte de la violencia en el ámbito de pareja, los actos abusivos de poder u omisiones intencionales que pretendan dominar, someter, controlar o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica y/ o sexual a las mujeres. Esta violencia se suele ejercer por personas con quienes las mujeres hayan tenido una relación de matrimonio, concubinato o mantengan o hayan mantenido una relación de hecho. (INEGI, 2021).

Sin duda, la violencia física es la más evidente, ya que se manifiesta en lesiones físicas agudas o inmediatas, por ejemplo, hematomas, excoriaciones, laceraciones, heridas punzantes, quemaduras o mordeduras, así como fracturas de huesos o dientes, lesiones más graves que pueden conducir a discapacidad, por ejemplo, lesiones en la cabeza, los ojos, el oído, el tórax o el abdomen, afecciones del aparato digestivo, problemas de salud a largo plazo o mala salud, incluidos síndromes de dolor crónico.

La violencia machista afecta también *la salud sexual*, definida por la OMS como “Un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad”. El cual requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia. (Violet, et al, 2021 p. 346).

El machismo en la sexualidad además de limitar el libre desarrollo sexual de la pareja, pone en riesgo la salud física y emocional de diferente forma, por ejemplo, el hombre se ha negado en ocasiones a utilizar preservativo argumentando menor satisfacción sexual o delegando a la mujer la obligación de los cuidados de anticoncepción, esto ha dado como resultados embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, relaciones sexuales no consensuadas, limitación de satisfacción sexual y emocional, etc. (García, et al, 2018).

En los acuerdos de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo, (CIPD), realizada en El Cairo en 1994, el concepto de salud reproductiva abarca no solo la ausencia de enfermedades, sino que se refiere a un estado de bienestar físico, mental y social de la persona en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos, pero además, señala la capacidad de disfrutar libremente de una vida sexual satisfactoria, sin estar estrictamente relacionada a la procreación. (Ramos, 2006).

Todo lo anterior pone en relieve que la conducta sexual del hombre machista es un factor desencadenante de riesgos a la salud de la mujer, Rodríguez, et. al. (2012, pg.641) así lo describe: “El machista adopta conductas irresponsables, irrespetuosas y egoístas, colocando a la mujer en una situación de riesgo. Aunque la mujer esté dispuesta a cuidarse y tomar precauciones para prevenir embarazos o infecciones de transmisión sexual o VIH/SIDA mediante la utilización del condón, el hombre machista cuestionará la infidelidad de parte de ella al querer hacerlo”.

Lo anterior también implica limitaciones sexuales para la mujer de forma individual y no solo en pareja, autores como Vilet, et al, (2021, pg. 347), opinan que el *autoerotismo* “es una forma de apropiación del cuerpo y vivencia de los derechos sexuales”, respecto a esto comenta que los mandatos de género limitan el autoerotismo en la mujer, la cual ha permanecido en una posición pasiva, cuartando su libertad de autosatisfacción y vislumbrando un peligro de emancipación y transformación que permitirían una nueva forma de satisfacción, sin necesitar que esta provenga de otro considerando que el *autoerotismo* va más allá de la masturbación, involucra sueños, fantasías, emociones, sentimientos, etc. (Galán & Valadez, 2019).

Respecto a la salud mental o psicológica, se puede decir que se vulnera el derecho a la integridad psíquica y solo la persona afectada puede referir sus malestares o sensaciones. Al

experimentar continuamente el desprecio, la ridiculización, el rechazo, insultos, la persona ve afectada su esfera emocional. Es evidente que el agresor actúa con la intención de humillar, insultar, degradar, hacer sentir mal a la víctima utilizando la mordacidad, la mentira, la ridiculización, el chantaje, los sarcasmos, haciendo alusión a su aspecto físico, creencias o ideología de la persona agredida, otras formas de violencia psicológica son también el silencio, las ofensas, las bromas hirientes, el aislamiento y las amenazas. (Torres, 2001).

Sin embargo, el maltrato sobre la mujer la lleva a un estado de dependencia emocional del cual es muy difícil salir. El miedo a estar solas, en muchos casos es uno de los motivos por los que, a pesar de la violencia, prefieren permanecer cerca de su pareja y no enfrentar la soledad. (Laca, 2017).

A pesar de que en las últimas décadas se ha producido cierto cambio en cuanto a la *equidad*, entendiéndose esta como el “valorar las desigualdades desde una idea de justicia”, (Hernández, 2008 pg.72) facilitando hasta cierto punto, que la mujer pueda disponer de ella misma, decidir sobre su cuerpo y su fecundidad, el derecho al conocimiento y a realizar cualquier actividad. Al respecto, el filósofo e investigador francés Gilles Lipovetsky opina que “este cambio no significa una mutación histórica absoluta que hace tabla rasa del pasado. Nos equivocáramos, sin embargo, si creyésemos que se ha instalado un modelo de similitud de los sexos”, (Lipovetsky & Serroy, 2009 citado por Daros, 2014 pg.107).

La perspectiva que cada mujer tiene sobre el machismo y la violencia que este genera, es muy particular y es por eso que este trabajo considera importante el uso de la metodología cualitativa para conocer con sus propias palabras ¿cuáles han sido sus experiencias?, dando oportunidad a que expresen de manera más profunda su sentir.

Justificación del Problema

A pesar de los esfuerzos realizados para eliminar el machismo y la violencia que este genera hacia las mujeres, niños y todo individuo que no se ajuste a los estereotipos que ha establecido, no se puede ignorar que siguen presentes con consecuencias devastadoras.

En México, siete de cada diez mujeres han experimentado violencia a lo largo de su vida; de estas, la mitad han enfrentado violencia sexual 49.7% y el 34.7% violencia física. Estos dos

tipos de violencia son los que más se denuncian, ya que son los más visibles. Sin embargo, el porcentaje de quejas o denuncias ante alguna autoridad por violencia sexual y física aún es muy bajo. Cuando estas violencias son ejercidas por la pareja sólo el 13.1% denuncia, cuando sucede en la escuela solo es denunciada por 7.8% de las mujeres y el 7.1% cuando ocurren en la familia. Aunque es en el espacio comunitario donde más violencia sexual se vive, también es el ámbito donde menos se denuncia. (SEGOB, INMUJERES & ONU-MUJERES, 2020).

El maltrato ejercido hacia las mujeres puede presentarse de forma específica a través de lesiones físicas como son traumatismos, quemaduras, cortaduras, etc., que pueden dar como resultado diferentes discapacidades o deterioro funcional de la persona lesionada, así, como mostrar una sintomatología inespecífica como cansancio, cefaleas, lumbalgias, etc., en muchos casos los síntomas físicos se asocian con problemas psíquicos, por ejemplo, ansiedad, estrés, baja autoestima, cambios en el estado de ánimo, entre otros. En cuanto a las agresiones sexuales se pueden encontrar abusos, violaciones, enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados o abortos. (Romero-Quevedo, 2017).

Respecto a las estimaciones mundiales publicadas por la OMS, (2016), indican que alrededor de una de cada tres mujeres en el mundo han sufrido violencia física y/o sexual por su pareja o violencia sexual por terceros en algún momento de su vida. Se considera que es más probable que las mujeres con antecedentes de maltrato señalen que tienen una variedad de problemas crónicos de salud como cefaleas, dolor pélvico crónico, dolor de espalda, dolor abdominal, síndrome de colon irritable o trastornos del aparato digestivo.

De acuerdo con el INEGI la violencia hacia la mujer ha escalado niveles muy altos, dentro de sus datos se aprecia que el 70% de las mexicanas ha experimentado algún tipo de violencia a lo largo de su vida. Son asesinadas 17.776 desde 2018, más de 3.500 cada año, 300 al mes, 10 al día. (INEGI, 2021).

Aunado a lo anterior, el *feminicidio* que se define como la privación criminal de la vida de una víctima de sexo femenino por motivos de género, también ha ido en aumento. El asesinato de una mujer o niña se considera por motivos de género y se registra en las estadísticas de feminicidios cuando se cumple uno de siete criterios, incluida la evidencia de violencia sexual antes de la muerte de la víctima, una relación sentimental, afectiva o de

confianza con el agresor, o cuando el cuerpo de la víctima se muestra en público. (Kühne, 2022).

Para que el *feminicidio* no se convirtiera solamente en una analogía de homicidio y pasara a ser solo “el asesinato de mujeres”, Marcela Lagarde empezó a utilizar el término *feminicidio* resaltando con ello “las condiciones históricas que generan prácticas sociales agresivas y hostiles que atentan contra la integridad, el desarrollo, la salud, las libertades y la vida de las mujeres. Para Lagarde, el *feminicidio* es un crimen de Estado que incluye un componente de impunidad y que ocurre en tiempo, espacio, maltrato, vejaciones y daños continuos contra mujeres y niñas, que conduce a la muerte de algunas de las víctimas.” (Lagarde, 2005, pág. 136).

Lamentablemente, el número de feminicidios registrados en México ha crecido rápidamente en los últimos ocho años. Si bien representaron el 19.8 % de los homicidios de mujeres en 2015, esta proporción aumentó al 25.6 % en 2022. Como categoría de delito relativamente nueva que requiere niveles adicionales de investigación y análisis para identificarlo, los feminicidios no han sido clasificados de manera uniforme como tales por las diferentes instituciones encargadas de hacer cumplir la ley desde la introducción de la categoría. (INEGI, 2022).

En México de cada 100 delitos que se cometen, solo 6,4 se denuncian; de cada 100 delitos que se denuncian, solo 14 se resuelven. Esto quiere decir que la probabilidad de que un delito cometido sea resultado en nuestro país es tan solo del 0.9%. (INEGI, 2021).

Por causas como lo anterior, es difícil determinar con certeza el número real de feminicidios en México. Sin embargo, el aumento registrado en los feminicidios denunciados está en línea con los aumentos en los casos registrados de violencia familiar y violencia sexual en México, los cuales se han multiplicado desde 2015. (INEGI, 2021).

Aunque el feminicidio podría considerarse como el grado más alto en la escala de violencia, como lo indica el *violentómetro* (2009), creado por el Instituto Politécnico Nacional, lamentablemente la muerte no es el fin del calvario. Los miembros de la familia de la víctima tienen que enfrentar, además del dolor de haber perdido a un ser querido, la dura realidad de hacer justicia aún, habiendo denunciado.

Además de que al enfrentar un juicio aquellas que lo logran, tienen que revivir una y otra vez todo el dolor que sufrió la víctima que en ocasiones es culpabilizada por diversas cuestiones, como si era una persona promiscua o si tenía algunas adicciones, como si esto diera derecho para ser agredida. Así que no es difícil comprender porque muchas mujeres que sufren maltrato prefieren no denunciar. (Lefranc, 2017).

El presente trabajo no pretende ser un parte aguas en lo que se refiere a lucha contra la violencia y sus repercusiones en la salud de las mujeres, pero si pretende sumarse a los esfuerzos realizados, por tal motivo, se dispuso un espacio donde las participantes pudieran identificar la violencia machista por medio de la expresión de sus vivencias y que al compartir sus ideas y creencias pudieran construir nuevos pensamientos ya que, aunque parezca increíble, muchas mujeres no logran identificar, y piensan que lo que les pasa es normal, que es el papel que les toca en la vida por ser mujeres o incluso que ellas son culpables al hacer enojar a su agresor.

El machismo ha sido, y sigue siendo fuente de violencia en los distintos ámbitos que afectan la salud de las mujeres desde muy temprana edad, por lo cual es necesario continuar con la lucha en lo que se refiere a la erradicación de la violencia, de ahí el interés de este trabajo en analizar las experiencias de las nueve mujeres participantes para lograr un mayor entendimiento de este fenómeno y de cómo afecta no solo a ellas, sino a un gran número de mujeres en todos los estratos sociales.

Así mismo, es importante conocer de su propia voz, si fuera el caso, las razones por las cuáles aun habiendo identificado la violencia y sufrido consecuencias, no toman las medidas necesarias para salir de tal situación, y si alguna de ellas lo ha logrado, saber cómo lo hizo.

Se considera que, al contar con una muestra pequeña, de una manera conversacional, recibiendo información, aportándola y en algunos casos debatiendo las ideas o creencias de las participantes, se tiene la oportunidad de escuchar con mayor atención las participaciones, esto es algo que la investigación cualitativa facilita, ya que para esta investigación es de gran interés la comparación de la teoría con la realidad que viven las mujeres día a día.

La conversación estudiada como un proceso social organizado por Heritage y Claman, (2007, pg. 137), en lo que han llamado el *Análisis de la Conversación*, indica que “en las

estructuras conversacionales, un hablante interpreta prácticamente en sus respuestas que su interlocutor está expresando una emoción, sin necesidad de haberse explicitado que dicho enunciado había de interpretarse como un acto expresivo”, es decir que los hablantes tienen “métodos” para reconocer sin una explicación las emociones que quiere transmitir su interlocutor.

Cabe destacar que la investigación cualitativa “no busca la verdad o la moralidad sino una comprensión detallada de la perspectiva de otras personas, tomando en cuenta que todas las perspectivas son valiosas y nada se da por sobreentendido”. (Taylor & Bogdan, 1994, pp.21). Es por ello que esta metodología se considera adecuada para la realización del presente estudio.

Objetivos

Objetivo General

El objetivo de esta investigación es identificar la violencia derivada del machismo en nueve mujeres mexicanas, saber de qué manera ha repercutido en su salud y construir nuevos pensamientos para prevenir, disminuir o eliminar la situación de violencia.

Objetivos Particulares

- Examinar la percepción que las participantes tienen sobre el machismo.
- Conocer el tipo de violencia que las participantes han experimentado.
- Saber cuáles han sido las repercusiones en su salud debido a la violencia machista.
- Indagar si han utilizado alguna estrategia para evitar, disminuir o eliminar la violencia machista.
- Saber si han tratado de evitar transmitir la violencia machista.

Pregunta de Investigación

¿Cómo repercute la violencia machista en la salud de nueve mujeres, y que acciones han tomado o pueden tomar para prevenir, disminuir o eliminar esta situación?

Método

Participantes

La investigación se llevó a cabo en una población de nueve mujeres mayores de 18 años que de forma voluntaria aceptaron participar firmando cada una un consentimiento informado, se obtuvo una muestra por oportunidad, las mujeres forman parte de un grupo comunitario de actividades recreativas y fueron seleccionadas de un grupo de veinte mujeres asistentes a un curso de danza de salón, a las cuales se les expuso el objetivo de la investigación y nueve fueron las interesadas en participar al conocer el tema y tipo de proyecto a realizar.

Criterios de inclusión

Mujeres mayores de edad que voluntariamente aceptaron participar en la investigación pertenecientes al grupo comunitario de Nicolás Romero.

Criterios de exclusión

Mujeres menores de edad, mujeres no pertenecientes al grupo comunitario de Nicolás Romero, mujeres que estuvieran tomando terapia psicológica.

Inserción al campo

Para esta investigación se logró concertar una cita con a la coordinadora de un Centro Comunitario en el municipio de Nicolás Romero en el Estado de México, donde se llevan a cabo actividades recreativas como danza, tejido, manualidades, yoga, entre otras, en las que la mayoría de asistentes son mujeres, se le explicó el proyecto de investigación y se solicitó acceso para asistir a algunas de las actividades y de esta forma observar a las asistentes. De esta forma se eligió al grupo de danza de salón, por ser un grupo con mujeres que comprendía entre los 30 y 75 años de edad, y se les convocó a una reunión informativa para dar a conocer el tema y el objetivo de la investigación. De las 20 asistentes, nueve aceptaron formar parte del proyecto de investigación, se expuso la fecha, horario y duración del taller diseñado para recopilar la información necesaria.

Sin embargo, no fue tan sencillo como se plasma en el párrafo anterior, primero se intentó concientizar por medio de la reunión informativa acerca de la importancia de atender temas como el machismo, la violencia, así como las repercusiones en la salud debido a esta causa, y también destacar lo interesante que es conocer lo que han hecho algunas mujeres para

sobrellevar situaciones violentas, o en su defecto conocer los motivos por los que no han podido hacerlo. Muchas mujeres niegan estar viviendo una situación de violencia o no logran identificarlo.

A pesar de los estudios y programas que se llevan a cabo, la violencia, sigue causando daños, tanto físicos, psicológicos o sexuales y también sigue siendo complicado que las mujeres que sufren maltrato lo divulguen y mucho más difícil que lo denuncien, sin embargo, una vez conociendo el propósito de este trabajo, estas nueve mujeres aceptaron por medio de un consentimiento informado formar parte de él. ´

Diseño de Investigación

La realización de esta investigación se encuentra enmarcada en una metodología de corte cualitativo, ya que se centra en el análisis y exploración de las propias experiencias de nueve mujeres, escuchando, recogiendo y analizando sus creencias, ideas o comentarios, tanto de forma verbal, escritas o en forma de expresiones sobre sus vivencias y visiones, siendo valiosas todas las perspectivas. (Hernández, et al, 2014),

Respecto a lo anterior Hernández, et al, (2014), mencionan que la investigación cualitativa está enfocada a la percepción de los participantes en un ambiente natural y en relación de su contexto. Al estudiar a las personas de forma cualitativa, se puede llegar a experimentar lo que ellas sienten en sus luchas cotidianas y se llega a conocer conceptos como belleza, dolor, fe, frustración y amor; el interactuar directamente con las personas permite percibir un despliegue de emociones. La investigación cualitativa no encuentra límites en cuanto a escenarios o personas que pueden ser objeto de estudio, y el investigador tiene la oportunidad de ser flexible y no necesita ajustarse a métodos estandarizados (Taylor, S. J. y Bogdan, R. 1994).

Uno de los elementos esenciales en la investigación cualitativa es la observación participativa del investigador, esto servirá para definir la investigación, ya que se lleva a cabo incluso antes de iniciar el trabajo y permite tener un panorama más completo del campo, los participantes y la forma de abordar la investigación. (Hernández-Sampieri, 2014).

La observación juega un papel muy importante, ya que permite captar las gesticulaciones, expresiones, actitudes o estado de ánimo de los participantes, incluso se puede evidenciar

situaciones contradictorias entre lo expresado y lo que el observador percibe. De esta manera, se crea un ambiente adecuado para establecer el *rappport*, que en el caso de esta investigación se estableció desde el momento de conocer el grupo, al hablar con ellas de forma simple directa y tratando de iniciar un ambiente de confianza al acompañarles a las actividades dentro del Centro Comunitario y una vez elegido el grupo, solicitar su opinión sobre el proyecto, la observación se lleva a cabo desde antes de iniciar la investigación al analizar la comunidad y determinar el lugar donde se llevaría a cabo, el nivel educativo y socioeconómico de las participantes, así como la edad y todo aquello que pueda ser útil para el mejor desempeño del estudio. (Taylor, S. J. y Bogdan, R. 1994).

La forma de recoger la información se realizó por medio de indagación reflexiva con un *grupo focal* de nueve mujeres de entre 30 y 75 años con diferente nivel educativo, social y cultural, que voluntariamente aceptaron participar en este estudio. Se pretende conocer la percepción de ellas sobre el machismo, saber cuál es su opinión, indagar si reconocen la relación entre el machismo y la violencia y también saber si conocen personas que hayan visto afectada su salud al haber experimentado violencia o si ellas mismas han vivido esta situación, se pretendía conocer cómo ha influido en sus vidas, las emociones que han experimentado, las consecuencias que han tenido tanto física como psicológicamente y saber también cómo han sobrellevado tal situación.

Lo que se indaga no es tanto el “qué” se dice sino más bien el “cómo” se dice”; el nivel de abstracción en la técnica es, el literal: “estudia el sentido de las palabras, va dirigido a determinar lo que se quiere decir con la comunicación. (Armony, 1997 citado por Hurtado de Barrera, 2010, p. 1177).

Al pensar en conversaciones cotidianas, el habla y la escucha aparecen como elementos que dan forma a la relación. Esta aproximación propone que la escucha y el habla son una forma de acción conjunta. (Anderson, 1997).

En cuanto a la interpretación de los datos es importante tomar en cuenta que cada persona le ha dado significado a las cosas o situaciones de acuerdo al contexto en el que se han desarrollad, por esta razón no debe sorprendernos que para una misma situación las personas tengan diferentes ideas u opiniones, sin embargo, es enriquecedor analizar las circunstancias que los llevaron a crear tales opiniones. (Taylor, S. J. y Bogdan, R. 1994).

Particularidades en el campo

Considerando que la violencia es un tema delicado, los nombres de las participantes fueron cambiados para asegurar la confidencialidad, pero no se colocó un número en su lugar para no reducir a las personas a un numeral y preservar la esencia humana. Se consideró que la mejor forma de realizar la investigación sería por medio de un taller. Con la finalidad de fijar el día y la hora de las sesiones se hizo un consenso entre las participantes para no afectar su vida cotidiana, estas sesiones se llevaron a cabo en la casa de la facilitadora del taller, en la cual se contó con el espacio adecuado para que las participantes se sintieran cómodas, que además hubiera privacidad y pudieran expresarse libremente, marcando límites de respeto permitiendo que cada una tuviera espacio para hacer sus comentarios, aunque no todas fueron tan participativas, si realizaron comentarios y opiniones, además fue interesante observar sus gesticulaciones, sus expresiones, risas o lágrimas, que sin duda dicen tanto como las palabras.

El taller

El nombre del taller fue: “¿Qué son los micromachismos?”, este título se eligió cuidadosamente considerando que podría despertar interés, y además por lo complejo que resulta tratar temas de violencia. Este taller se llevó a cabo en cuatro sesiones semanales de dos horas cada una, las cuales se describen a continuación:

Primera sesión

Después de dar la bienvenida, se les explicó a las participantes el objetivo del taller, en seguida se realizó una dinámica donde se les repartió una hoja que contenía las siluetas de un hombre y una mujer y una lista de profesiones oficios y se les pidió colocar en la parte de abajo aquellas que consideraban que correspondían a cada sexo, una vez terminado se comentaron los resultados. En el segundo ejercicio se pidió que, en una lista de frases, con un plumón señalaran aquellas que pudieran ser machistas según sus ideas o creencias, al terminar se comentaron los resultados. En la parte final se dio a conocer el concepto de machismo y se escucharon las opiniones al respecto. La finalidad de no explicar el concepto de machismo al inicio de la sesión fue descubrir primero las opiniones o creencias de las participantes. Después de dar a conocer la definición, se pudo notar que la mayoría reflexionaba en como estas situaciones se han normalizado al grado de no notar que forman

parte de un sistema de estereotipos machistas donde la mujer ha ejercido un papel de sumisión y servidumbre.

Segunda sesión

Al iniciar se hace un breve resumen de la sesión anterior, se dio a conocer el concepto de violencia, por diferentes autores y se realizan comentarios, después se analizaron los diferentes tipos de violencia y se realizó como ejemplo, una dinámica donde una participante le compartió a otra compañera una anécdota emocionante de su vida, la receptora la ignora completamente, con previa instrucción de que lo hiciera, después de unos minutos se suspende la actividad y se comentan los sentimientos que surgieron, después las participantes comparten algunas vivencias respecto a los tipos de violencia. La dinámica representa un ejemplo de violencia psicológica donde la víctima es ignorada, lejos de pensar qué al no ser agredida físicamente, la persona es sometida a una violencia “blanda”, como lo menciona Bonino, (2002), donde una persona se siente devaluada al no ser escuchada y el agresor utiliza comúnmente este tipo de violencia para demostrar su dominio.

Tercera sesión

Después de la bienvenida a la sesión se hizo una presentación en power point con estadísticas que muestran datos sobre la violencia en México y en otras partes del mundo, las participantes hicieron comentarios sobre sus propias experiencias, después se invitó a las participantes a elaborar un *collage* en una cartulina donde describieron los daños físicos, psicológicos o sexuales que experimenta una persona que ha vivido violencia. La forma en que escala la violencia en muchos casos es sutil alcanzando niveles donde la víctima se encuentra vulnerable y le es muy difícil detectarlo, así cuando se da cuenta es muy difícil salir de esa situación.

Cuarta sesión

Después de un breve repaso sobre las sesiones anteriores. Para finalizar el taller se escucharon experiencias de las participantes ante episodios de violencia y como han sobrellevado esas situaciones, se agradeció la participación al taller y se entregó un cuadernillo con ilustraciones que ellas mismas elaboraron sobre los temas vistos en el taller, en las cuales colocaron algunos de los comentarios y reflexiones compartidas junto con algunos consejos

o recomendaciones, para evitar ser víctimas de violencia y además sean útiles para erradicar el machismo, y se les hizo la sugerencia de compartirlo con a otras mujeres no asistentes al taller con el fin de difundir la información aprendida.

Resultados

En los resultados se pudo apreciar que las nueve participantes han sufrido violencia psicológica, cinco, violencia física, siete, violencia económica, cuatro, violencia vicaria, cinco, violencia patrimonial y una violencia sexual. Estos resultados se obtuvieron al término de la sesión tres donde se explicaron los tipos de violencia y lograron identificar aquellas que en algún momento han sufrido, lo cual se puede observar en la Fig. 1.



Fig. 1 Grafica de los tipos de violencia ejercida sobre las nueve participantes

Para facilitar la tanto la recolección como la interpretación de los resultados se agruparon en tres categorías: identificación del machismo, identificación de la violencia y las repercusiones en la salud:

Identificación del machismo

Con el objetivo de identificar el machismo se llevaron a cabo algunas dinámicas la primera llamada “Identificando mi ideología”. En este ejercicio se les pidió a las participantes colocar

bajo la imagen de un hombre o una mujer los oficios o profesiones que ellas pensaban que correspondían a cada uno, 5 participantes (Adriana, Osiris, Liz, Michelli y Martha), opinaron que todos ellos podrían ser desempeñados por ambos sexos; no obstante 2 participantes (Irma y Josefina), opinaron que las mujeres deben hacer trabajos para su condición de mujer, ya que por invadir territorios que son para los hombres, por eso les faltan al respeto. Además, 2 participantes (Leonor y Marcela), opinaron que “albañil”, “chofer”, “taxista”, “piloto”, “electricista”, pertenecen al hombre, “danzante”, y “cantante” a ambos y los restantes a la mujer. Comentan lo anterior sobre todo porque consideran que la mujer no tiene la misma fuerza que el hombre para trabajos pesados y que además existe un serio problema de inseguridad, por ejemplo, para que la mujer realice trabajos como el de “taxista” o aquellos que se realicen de noche.

La siguiente actividad fue nombrada “¿QUÉ ES EL MACHISMO?” Por medio de una cartulina que contenía las frases descritas fueron aportando sus opiniones al respecto:

1- Estás de malas ¿Qué, estás en tus días?

Irma: “Me parece ofensiva esta idea porque los hombres también están de malas muchas veces, no solamente las mujeres”

Adriana: “No solo las mujeres tienen cambios hormonales, esta frase es muy machista”.

Josefina: “No creo que sea machista porque si es verdad que a las mujeres nos afectan los cambios hormonales”.

2- El esposo ayuda en las labores del hogar.

Martha: “Desde la casa nos enseñan a que las niñas tenemos que ayudar a las mamás y los niños a los papás”.

Osiris: “Si ambos esposos usan los trastos, ambos tendrían que lavarlos también, pero hasta tu mamá te enseña a que las mujercitas tienen que aprender a hacer el quehacer de la casa”.

Adriana: “Como soy madre soltera he trabajado mucho porque no he sabido distribuir las labores entre mis hijos y yo, creo que tengo que considerar asignarles las mismas tareas a niños y a niñas”.

Leonor: “Yo tengo 75 años, no se usaba hacer acuerdos cuando yo me casé. Tu simplemente entendías que había que hacer todo el quehacer de la casa y ni se te ocurría decirle a tu pareja que te ayudara y ahora al decir que te ayuda, pues si damos por hecho que el trabajo de la casa es de la mujer”.

Michelli: “mi papá jamás movería un dedo para ayudar a mi mama, dice que ese es trabajo de viejas”.

3- Es mejor que un empleo nocturno lo tomen los hombres.

Irma: “Tenemos serios problemas de inseguridad, es mejor que las mujeres no trabajen por las noches”.

Juana: “Las mujeres podemos trabajar igual que los hombres de día o de noche, yo fui mesera y salía muy tarde, enfrenté muchos problemas con los hombres porque el trabajo es pesado, pero pude lograr su respeto realizando mi trabajo lo mejor que pude, no con mi cuerpo como muchas mujeres piensan, que una logra ascender en el trabajo por acostarse con los jefes”.

4- Con ese cuerpecito puedes lograr todo lo que quieras.

Juana: “Esta frase es muy machista porque se toma a la mujer como un objeto, y da a entender que utilizará su cuerpo y no sus capacidades para desarrollarse en aquello que quiere alcanzar”.

Leonor: “Muchas mujeres utilizan sus encantos para lograr lo que ambicionan”.

Liz. “Es lamentable que se piense que la mujer no cuenta con la capacidad necesaria para salir adelante en su profesión y tiene que valerse de la sexualidad para lograrlo, mas triste es que tanto hombres como mujeres piensen eso”.

5- Las mujeres con poca ropa, son provocativas

Marcela:” Hay que vestir de acuerdo a la ocasión, porque a veces las mujeres se ponen ropa muy ajustada para ir a lugares donde les pueden faltar al respeto, o no es adecuado llevar escotes, por ejemplo”.

Adriana: “Yo creo que nadie tiene derecho a faltar el respeto a una mujer, no importa como vaya vestida”

Josefina: “Si hay mujeres que visten de una forma incorrecta porque les gusta enseñar su cuerpo, por eso en la calle les dicen cosas”.

Irma: “Yo creo que hay que vestir de acuerdo a la edad porque hay mujeres que ya están grandes y se ponen ropa que ya no se ven bien”

6- Además de bonita es usted inteligente

Michelli: “Ofende mucho esa frase porque se llega a pensar que una mujer bella no es inteligente”.

Liz: “Cuando una mujer es hermosa se piensa que tiene más posibilidades de salir adelante y muchas veces si es así, por ejemplo, en una empresa se escoge a las más guapas para mejores puestos o al menos yo veo eso en donde trabajo, y tienen favoritismos”

7- A fulanita le dieron un mejor puesto, ¿Con quién se está acostando?

Liz: “Todavía cuesta trabajo reconocer que la mujer tiene la misma capacidad que el hombre, que no es cuestión de genero sino de preparación”.

Michelli: “Es muy común pensar esto, cuando a una mujer le dan un mejor puesto o le favorecen en su trabajo hombres y mujeres piensan que está teniendo sexo con alguien buscando un beneficio, sin ver que ella es capaz de lograr un ascenso sin necesidad de eso”.

8- Ya te puedes casar. (cuando la mujer es hacendosa).

Josefina: “Yo recuerdo escuchar eso desde mi abuela, cuando una mujer sabe hacer bien la comida o las labores de la casa, entonces se considera que es toda una mujercita y está lista para casarse”.

Leonor: “Es muy común esa frase y siempre la relacionamos con el trabajo de la casa”.

Osiris: “Ese pensamiento debe de cambiar porque la mujer o el hombre al aprender a realizar labores de la casa no siempre es para casarse, ahora muchos jóvenes se van a trabajar o a estudiar fuera de sus ciudades de origen y tienen que realizar sus actividades, entonces si desde pequeños les enseñamos a niños y niñas a hacer las cosas por ellos mismos serán más independientes”.

Adriana: “Es tan común esta frase que ya ni notamos que sea machista, siempre pensamos en que las niñas se van a casar y queremos que sean unas buenas esposas y amas de casa, lo vemos normal”.

9- ¿Qué le hiciste a tu esposo para que te pegara?

Josefina: “A mí, me ha pasado eso, cuando llegué a comentarle a mi mamá que mi esposo me agredía, me preguntó inmediatamente qué le había hecho yo o que si hacía bien todas mis labores y lo atendía bien y también mis hermanas mayores me culpaban a mí”.

Marcela: “Yo conozco un caso de esta colonia, donde la joven le dijo a sus padres que su marido la agredió y ellos mismos la regresaron a su casa para que hablara bien con él y esa misma noche la mató”.

Irma: “Yo también conozco ese caso y sé que la hermana de la joven sabía que su marido la golpeaba y nunca dijo nada, creo que debemos hablar con alguien de confianza para que sepan que nos está pasando”.

Martha: “Cuando mi esposo me deja de hablar de inmediato pienso que fue lo que hice mal, porque ya lo hice enojar”.

10- Si no quieres quedar embarazada cierra las piernas.

Liz: “Esta frase es muy machista porque quiere decir que toda la responsabilidad de un embarazo es de la mujer, cuando se necesita de hombre y mujer para un embarazo, además existen métodos anticonceptivos para ambos sexos, pero se dan casos donde hasta la familia de la misma mujer la culpa por haber quedado embarazada y ni que decir de la familia del hombre y él mismo la culpa como si el no hubiera podido cuidarse también”.

Martha: “Pero es como dice el dicho, “el hombre llega hasta donde la mujer quiere”, si la mujer no quiere salir embarazada también tiene que darse a respetar”.

Michelli: “Yo no estoy de acuerdo con el comentario de Martha, el hombre debe cuidarse también porque la responsabilidad es de ambos”.

11- Arréglate más hija, para que te veas más femenina.

Irma: “Yo creo que ya tenemos modelos a seguir en cuento a que se considera femenino y masculino, entonces cuando no encajamos en alguno de ellos se nos considera fuera de lugar, por ejemplo, como femenina se considera una mujer que viste con vestido o falda, que se maquilla usa el cabello largo, tacones, etc. y a la que viste cómoda y sin tanto adorno, no se le considera femenina”.

Josefina: “Yo también pienso que las categorías están muy definidas en nuestra cultura hay muchas mujeres mayores que nunca se han puesto un pantalón porque consideran que la mujer solo viste de vestido o falda”.

12- Engañó a su esposa porque tuvo que buscar en la calle, lo que no tenía en su casa.

Osiris: “Esta frase es muy machista porque le está dando a la mujer toda la responsabilidad de que un matrimonio funcione, cuando son ambos los que tienen que trabajar, además también da a entender que la mujer tiene que complacer y servir al hombre en todo para que no se vaya”.

Identificación de la violencia

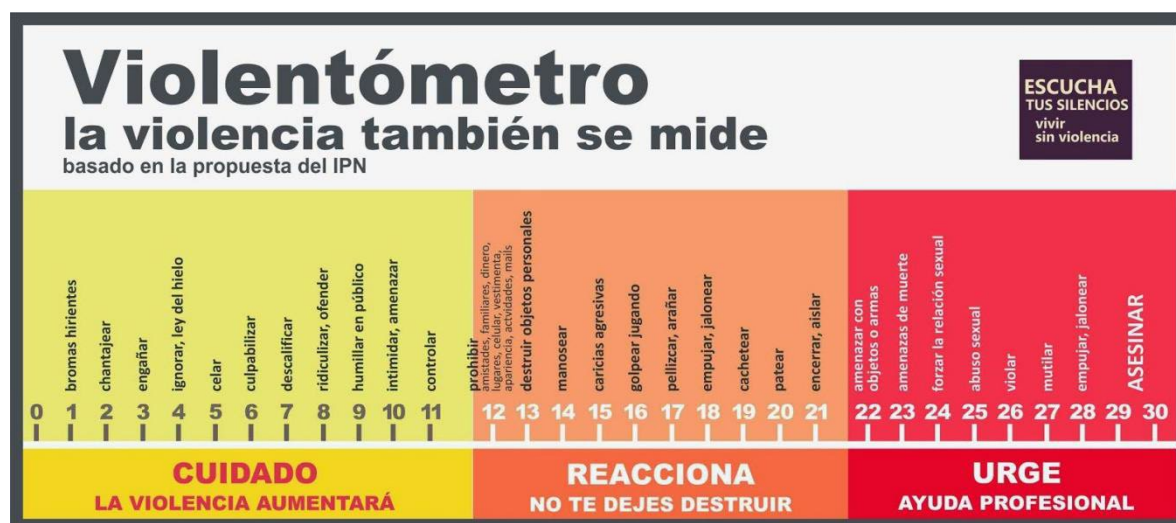


Fig. 2 violentómetro creado por el Instituto Politécnico Nacional

Para la identificación de la violencia se realizó la actividad: “¿QUÉ ES LA VIOLENCIA?” Después de revisar los diferentes tipos de violencia se analizó el violentómetro creado por el Instituto Politécnico Nacional, estos son algunos de los comentarios realizados por las participantes:

Marcela: “Yo he sufrido violencia económica, porque no me dan un gasto, sino que me compran la despensa y tengo que adaptarme a lo que tengo, mi pareja dice que no se administrar el dinero, me ha insultado y humillado”.

Leonor: “Mi novio me llama como diez veces al día y yo no me daba cuenta que era para controlarme, yo sentía que le interesaba mucho y quería saber cómo me iba todo el tiempo, pero con el tiempo si no contestaba rápido el celular se enojaba y empezaba a marcar a mi casa, poco a poco me di cuenta que era por celos, además no le gusta que conviva con mis amigas, siempre quiere ir conmigo, cuando vamos a una fiesta no puedo bailar con alguien más, y yo para no tener problemas con él, prefiero darle gusto”.

Osiris: “Mi primer esposo era muy celoso y me controlaba demasiado, después fue ejerciendo más violencia al no dejarme salir, no me permitía ver a mi familia y me limitaba el dinero”.

Martha:” Mi esposo me traicionó con mi comadre y cuando lo descubrí me decía que yo tenía la culpa por fea y vieja, me humillaba”.

También se realizó una dinámica que se denominó “Ignorarte, es violencia”, donde se pone a las participantes en pareja y se les da el numero uno y dos. Las numero uno salen de la habitación y se les indica que cuenten a su pareja alguna anécdota muy interesante y que lo hagan con ímpetu. A las número dos se les dice que se muestren lo más apáticas posibles a pesar de la emoción de su pareja y que traten de ignorarlas, estos son los comentarios sobre las emociones que experimentaron:

Participantes con el # 1:

Leonor: “Empecé a contar mi historia con mucha emoción, pero al darme cuenta que mi compañera no me hacía caso, me enojé y hasta le dije “oye te estoy hablando”.

Irma: “Cuando vi que mi compañera no me ponía atención, ya no me dieron ganas de contarle nada”.

Josefina: “Es muy triste hablar con alguien y que no te tomen en cuenta”.

Participantes con el # 2:

Adriana: “Sabía que era un juego, pero me costó trabajo ignorar a mi compañera, sentía feo”.

Marcela: “Yo no quería ignorar lo que me decía, yo sufro de eso, quiero hablar con mi marido y trae los audífonos puestos, y mis hijos no tienen tiempo de escucharme”.

Martha: “Cuando te maltratan físicamente, que te ignoren te parece hasta un descanso, al menos no te están insultando”.

La repercusión en la salud En la actividad “El recuento de los daños”, las participantes comparten algunas afectaciones a su salud derivadas de la violencia que se ha ejercido hacia ellas, estos son sus comentarios:

Marcela: “Muchas veces quiero hablar con mi esposo o mi familia y no puedo hacer que me escuchen y eso me lleva a un estado de ansiedad tremenda, además ese estrés ya me ocasionó hipertensión, es increíble como algo que parece tan simple como que te ignoren, puede ocasionar tanto daño”.

Osiris: “yo he tenido moretones, cortadas y golpes, en una ocasión mi esposo me fracturó un dedo con la puerta cuando intenté salir a ver a mis padres”.

Lys: “Tengo una autoestima baja, nunca me siento bonita incluso tengo trastornos alimentarios, he ido al médico y me recomendó tomar terapia, nunca me han tratado con cariño y lucho mucho con todo esto”.

Adriana: “Cuando tengo una pareja me aferro mucho a no dejarla porque no quiero fracasar otra vez, siento mucha inseguridad”.

Se les pidió a las participantes que después de ver una presentación con estadísticas de mujeres maltratadas y checar a fondo el violentómetro, se realizara un collage con recortes de los daños que consideran sufren las mujeres que son violentadas por el machismo.

Todas participaron en recortar imágenes de mujeres golpeadas, mujeres llorando, desesperadas, tristes, etc. y las colocaron bajo las palabras que especificaban los diferentes tipos de violencia.

También se realizó un ejercicio nombrado “Los diferentes tipos de violencia”. Utilizando el violentómetro se les pidió a las participantes identificar si en algún momento han sufrido algún tipo de violencia y cuáles han sido las consecuencias. Estos son algunos de sus comentarios:

Josefina: “A mí, una vez me insultó mi esposo violentamente, cuando le conté a mi mamá me preguntó que le había hecho yo para que se pusiera así, creo que el daño fue psicológico, porque las ofensas te causan baja autoestima y te sientes culpable”.

Adriana: “Mi esposo, me limitaba mucho el dinero, no me daba dinero de hecho el hacia las compras, nunca me dejaba escoger mi ropa, decía que yo no me sabía vestir, el daño es psicológico porque te sientes minimizada, limitada no tienes independencia, y también me ha abusado sexualmente”

Osiris: “Mi primer esposo no me dejaba hablar con nadie, me controlaba todo el tiempo, no me dejaba ir a casa de mis padres, me revisaba el teléfono y si algo no le parecía me golpeaba, me causó daños físicos, moretones, incluso un día me corto con un cinturón, psicológicamente me sentía amenazada, controlada, encerrada”.

Martha: “Cuando ya faltaba poco para casarme, me arrepentí y decidí ya no casarme, pero mi novio me manipuló diciendo que si no me casaba con él se iba a matar y que el remordimiento me perseguiría toda mi vida, y me case con él, pensé que no podría vivir con esa culpa, siempre fue muy tensa nuestra relación eso me ha traído mucho estrés y sufro de dolor en el cuerpo por lo mismo”.

Marcela: “Yo he recibido varias veces insultos, tengo mucho problema con el dinero, solo me compran algunas cosas mi pareja no me da dinero, ahora estoy enferma, me corre de la casa y me amenaza con dejarme en un asilo, pero lo que más duele es que me ignore, al grado de que ahora tengo hipertensión y es que vivo con mucha angustia y ansiedad”.

(Participante que, por la naturaleza de la agresión, se omite en este párrafo el nombre y en lo sucesivo se utiliza la letra R) dice: “Sufrí abuso sexual por parte de mi padre, eso afectó en gran medida mi autoestima, también mi vida sexual porque me costó mucho trabajo lograr una relación sexual satisfactoria, soy insegura y no he logrado superarlo del todo a pesar de que ya pasó mucho tiempo, me siento culpable, siento odio no puedo perdonar, he tenido pensamientos suicidas”.

En la actividad: ¿Qué se puede hacer para prevenir o eliminar la violencia? Se les preguntó a las asistentes ¿Por qué no es fácil salir de un ambiente de violencia? ¿QUÉ LAS DETIENE?

Adriana: “Te da miedo lo que le pueda pasar a tus hijos, porque la pareja te amenaza de lastimarlos o porque piensas que no vas a poder darles de comer y un techo, pues adonde los dejas si tú vas a trabajar”.

Martha: “No te vas de tu casa porque te han hecho pensar que no puedes lograr nada sola, acabas creyendo lo que te han dicho durante años, además, no tienes dinero, ya que no te dejan trabajar y una prefiere evitar otro episodio violento y te quedas callada y haces lo que él quiere”.

Osiris: “Te da miedo lo que digan de ti las personas, sobre todo que te critiquen por aguantar maltrato, porque todos te dicen que eres tonta, entonces mejor te quedas y no le dices a nadie”.

Leonor: “Me costó trabajo, y tenía miedo a quedarme sola porque ya tengo 75 años, pero durante el taller me di cuenta que no era amor lo que mi novio quería hacerme creer al llamarme todo el día y checar mi celular, logré identificar, pero te da miedo saber que ya no vas a estar con la persona que amas, pero también es bueno empezar a superar el que esa persona no te ama a ti”.

Liz: “Piensas que ya no vas a encontrar a alguien que te quiera, pero durante el taller me doy cuenta de qué si un hombre te maltrata, aunque sea muy sutilmente, pues en realidad no te ama”.

Michelli: “Creo que te quedas con tu pareja porque crees que no vas a lograr nada tu sola, porque eso te ha hecho creer, y piensas que no vas a superar un fracaso, o al menos tu piensas que es un fracaso o la sociedad te ha hecho pensar que una ruptura amorosa es un fracaso”.

Josefina: “No quieres ser otra dejada por su marido y mejor te quedas porque es más fácil que te mantengan, aunque te traten mal, muchas mujeres hacen eso”.

Marcela: “Te quedas cuando ya estas muy enferma y sabes que no puedes mantenerte sola, no tienes las posibilidades económicas para valerte por ti misma, y aunque te traten mal mejor te aguantas”.

Después de hacer un repaso sobre los temas de las cuatro sesiones, se inició la actividad “¿Qué hacer?” para finalizar se analiza que han hecho algunas para salir de una situación de violencia.

Liz: “Se necesita mucho valor para salirte de tu casa, caminar y no regresar nunca, es muy difícil, porque cuando yo lo hice fue porque mi pareja me pegó enfrente de su mamá y ella no hizo nada, entonces pensé que no podía quedarme ahí, pero me daba miedo que mi mamá no me recibiera, sin embargo, me armé de valor y me fui de esa casa, mi mamá me apoyo, de eso hace cinco años y nunca regresé con ese hombre”.

R: “Después de sufrir violencia sexual, nunca fue para mí una opción denunciar, yo pensaba qué si mi madre no me había creído menos alguien más, además no tenía quién me acompañara y yo no tenía idea de como hacerlo. Con el tiempo he visto reportajes de lo que pasan las mujeres cuando denuncian, lo difícil que es lograr una condena para el agresor, y lo que cuesta pagar abogados, y me alegro de no estar en su lugar”.

Osiris: “Yo deje a mi primer esposo y con mi actual esposo he aprendido a poner límites y crear acuerdos desde el principio, y si me ha funcionado”. Cuando intenté denunciarlo, no pude porque al llegar al con la policía me dijeron que como era mi esposo, seguramente lo iba a perdonar y solo les iba a hacer perder su tiempo”.

Leonor: “Deje a mi novio al descubrir que es violencia que te controlen todas tus actividades que no puedas tener amigas, tienes que tomar una decisión y yo lo hice durante este taller”.

Martha: “Me doy cuenta de que tengo que enfrentar a mi esposo y pedirle que deje de ignorarme, eso me duele y quiero que cambie conmigo, pero creo que si tengo que hablar y decir lo que necesito, más atención hacia mí y creo que ahora tengo más valor para enfrentarlo, me doy cuenta que muchas mujeres pasan por lo mismo o cosas peores, no quiero que mi situación se empeore y creo que puede mejorar al utilizar mejor comunicación”.

La repercusión a la salud

Los daños a la salud que las participantes han sufrido son los siguientes:

Osiris ha recibido golpes que han dejado lesiones con abrasiones y hematomas además de una cortadura que tardo diez días en sanar.

Marcela sufre de depresión y ansiedad ocasionados por largos periodos de violencia tanto física como psicológica, ha sido insultada, humillada y no le han permitido alimentarse varias veces dando como resultado problemas digestivos.

Leonor ha sufrido ansiedad ya que la carga de ser “toda una mujercita”, la ha llevado a momentos muy estresantes.

Otra participante sufrió una violación en la cual fue contagiada de una enfermedad de transmisión sexual, además tiene depresión debido a ello.

Análisis de resultados

Durante las sesiones del taller se tomaron los respectivos diarios de campo por medio de notas personales y grabaciones de audio, con estos datos recabados durante las cuatro sesiones se elaboró la tabla 1 en la cual se transcribieron algunos comentarios significativos que reflejan el sentir de las participantes y permite captar la forma de percibir algunas ideas o conceptos establecidos en nuestra cultura como se puede notar en la primera actividad de las sesiones del taller donde se pidió a las participantes su opinión acerca de cuáles profesiones u oficios consideran adecuados para realizarse por hombres o mujeres con la intención de explorar si contaban con ideas tradicionalmente machistas.

Los hallazgos encontrados sobre a la identificación del machismo, concuerdan con lo descrito por Bonino, (1990), respecto a los estereotipos en a las actividades que hombres y mujeres realizan y que se han perpetuado al grado que aquello que salga de las categorías ya establecidas causa cierto desconcierto en la sociedad, como se puede notar al analizar sus comentarios.

La respuesta de dos de ellas fue que no está bien que la mujer invada territorio para hombres, cinco opinaron que las profesiones de la lista podrían ser ejercidas por ambos sexos dos hicieron una categorización entre trabajos que solo el hombre puede realizar como albañil, chofer, taxista, electricista, piloto, opinaron que cantante y danzante puede ser ejercido por ambos sexos, la razón que dieron fue que la mujer no cuenta con la fuerza necesaria para hacer estas actividades, o quedaba expuesta a la inseguridad como en el caso de “taxista”, también opinaron que la mujer al introducirse al territorio de hombres queda expuesta a que le falten al respeto, en esta última opinión Liz hizo una observación acerca de que las actividades que realice una mujer no tienen nada que ver en que un hombre le falte al respeto, esto generó un pequeño debate ya que en esta etapa del taller se pudo notar que la mayoría

contaba con una educación machista, y que apoyaba esa ideología, tal vez inconscientemente, así pues, Josefina defendía la idea de que hay trabajos que la mujer no debería hacer, por el hecho de ponerse en riesgo ante los hombres, poco a poco sus ideas fueron cambiando, como se observa más adelante.

Castañeda (2007), describe esta situación diciendo que ha existido una división de labores tanto en el hogar como en el empleo de la misma forma Seristegui (2011) se refiere a un “*modelo de la subordinación*” entre sexos al determinar los roles sociales basados en el aspecto biológico, de esta forma la mujer asumiría las labores domésticas y el hombre quedaría en una posición donde podría ejercer una amplia gama de posibilidades laborales, lo que se pudo constatar con la mayoría de las respuestas de las participantes, ya que manifestaron que son ellas las que llevan a cabo las labores de la casa en su totalidad, a pesar de que algunas tenían un trabajo remunerado fuera de casa también, y que muy pocas cuentan con el apoyo de sus parejas con el argumento de que es a ellas a quien les corresponde realizarlas.

Se considera que la división de labores descrita por Castañeda (2007), afecta no solo a la mujer sino también al hombre, ya que en la cultura machista el ver que un hombre se interese por labores que han sido consideradas para mujeres como cocinar, limpiar la casa, cortar el cabello o costura, etc. Es duramente criticado e incluso considerado afeminado, incluso en aquellas familias que no se consideran machista, a veces por sus mismas madres que en lugar de estas actividades les recomiendan elegir otras según ellas,” más masculinas” como: mecánicos, electricistas, ingenieros, arquitectos, etc. Sin considerar las aptitudes o la libre elección de sus hijos sin prejuicios sociales.

En la actividad titulada “¿Qué es el machismo?” al analizar las frases que se les proporcionaron, fueron identificando el machismo que representa cada una de ellas, al parecer basadas en el ejercicio anterior, se observó que reflexionaban antes de dar sus comentarios, esta vez lograron identificar incluso el sentimiento que les embarga el ser tratadas de esta manera como en la frase:

“¿Su pareja (hombre), ayuda en las labores del hogar? Leonor opino lo siguiente:

“Yo tengo 75 años, no se usaba hacer acuerdos cuando yo me casé. Tu simplemente sabías que había que hacer todo el quehacer de la casa y ni se te ocurría decirle a tu pareja que te ayudara y ahora al decir que te ayuda a hacerlo, pues si damos por hecho que el trabajo de la casa es de la mujer”.

Se puede notar una similitud entre el comentario de la participante y lo descrito por Hernández y Pacheco (2009) cuando dicen que “La mujer, en su mayoría, ha realizado los trabajos domésticos, con o sin remuneración, a ella ha correspondido educar a los hijos, en muchos casos transmitiendo una tradición machista, enseñando al hombre a esperar ser atendido, obedecido y casi venerado, y a la mujer a ser quien lo atienda, obedezca y venere con total sumisión”. Pudo escucharse un tono de tristeza en la voz de Leonor, agregando a su comentario que siempre se sintió muy agobiada por tener la enorme responsabilidad de que la casa y sus hijos permanecieran impecables, y no porque su esposo se lo exigiera, sino porque en su familia fue educada bajo la idea de que ella sería responsable de las labores del hogar y que la limpieza y la buena administración de su casa, reflejaría la eficiencia de ella como una buena mujer, y como su esposo la abandonó, considera que fue ella la culpable por haber fallado en algo, a pesar de su gran esfuerzo.

Se pudo ver que efectivamente se sigue transmitiendo la idea de que la mujer fue hecha para atender al hombre, las madres siguen pidiendo a las hijas atender a su padre o hermanos y se les sigue enseñando a ser “mujercitas” para el cuidado de la casa.

Se podría pensar que como la participante cuenta con una edad de 75 años, los tiempos en que fue educada eran diferentes y de cierta forma puede ser así, de acuerdo a Castañeda (2007), hay actividades que se han considerado propias de hombres y mujeres, sin embargo, Bonino (1995), hace hincapié en que aún los varones bien intencionados y que piensan que no son dominantes, tienen tan fuertemente arraigadas estas costumbres, que las realizan como hábitos cotidianos. El hombre generalmente llega a casa y espera ser atendido, raramente al llegar del trabajo en la calle, se incorpora a las labores cotidianas del hogar, incluso cuando las realiza piensa que está ayudando a la mujer con “sus” actividades.

Se pudo constatar que existen actividades y actitudes que confirman lo visto en el marco teórico en el sentido de que al ser sutiles se han normalizado y difícilmente se identifica como

machismo, “son tan sutiles que pasan inadvertidos para quien los padece y/o para quien los observa” menciona Bonino, (2002), por ejemplo, en la frase

“Estás de malas, ¿estás en tus días?”

Josefina comentó: “No creo que sea machista porque si es verdad que a las mujeres nos afectan los cambios hormonales”. Pero, si bien es cierto que los cambios hormonales pueden causar alguna molestia, no es exclusivo de las mujeres y además no todo lo que cause molestia en una mujer tiene que ver con sus ciclos menstruales, sin embargo, notar la diferencia para Josefina no fue fácil porque ha escuchado este tipo de frases por mucho tiempo.

Las participantes concordaron en que esta frase es tan común, que es utilizada tanto por hombres como por mujeres y algunas ni siquiera notan el sexismo en ella, lamentablemente es un ejemplo de la normalización de ciertas frases que se han quedado no solo en el lenguaje, sino en el comportamiento. Al terminar la sesión se había logrado un ambiente de compañerismo y confianza, las asistentes se quedaron unos minutos más conversando.

En lo relacionado a la identificación de la violencia, se observó que la asistencia regular al taller y la participación activa logró establecer un ambiente adecuado de comprensión y confianza en el grupo lo cual, propició la exteriorización de experiencias hechas por las participantes facilitando la identificación de la violencia resultando, que las nueve participantes manifestaron haber experimentado violencia psicológica por lo menos una vez en su vida, por medio de insultos, manipulación y celos.

Además, cinco han sido violentadas de forma física con golpes, jalones o cortadas. Cuatro de ellas violencia económica, se les ha controlado el dinero, tienen que pedir permiso para realizar alguna compra incluso de cosas indispensables como comida o de higiene personal, cuando cualquier persona debería adquirir libremente todo aquello que necesite para cubrir sus necesidades básicas, y no solo lo indispensable, sino poder administrar la economía sin restricciones.

Llama la atención el caso de Marcela de 65 años, la cual ha sido maltratada física, psicológica, económica y patrimonialmente, a pesar de que debido a la artritis su cuerpo se ha deformado en pocos años, limitando demasiado el poder caminar y realizar actividades

elementales incluso en su propia persona, se ha quedado sin comer o poder ir al baño en más de una ocasión, su pareja y los familiares de él la maltratan en primer lugar por no atender a su esposo y por no hacer los quehaceres de la casa, una familia machista donde según ellos lo primordial en la mujer es brindar un servicio doméstico y cuando la mujer no lo puede realizar pierde valor, según sus ideas o costumbres.

Marcela, rompió en llanto al compartir con el grupo su experiencia, sin embargo, se percibió un cierto alivio al hacerlo, ya que no había podido hablar con alguien más acerca de lo que le estaba ocurriendo, las participantes se mostraron conmovidas y le dieron muestras de empatía y la confortaron con palabras de aliento, también le animaron a tomar decisiones para intentar cambiar su situación, por ejemplo, acercarse a alguna dependencia donde recibiera asesoría legal, a lo cual ella se mostró interesada. Esta participación motivó a las otras participantes a externar sus experiencias y fue conmovedor ver las muestras de apoyo entre ellas.

Dos participantes han sufrido violencia patrimonial ya que en más de una ocasión se les ha restringido el acceso a su casa y no les ha sido posible inscribir algún mueble o inmueble a su nombre, es muy común que el patrimonio de una familia se encuentre a nombre del esposo como son casas, empresas, automóviles, etc. Se considera que este tipo de violencia pone a la mujer en un estado de vulnerabilidad al no sentir que cuentan con un patrimonio propio, esto les resta seguridad ya que muchas no cuentan con un lugar donde vivir, ni medios económicos que le permitan pagar un alquiler, así que se quedan con su agresor.

Otras dos han experimentado violencia vicaria, su pareja ha utilizado a sus hijos para evitar que lo abandone, en este caso el hombre amenaza con quitarle los hijos a la madre con el pretexto de que ella no podría mantenerlos o precisamente porque la casa está a nombre de él, piensa que ella no podrá ofrecer a sus hijos un lugar para vivir, lo lamentable es que ella se siente muy afectada con esta situación y por no perjudicar a sus hijos se queda y continúa siendo maltratada, a veces con mayor frecuencia ya que el agresor se da cuenta de lo efectivo que resulta manipular con los hijos, así lo manifestaron las participantes.

Es un tipo de violencia muy cruel ya que se obliga a la madre a permanecer en una relación con violencia y a complacer a su agresor condicionada de que, al no hacerlo los que van a

sufrir las consecuencias son sus hijos o, en algunos casos, vive amenazada de perder a sus hijos, de cualquier manera, ella sufre al solo pensar que sus hijos sean lastimados.

Una de las participantes sufrió violencia sexual al ser abusada por su propio padre, la violencia sexual afecta a una persona en su salud física, psicológica y sexual dejando secuelas por un largo tiempo, Vielet *et. Al.* (2021) mencionan sobre la violencia sexual, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia. A pesar del dolor que sufrieron estas mujeres, solo seis de ellas hablaron con alguien más sobre lo que estaban experimentando y ninguna lo denunció a las autoridades, con esto se comprueban los datos no existentes en las estadísticas sobre personas que a pesar de haber sufrido algún tipo de violencia no llegan a realizar alguna denuncia.

Se pudo ver que sigue siendo muy difícil que una mujer que sufre maltrato comparta lo que está experimentando, pero también se descubrió que si se cuenta con un espacio adecuado donde se sienta con la confianza y comprensión necesarias, sería posible que ella fuera capaz de acercarse y solicitara la ayuda necesaria.

En cuanto a las razones por las cuales han permanecido en un ambiente donde viven violencia, la mayoría opinó que es por **miedo**. Miedo al agresor. Miedo al qué dirán, porque según sus comentarios, las hace sentirse doblemente víctimas el recibir reproches como “te lo dije”, “no sé ¿por qué no lo dejaste antes?” etc. Miedo no al trabajo, sino a enfrentar un mundo desconocido, cuando han estado en cuatro paredes sin haber incursionado en el campo laboral o social, muchas mujeres nunca han trabajado fuera de casa, no tienen la experiencia que generalmente es un requisito a la hora de buscar un empleo, Sarustegui, (2017), considera que, según el *Modelo de Subordinación*, fue a la mujer a quien se delegó la responsabilidad de las labores domésticas y la crianza de los hijos, lo que se pudo confirmar en esta investigación, ya que algunas de las participantes al trabajar fuera de casa, primero tenían que “cumplir” con las labores domésticas y a otras no se les permitía ejercer actividades fuera de ella.

Durante esta investigación se pudo constatar lo descrito por Marina Castañeda, (2007), al decir que hay actividades que tradicionalmente hemos establecido para hombres y mujeres, sin tomar en cuenta la capacidad que todos tienen para realizarlas, por ejemplo, en casa todos utilizan los trastos o la ropa, entonces todos los pueden lavar sin tomar en cuenta a que sexo

pertenezca una persona, en la primera sesión al revisar un listado de oficios o profesiones se hizo una reflexión acerca de quiénes los desempeñan, cinco de las participantes opinaron que pueden desempeñarse por ambos.

Marcela y Leonor, comentaron que si hay actividades que las mujeres no deberían realizar, aludiendo a la estructura biológica, esto evidenció un criterio tradicionalista machista, donde se considera que la mujer no cuenta con atributos suficientes para el desempeño de actividades, que durante largo tiempo han realizado los hombres como son: electricista, albañil, taxista o piloto, según ellas, considerando también que, son oficios peligrosos y que la mujer se expone más que el hombre, sobre todo en estos tiempos donde la falta de seguridad es un problema social.

El miedo a estar solas. Otra razón muy importante es porque se encuentran solas, sin apoyo de su familia o amigos, y eso dificulta que inicien una vida solas, sobre todo cuando tienen hijos muy pequeños. Laca (2017, p. 67), menciona que “las relaciones personales son una parte esencial del bienestar psicológico”, sin embargo, las relaciones violentas no son la mejor forma de vida, algunas mujeres no se dan cuenta de que estar solas no sería peor que vivir en un ambiente violento.

Lo que han hecho para soportar, evitar o eliminar las situaciones violentas, ha sido según sus comentarios, dejar de ser ellas mismas y adaptarse a lo que su pareja pide de ellas. Trabajar a escondidas para reunir dinero y poder abandonar a su pareja, otras han pedido ayuda, y alguna de ellas solo se fue sin tener la certeza de que iba a pasar, pero con la decisión firme de no regresar.

En cuanto a las repercusiones a la salud lamentablemente se pudo conocer que las participantes han sido afectadas tanto en su integridad física como psicológica, la violencia no solo causa heridas evidentes en el cuerpo sino también se ve afectada su mente.

A lo largo del taller se pudo observar los cambios en las expresiones de las participantes al hacer sus comentarios, algunas lloraron en otras se pudo ver el enojo que sentían por la forma de ser maltratadas, otras más se entristecían al escuchar a sus compañeras, en fin, se manifestó todo tipo de emociones en ellas.

Al analizar los comentarios de las participantes se considera qué, sin importar la edad, el nivel educativo o nivel socio-económico, la violencia generada por el machismo continúa causando estragos.

Discusión

A lo largo del presente estudio se pudo demostrar que la cultura machista ha afianzado ideas o creencias en las cuales el papel de la mujer es de subordinación con respecto al hombre, a ella le corresponde la crianza de los hijos y las labores domésticas, aún con los cambios sociales con respecto a la equidad, la sociedad sigue ejerciendo presión sobre ella, no permitiéndole ejercer libremente sus actividades, ya sean laborales, personales, sexuales, de relaciones emocionales, etc., ya que aún continúa bajo un escrutinio en donde es juzgada duramente por el simple hecho de ser mujer.

Respecto a esto, Rodríguez (1997 pg. 276), hace una clara advertencia al hecho de que si “cuando las categorías perceptuales se afianzan como expectativas de conducta de roles genéricos, se corre el riesgo de que se transformen en estereotipos que conduzcan a la discriminación entre personas”, al escuchar los comentarios de las participantes vemos que realmente han establecido roles genéricos, los cuáles limitan la participación de la mujer en actividades designadas casi por entero a los hombres, y afianza también la idea de que tareas como el cuidado de los hijos o enfermos le pertenecen a ella.

Esto contribuye a que la mujer que se atreve a incursionar en lo que se considera tareas “fuera de lugar para ella”, tengan que enfrentar una gran lucha para lograrlo, como se percibe en el comentario de Juana, al decir que en un tiempo trabajó como mesera y como la mayoría de meseros eran hombres, experimentó discriminación recibiendo ataques ofensivos e hirientes por ejemplo al decirle “*ándale, ¿no que quieres trabajar como hombre? Pues levanta sola las cajas de alimentos o de loza*”, cuando ni ellos lo hacían solos, sino que se ayudaban entre ellos, solo lo hacían para molestarla, sin embargo, ella no se dio por vencida logrando con mucho esfuerzo el respeto de sus compañeros, sin embargo, una mujer no tendría que ser maltratada o discriminada al intentar participar en actividades que se han categorizado solo para hombres, ni tampoco dar por hecho que las labores de limpieza y cuidado de la casa le pertenecen categóricamente, solo por su condición de mujer.

En este caso, Castañeda (2007), refiere que tradicionalmente se han dividido las labores tanto en el hogar como en el empleo, haciendo una distinción entre “trabajos de hombre” y “cosas de mujeres”, afirmando que existe un costo social, al reducir a las personas a mitades. En este sentido es común ver que, aún con varios hijos e hijas en una familia cuando es necesario atender al padre o madre ancianos o enfermos, se designe a las hijas las tareas de elaborar los alimentos, suministrar los medicamentos, bañarlos, cambiarlos, lavar la ropa, etc. Generalmente la participación del hombre se reduce a la aportación económica.

Tomando en cuenta el aspecto económico se estaría perdiendo, además, un recurso potencial al limitar a hombres y mujeres con estándares establecidos, por ejemplo, existen muy pocos docentes para niveles maternal o preescolar y así como pocas mujeres electricistas, en comparación de la población que lleva a cabo esas actividades hoy en día.

Las expectativas al educar a una mujer para casarla con “*el príncipe azul*” que le solucione la vida, como menciona Bonino, (1995), también forma parte del poco reconocimiento hacia la capacidad que tiene la mujer para hacerse cargo de sí misma, todavía es poco aceptable incluso por la familia, aceptar que una mujer no tenga planes de casarse y mucho menos aceptable que decida no tener hijos, ya que se considera egoísta, y no se valora su decisión y la libertad que tiene para elegir el rumbo que quiere darle a su vida, porque romper estándares causa controversias.

Relacionado con lo anterior, Josefina comentó a la frase “Ya te puedes casar” (refiriéndose a una mujer hacendosa), “Yo recuerdo escuchar eso desde mi abuela, cuando una mujer sabe hacer bien la comida o las labores de la casa, entonces se considera que es toda una mujercita y está lista para casarse”. Se ha considerado necesario enseñar a la mujer a realizar todas las labores del hogar de manera perfecta, como un requisito para lograr el éxito en el matrimonio, y cuando no es así, se hace uso de otros machismos como “¿estás cumpliendo con todas tus obligaciones?” o “que le hiciste para que te pegara”, en este caso Adriana compartió que cuando ella le comentó a su mamá que había sido agredida por su esposo, su respuesta fue preguntarle si todos los quehaceres de la casa estaban bien hechos y si atendía correctamente a su esposo. Osiris invitó a una reflexión al decir que no necesariamente deberíamos aprender a realizar labores del hogar para compartir con una pareja, sino para ser independientes y transmitir esa forma de vida a las nuevas generaciones.

Lamentablemente, el machismo continúa formando parte de la vida cotidiana, por ejemplo, con este tipo de frases: “Estas de malas, ¿Estas en tus días?” las participantes opinaron que les parece totalmente ofensiva, ya que tanto hombres y mujeres tienen cambios de humor y no siempre son resultado de factores hormonales y mucho menos exclusivos de las mujeres.

Otra frase que las participantes consideraron ofensiva fue “con ese cuerpecito, puedes lograr lo que quieras”, Juana opinó que *“Esta frase es muy machista porque se toma a la mujer como un objeto, y da a entender que utilizará su cuerpo y no sus capacidades para desarrollarse en aquello que quiere alcanzar”*. Una mujer no es solo un cuerpo físico, su inteligencia, capacidad y sentimientos deben tomarse en cuenta también, y debe ser respetada sin importar la forma de su cuerpo o como elige vestir.

Es claro que se pudo identificar el machismo, aun el *machismo invisible* como lo denomina Castañeda, (2007) el cual utiliza acciones o palabras sutiles y que además trata de convencer a la mujer de qué con ellas, está siendo protegida o amada, por ejemplo, cuando un hombre le dice a una mujer “si te digo como debes vestirme, es por tu bien” o “si no te dejo salir, es porque no quiero que algo te pase”.

La participantes también lograron identificar los tipos de violencia que habían experimentado, en el caso de Marcela compartió que ha sufrido insultos, humillaciones, no puede trabajar debido a un accidente que le impide caminar, así que depende económicamente de su pareja, pero no le da dinero, únicamente le compra algunas cosas para cubrir las necesidades básicas, así que muchas veces se queda con hambre y no puede comprar nada por su cuenta, también la han golpeado, jaloneado y empujado, Marcela añade “lo que más duele es que me ignore, me hace sentir que no valgo nada”, también se dio cuenta que ha sufrido violencia patrimonial, ya que sus hijos le quitaron su casa cuando inicio una nueva relación sentimental, y su pareja la corre continuamente del hogar aun sabiendo que no tiene a donde ir. Marcela vive una situación bastante difícil, por lo que al transcurrir el taller se logró un acercamiento con una abogada para brindarle asesoría legal y con un fisioterapeuta para revisar su situación física, con buenos resultados pues se logró que el terapeuta se uniera al proyecto y se adecuó a la economía de Marcela en apoyo del mismo.

Al describir la violencia psicológica, todas se dieron cuenta de que habían sido víctimas de ella, Leonor se dio cuenta de que había confundido el control con amor, pues su novio la

llamaba más de ocho veces al día y en ocasiones muchas más, recordó que en varias ocasiones cuando ella no contestaba el celular, la llamaba a su casa y si no se encontraba ahí, esto se convertía en grandes discusiones.

Para ejemplificar la violencia psicológica se realizó un ejercicio, en el cual las participantes se dividieron en dos equipos participando la facilitadora, para evitar que alguna quedara sin pareja, la dinámica era que un equipo saliera de la habitación para recibir las instrucciones sin que el otro equipo escuchara y se le indicó que al entrar escogieran a una compañera y le contarán una anécdota y que lo hicieran de la forma más emocionante posible, al otro equipo se le indicó que sin importar lo que les contara su compañera, la ignoraran, observando su entorno, sus zapatos, su celular o de la forma que quisieran, el resultado fue muy interesante, ya que la mayoría de las que estaban contando su anécdota al ver que estaban siendo ignoradas dejaron de hablar, una de ellas se enojó con su interlocutor y hasta le reclamó diciéndole “te estoy hablando”.

Al final, comentaron que afloraron en ellas muchas emociones como la tristeza, la impotencia, el enojo al verse ignoradas, pero también las que tenían las indicaciones de no hacer caso a la narración de su compañera, expresaron que se sentían mal al ver a la otra intentar conversar y no recibir respuesta. Osiris, (del equipo que ignoraba a su compañera), comentó que a ella la han ignorado muchas veces y le costó mucho trabajo ver como su compañera sufría por no ser escuchada aún, teniendo conocimiento de que era una dinámica.

Osiris en su primer matrimonio sufrió violencia física, psicológica y económica, al tener una experiencia anterior, le fue más fácil identificar los tipos de violencia, pero no para todas fue tan sencillo, como se describe en párrafos anteriores, las acciones sutiles parecen estar camufladas en un ambiente que pareciera de cuidados y atenciones, mujeres a las que no se les permite vestir a su gusto, tener amigas, salir de casa libremente, visitar a su familia, gastar su dinero, comprar muebles o inmuebles a su nombre, y los pretextos que se les ofrece son dirigidos a la protección, el amor o el cuidado, así que en muchos casos no logran identificar que es violencia lo que les está sucediendo, y que tienen la posibilidad de poner límites para poder ejercer sus derechos para ayudar a identificarlos más fácilmente, Bonino (2004) los clasifica en cuatro categorías:

- *Los utilitarios*, que fuerzan la disponibilidad femenina forzando aspectos “domésticos y cuidadores”, como se describió en párrafos anteriores al designar a la mujer el cuidado de niños, ancianos o enfermos.
- *Los encubiertos*, que abusan de la confianza y credibilidad femenina, por ejemplo, cuando el hombre dice “yo te escojo la ropa que usas, porque tu no sabes vestirme, quiero ayudarte”.
- *De crisis*, fuerzan la permanencia en el estatus para no perder el dominio, esto se aprecia cuando una mujer quiere trabajar fuera de casa y eso le causa conflicto al hombre, ya que considera que ella va a romper el equilibrio que él ha logrado.
- *Los coercitivos*, utilizan la fuerza psicológica masculina para retener a la mujer, la participante Martha nos dio un ejemplo de ello al decir que ella terminó su noviazgo unos días antes de su boda, pero su novio le dijo que se iba a matar si no se casaba con él, ella decidió hacerlo porque pensaba que no podría vivir con ese remordimiento”.

En cuanto a la *violencia vicaria*, a la cuál, la psicóloga Sonia Vaccaro en 2012, (pg. 11), clasificó como “aquella violencia que se ejerce sobre los hijos para herir a la mujer”, las participantes no conocían el término, pero dos de ella pudieron compartir que la experimentaron, ya que sus parejas se desquitaban con sus hijos, que incluso eran de ambos, cuando peleaban con ellas. Es considerada un tipo de violencia demasiado cruel, ya que un tercero que puede ser un niño y que se encuentra totalmente ajeno al problema que la detona es castigado física o psicológicamente con el único fin de causar dolor a la madre o evitar que esta abandone a su pareja.

Al preguntar a las participantes las razones por las que permanecen en un ambiente violento todas contestaron que es por **miedo**, ¿miedo a qué? Se les preguntó, “miedo a estar solas”, contestaron, “miedo al qué dirán”, “miedo al agresor”, en este sentido, lo descrito por Hernández y Pacheco, (2009, pg. 308) es claro al decir que “un mandato patriarcal de fuerte arraigo es que la mujer no puede vivir sola: vive con su familia o con un marido”, este mandato patriarcal en muchos casos ha hecho las veces de ancla, al no permitir que la mujer

pueda independizarse y se mantenga en un ambiente, que aunque no sea adecuado, es su zona de confort y es muy difícil salir de él.

Profundizando un poco más en torno a lo anterior, Escorcía (2005), menciona que la opresión y represión de la mujer la ha despojado de sus propios ideales, minimizando su capacidad de raciocinio, Y continúa diciendo que en la mente de las mujeres se ha insertado la idea de una devaluación ante el hombre. Martha en uno de sus comentarios durante el taller, confirma lo siguiente al decir: “No te vas de tu casa porque te han hecho pensar que no puedes lograr nada sola, acabas creyendo lo que te han dicho durante años”, está tan arraigada la idea de lo difícil que es para una mujer la vida independiente, que cuando se divorcia es común escuchar a sus amigas o familiares decirle “ya llevas un tiempo sola, búscate a alguien, tu mereces ser feliz”, como si no se pudiera encontrar felicidad en la soledad o en la independencia.

Respecto al perjuicio a la salud derivado de la violencia ejercida hacia las mujeres, al momento de analizar el “violentómetro” creado por el Instituto Politécnico Nacional, se pudo identificar los tipos experimentados y el daño causado, así lo describe Osiris: “Mi primer esposo no me dejaba hablar con nadie, me controlaba todo el tiempo, no me dejaba ir a casa de mis padres, me revisaba el teléfono y si algo no le parecía me golpeaba, me causó daños físicos, moretones, incluso un día me corto con un cinturón y me fracturó un dedo, psicológicamente me sentía amenazada, controlada, encerrada”. Durante su comentario incluso pudo identificar tanto el tipo de violencia como el daño causado en cada una de sus categorías.

Quizá la violencia psicológica sea difícil de reconocer, ya que como se ha analizado, la forma sutil en que muchas veces se ejerce puede causar confusión, como lo reconoce Leonor al compartir: “Mi novio me llamaba como diez veces al día y yo no me daba cuenta que era para controlarme, yo sentía que le interesaba mucho y quería saber cómo me iba todo el tiempo, que era por amor...”, Muchas veces no detectan la manipulación o los celos como violencia, sobre todo cuando son muy sutiles y ellas piensan que las aman tanto que por eso las cuidan demasiado, como lo explica Bonino (1995), en su categoría de los machismos coercitivos, en los que poco a poco el hombre logra un dominio al convencer a la mujer de que la está protegiendo.

Esto se refleja en la salud mental de la mujer, las autoras García et al (2015, pg. 144) describen que “los problemas de salud mental más comunes de las mujeres maltratadas son el estrés postraumático y la depresión seguidos por la sintomatología de ansiedad que además se asocia con pensamientos y conductas suicidas” Así lo comenta otra participante al narrar como se sintió afectada cuando su esposo la insultaba “...creo que el daño fue psicológico porque las ofensas te causan baja autoestima y te sientes culpable”. El daño psicológico también trae como consecuencias trastornos del sueño, pérdida de apetito, miedo, confusión y tristeza. Esto sin dejar de lado por su puesto, los daños físicos que van desde moretones, abrasiones, cortadas o golpes contundentes, que sin duda menoscaba la salud deteriorando su funcionamiento social y ver disminuidas sus fuerzas para cuidar de sí mismas. La forma en que algunas han sobrevivido en ambientes violentos no siempre es luchar, como el caso de Martha, quien describe la forma de evitar ser violentada “...no tienes dinero, ya que no te dejan trabajar y para evitar otro episodio violento, te quedas callada y haces lo que él quiere”. Y de esta forma van sobrellevando su situación violenta, otras deciden enfrentar las consecuencias como lo hizo Liz “Se necesita mucho valor para salirte de tu casa, caminar y no regresar nunca, es muy difícil, porque cuando yo lo hice fue porque mi pareja me pegó enfrente de su mamá y ella no hizo nada, entonces pensé que no podía quedarme ahí, pero me daba miedo que mi mamá no me recibiera, sin embargo, me armé de valor y salí de esa casa, mi mamá me apoyo, de eso hace cinco años y nunca regresé con ese hombre”.

Para entender el contexto, Liz se había casado con un hombre 10 años mayor que ella, cosa que disgustó mucho a la madre de esta, por lo tanto, cuando empezó a ser agredida por su esposo no quiso comunicárselo, pero la violencia fue escalando hasta llegar a los golpes, incluso frente a la madre de su esposo sin obtener ninguna ayuda de parte de ella, fue entonces que ella “se armó de valor” y dejó atrás esa relación con la incertidumbre de las consecuencias, por eso menciona “tenía miedo de dormir en la calle, si mi mamá no me recibía”.

Lo anterior concuerda con la Teoría de Walker al mencionar que “Como la mujer nota el aumento gradual de tensión en el hombre, teme que se produzca un nuevo episodio de violencia así que hace lo posible para no molestarlo o satisfacerlo. (Lipovetsky & Serroy, 2009 citado por Daros, 2014 pg.107). Durante los comentarios de las experiencias de estas

mujeres se pudo conocer que en algunas ocasiones la víctima piensa que complacer a su agresor les evitará otro episodio violento, también consideran que ser ignoradas de alguna forma es un alivio al no llegar a ser agredidas con insultos o con golpes.

Se logró conocer también porqué deciden no denunciar, ya que como lo dice la persona agredida sexualmente en muchos casos no les creen, en ocasiones cuando el agresor es el esposo de la madre y la hija es la agredida sexualmente, la mamá culpa a la hija de estar intentando quitarle a su pareja, es lamentable que la propia madre no brinde la confianza y el abrigo que los hijos necesitan.

Lamentablemente muchas mujeres no son apoyadas, ya sea porque la familia tiene fuertes arraigos a las tradiciones donde consideran que el matrimonio “es un albur” y hay que aceptar lo que te toca, así sea maltrato, otras porque se espera que la mujer cumpla con lo que por mandato de género, le está designado, entre otras cosas a tener la casa limpia, encargarse de la educación de los hijos, atender a su marido, administrar la casa, y cuando no lo realiza a cabalidad culpan a la mujer de que su vida en pareja tenga conflictos. En otros casos sencillamente las mujeres no cuentan con familia o amistades que les apoyen.

Basado en los testimonios que las participantes expresaron ya dentro del taller, sabemos que el miedo es un impedimento para que las mujeres pidan ayuda, no es fácil para ellas exteriorizar lo que están viviendo ni siquiera con su propia familia, más complicado aún es que realicen una denuncia, las instituciones dedicadas a la impartición de justicia, en el mayor de los casos no brindan la atención adecuada a las víctimas y aquellas que denuncian difícilmente logran que el agresor reciba una condena justa en comparación del daño sufrido.

La violencia y el machismo continúan afectando la salud física, psicológica y sexual de las mujeres, los esfuerzos por erradicarlos deben continuar. Espacios confortables donde las mujeres se sientan con la confianza necesaria para poder expresar lo que están viviendo son necesarios. Es una forma de llegar a ellas de manera personal, íntima, cercana. No es un programa de atención en masa, sin embargo, es un acercamiento personalizado, donde tanto el investigador como las participantes logren una interacción de modo que ambas partes puedan beneficiarse del intercambio de información.

Además, esta interacción tan íntima y sensible, permite observar con mayor atención todo aquello que se transmite sin palabras como son los gestos, los movimientos, las lágrimas, las risas, y todo aquello que denote una emoción o sentimiento, y que puede ayudar a ampliar la información a la hora de interpretar los resultados.

Conclusiones

Al término del taller se pudo ver que la violencia machista se encontró presente en el 100 % de las participantes, en algunos casos en forma sutil comprobando la existencia de los *micromachismos* descritos por Bonino (2002), y en otros casos la violencia se experimentó de forma física, sexual, económica y patrimonial, la mayoría ha sufrido la violencia por parte de su pareja, y algunas la recibieron por parte de sus hijos o en el ambiente laboral. El machismo, según sus propias manifestaciones lo han vivido en el entorno familiar, laboral y social, incluso reconocieron que ellas mismas han transmitido a sus parientes y amigos el machismo “*invisible*”, presente en las frases y acciones cotidianas que se han normalizado y que por tanto, ya no distinguían como machistas, sin embargo, consideraron que al realizar cambios en el vocabulario que se usa día a día, se contribuye poco a poco a crear conciencia en el tema de la violencia machista.

En cuanto a la salud, el 75% se ha visto afectada por la violencia machista, según sus manifestaciones, lo cual ha generado lesiones físicas, sexuales, y psicológicas derivándose en ansiedad, estrés, depresión, hipertensión o dolor físico.

A lo largo del proyecto se logró un ambiente de confianza en donde todas las participantes pudieron compartir sus experiencias, también se pudo observar que al escucharse unas a otras, hubo momentos sensibles y conmovedores donde se involucraron los sentimientos de empatía y comprensión por parte de todas las asistentes, incluso de la investigadora quien tuvo la gran oportunidad de observar participativamente a este grupo de mujeres, tomando notas, audios y videos de las vivencias de las participantes y así, robustecer la información documentada, fue muy valioso ver durante el desarrollo de las sesiones, como iban surgiendo cambios en las opiniones y creencias de las mujeres participantes, al analizar la información teórica y escuchar a sus compañeras, de esta forma fueron construyendo otros pensamientos diferentes a los que tenían en un inicio con relación al machismo y la violencia, fue

interesante ver que al saber lo que algunas mujeres han hecho para poner un alto a la violencia sufrida, otras de ellas tomaron la decisión de realizar acciones.

Se observa que el machismo genera violencia, algunas veces de forma sutil y en otras de forma evidente. Recibir un gran número de llamadas por teléfono durante todo el día para supervisar las actividades de una persona, intentar convencer a una mujer de que las acciones de control o dominio son actos de amor y protección, es violencia, lo lamentable es que muchas mujeres la viven como algo normal y cotidiano así que no logran identificarla. Es necesario, por tanto, aprender a identificar la violencia en todos sus tipos, sobre todo los *micromachismos*, que se encuentran inmersos en la cotidianidad y forman parte del día a día en una sociedad machista en la cual se continúa transmitiendo lamentablemente.

Por medio de los comentarios de las participantes se pudo conocer que en el 75% la violencia machista ha repercutido en su salud, de forma física, psicológica y sexual. Físicamente sabemos que algunas de ellas han sufrido golpes, cortaduras, abrasiones, etc. En la esfera psicológica han recibido insultos, humillaciones, manipulaciones, etc. lo que ha causado en ellas una baja autoestima, inseguridad, ansiedad, hipertensión, depresión, entre otros. Sexualmente una de ellas ha sido agredida por su propio padre y por parte de la madre no recibió ningún apoyo en un momento tan crítico, sino todo lo contrario fue acusada de ser ella la causante de su agresión. Este maltrato afectó todos los ámbitos de su vida, tanto físico, como psicológico y sexual, con consecuencias devastadoras, ya que a pesar de haber pasado bastante tiempo no ha logrado superar del todo, lo ocurrido. Padece ansiedad, depresión, se siente insegura, con baja autoestima y además tiene problemas para lograr una relación sexual satisfactoria.

El caso anterior nos brinda suficiente información para concluir que lo visto en la teoría se puede constatar directamente con narraciones de las participantes y que al escuchar sus experiencias tanto la investigadora como las nueve mujeres, pudieron percibir los sentimientos que las invaden al escuchar como muchas han visto afectada, a veces para siempre o al menos por un largo tiempo su integridad física, mental y sexual, y que además, se refleja en su vida social, pues les cuesta trabajo establecer relaciones favorables con otras personas.

Durante esta investigación se pudo ver también qué, si las mujeres que viven violencia encuentran un espacio donde puedan ser escuchadas, sin ser criticadas, en un ambiente confiable donde puedan hablar libremente de aquello que están viviendo, las emociones que están experimentando, se puede propiciar que pidan algún tipo de ayuda, ya sea encontrar el valor para hablar con su familia o hasta *empoderarse*, de tal forma que se sientan con la fortaleza y seguridad suficiente para realizar una denuncia.

En el taller se logró una asistencia del 95% en la segunda sesión faltó Marcela, y en la tercera solo faltó Adriana, en las demás sesiones todas asistieron, esto favoreció una unión en el grupo y surgió una propuesta de crear un equipo de apoyo en el que las participantes podrían promover algún producto o actividad, y de esa forma lograr una remuneración económica, por ejemplo, vender productos, ofrecer sus profesiones u oficios o simplemente apoyar a otra en alguna labor remunerativa con beneficios para ambas, así crearon un grupo en una red social con este objetivo, esta idea surgió, ya que al tratar el tema de porqué muchas mujeres no se alejan de un ambiente violento, una de las razones fue que muchas mujeres nunca han tenido un trabajo remunerado, así que su situación económica es crítica y ayuda a crear una dependencia de las mujeres hacia sus parejas o hijos y también favorece la manipulación y el chantaje por parte de los agresores, ya que saben que no cuentan con soporte económico para iniciar otra vida lejos de ellos.

Se considera que la investigación cumplió sus objetivos, se logró identificar el machismo en la vida cotidiana por medio de analizar las acciones o frases que se utilizan para mostrar la dominancia del hombre y la sumisión de la mujer, se identificaron también los diferentes tipos de violencia ejercida en las nueve mujeres junto con la forma en que ha afectado su salud y se analizaron las consecuencias que ha traído a sus vidas.

Al examinar la percepción que las participantes tienen sobre el machismo se pudo saber que solo un par de ellas consideraban que las acciones descritas en las frases vistas en la primera sesión eran machistas, las demás opinaban que era normal que existieran trabajos para hombre y para mujer, recordemos que de acuerdo a Castañeda (2002), las categorizaciones de actividades se ha realizado por tanto tiempo que socialmente se ha normalizado, de esta forma incluso estas mujeres han llegado a pensar que incursionar en terrenos establecidos para hombres provoca la falta de respeto hacia ellas, de la misma forma al elegir una forma

de vestir poco convencional también se culpa a la mujer porque consideran que al mostrar parte de su cuerpo o usar prendas de vestir ajustadas están arriesgándose a ser agredidas sexualmente.

Además, las participantes se dieron cuenta de que han vivido *micromachismos*, pero los han confundido y hasta han sido convencidas de que no es una dominación del hombre hacia ellas, sino que han sido protegidas o amadas y en realidad es por eso que no se les ha permitido vestir a su gusto, tener amistades, utilizar el dinero libremente, salir de casa, o recibir visitas de sus familiares.

También pudieron identificar los diferentes tipos de violencia al analizar el violentómetro. Las nueve mujeres se fueron dando cuenta de que la violencia escala desde las burlas hirientes, engañar, ignorar, descalificar, ofender, controlar, pellizcar, empujar, patear, abusar sexualmente, mutilar hasta llegar al grado más alto que es asesinar. Las mujeres compartieron la violencia que han padecido y también la forma en que se sintieron con ello, así como las acciones o actitudes que tomaron en esos críticos momentos, manifestando que en algunos casos la mujer se debate entre huir de ese ambiente agresivo y quedarse porque piensa que no tiene otra opción.

No es fácil que las mujeres que sufren violencia se acerquen por sí solas a pedir ayuda, pero en este estudio se pudo observar que trabajar con pocas personas propicia que las participantes compartan sus experiencias y por medio de estas se logre en primer lugar identificar la violencia y en segundo lugar promover acciones que pongan un freno a la violencia, tanto en su hogar como en la sociedad en general, por ejemplo, promover la cultura de la denuncia, la cual es muy necesaria para que los esfuerzos realizados en pro de la lucha contra la violencia también involucre a las instituciones creadas con este fin, para esto fue necesaria la participación activa de la investigadora, ya que durante los intercambios de opiniones, surgieron ciertos debates en los que se requirió no perder el objetivo de la investigación y preservar el ambiente de respeto y empatía logrado.

Se considera que tanto hombres como mujeres de todas las edades pueden beneficiarse de trabajos como el presente, ya que las personas en general han sido perjudicados por el machismo y la violencia que este genera, de una u otra forma, son los adultos los que educan a los niños, y los niños son los futuros adultos que educarán a otros niños, así que las ideas o

creencias que posean serán las que continuarán transmitiendo, esta investigación no pretende llegar a un gran número de personas, sino más bien aportar nuevas ideas para sumarse a una construcción de nuevos pensamientos donde el machismo pierda fuerza, aunque sea en un pequeño grupo de individuos. Para hacer una pared hay que pegar ladrillo por ladrillo, así mismo se puede crear una sociedad diferente poco a poco.

Dentro de las limitaciones para la realización de la investigación podemos observar que se requiere habilidad para conseguir la muestra adecuada, se tienen que conseguir permisos, convencer a los encargados de las instituciones o asociaciones de que el proyecto dejará un beneficio a las participantes. El lugar donde se lleve a cabo el estudio se debe cuidar bien, ya que de ello depende que se logre la confianza para recabar toda la información necesaria.

Lo más gratificante para la investigadora fue ver que todas las participantes crearan un grupo de apoyo ya que eso reflejó que aún antes de finalizar el taller *estuvieron dispuestas a iniciar acciones* que les ayudaran a modificar su situación, una participante comentó que al darse cuenta de que su novio la estaba violentando con el control y la manipulación, decidió terminar la relación, otra dijo que había tomado la decisión de iniciar acción legal en contra de sus hijos, ya que consideraba que se estaban aprovechando de su condición médica, y una más dijo que hablaría con su esposo, el cual la ignoraba continuamente para intentar acabar con ese maltrato. En general se pudieron ver muchos cambios y fue realmente satisfactorio.

Con esta investigación de tipo cualitativo, se logró propiciar cambios en las participantes en diferentes áreas: pensamientos, sentimientos y conductas, con lo cual se puede mostrar que las intervenciones de índole psicológica son una gran ayuda para mejorar el bienestar y salud de las personas y en especial en las mujeres que han experimentado violencia y son vulnerables al estar sometidas bajo el machismo. Por lo cual, se espera que los resultados observados puedan ser el inicio de pequeños cambios a corto, mediano y largo plazo para que el estilo de crianza de los niños pueda tener cambios en la conceptualización de los roles masculino y femenino y así coadyuvar en la disminución de la cultura del machismo en nuestra sociedad.

Se considera necesario continuar con estudios relacionados a la violencia machista, no solo con efectos negativos hacia las mujeres sino también hacia el hombre y las parejas en sus diferentes modalidades ya que la violencia no es exclusiva de las parejas heterosexuales y se

presente incluso en el noviazgo. También se considera que la lucha por la eliminación del machismo y la violencia que genera se debe combatir a partir de una edad temprana en donde la construcción de los pensamientos inicia, así que las intervenciones a nivel educativo podrían contribuir a un cambio en la percepción de conceptos establecidos o a la creación de nuevos conceptos.

Referencias

- Alencar, R. y Cantera, L. (2012). *Violencia de Genero en la Pareja: Una Revisión Teórica*. Universidad Autónoma de Barcelona.. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5163211.pdf>
- Arévalo, G. (2019). *Actitudes hacia el Machismo por Dimensiones en Padres de Estudiantes del nivel Primario en una Institución Educativa Nacional de Lambayeque*, agosto a diciembre de 2018. Tesis de pregrado. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo Chiclayo. Perú. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/1907>
- Aristegui, R., Gaete, J., Muñoz, G. y Salazar, J. (2007). Actos de habla en psicoterapia: la estructura conversacional del cambio. *Paper presented at the 8° Congreso Chileno de Psicoterapia SONEPSYN-SPR*. Santiago de Chile.
- Barceló, R. (1997). “Hegemonía y conflicto en la ideología porfiriana sobre el papel de la mujer y la familia”, en González Montes, Soledad y Julia Tuñó (compiladoras). *Familias y mujeres en México: del modelo a la diversidad*. COLMEX. México. [\(99+\) "Presencia y transparencia, la mujer en la historia de México" de Carmen Ramos Escandón | Audiolibros feministas - Academia.edu](#)
- Blázquez Alonso, M., Moreno Manso, J. M., y García-Baamonde Sánchez, M. E. (2009). Inteligencia emocional como alternativa para la prevención del maltrato psicológico en la pareja. *Anales de Psicología*, 25(2), 250-260 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16712958007>
- Boch Fiol, E. y Ferrer Pérez, VA (2000). La Violencia de Género. De Cuestión Privada a Problema Social. *Intervención Psicosocial*, 9(1), 7-19 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179818244002>
- Bonino L. (1996). *Micromachismos. La violencia invisible en la pareja*. Pp. 1-19. Linga A/904596 [Microsoft Word - Micromachismos - La violencia invisible en la pareja - LBo- \(joaquimmontaner.net\)](#)

Cabezas López, JM. (2003). Frontera, Territorio e Identidad. Nómadas. *Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, (8) [fecha de Consulta 17 de enero de 2023]. ISSN: 1578-6730. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18100805>

Canevari, B. Celia, Isac, R., Tamer, C., Pereyra, H., Camaño, C., Rojo, G., Grupe, F., Romero, P., Acevedo, L., Palazzi, V., Chazarreta, I., Bravo, E., (2019). *Los Laberintos de la Violencia Patriarcal*. 1a ed. - Santiago del Estero: Barco Edita; Santiago del Estero: UNSE-Facultad de Humanidades, Ciencias Sociales y Salud.

Castañeda, M. (2007). *El machismo invisible regresa*, Ciudad de México. Penguin Random House Grupo Editorial México. Taurus, pp.39-69. Recuperado de: [El machismo invisible regresa - Marina Castañeda - Google Libros](#)

Domínguez Fuentes, J. M., García Leiva, P. y Cuberos Casado, I. (2008). Violencia Contra las Mujeres en el Ámbito Doméstico: Consecuencias Sobre la Salud Psicosocial. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 24(1), 115–120. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/31881>

Escorcía, D. (2005). Feminidad Desafiada. *Razón y Palabra*. (46) pp. 2-8, ISSN: 1605-4806, Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199520647025>

Fernández Fuertes, A. y Fuertes Martín, A. (2005). Violencia sexual en las relaciones de pareja de los jóvenes. *Sexología Integral*, 2, 126-132.

Fisher, H. E. (1992). *Anatomía del Amor, Historia de la Monogamia, el Adulterio y el Divorcio*. Editorial Anagrama. pp.76-78. [fisher-helen-anatomia-del-amor.pdf \(wordpress.com\)](#)

Fuller, N. (2012). Repensando el machismo latinoamericano. *Masculinity and social change*, 1(2), 114 – 133. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3969717.pdf>

Galán, J. S. F. y Valadéz-Márquez, G. M. (2019). Análisis factorial confirmatorio de la Escala de Mandatos de Género. *Universitas Psychologica*, 18(3), 1-9. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-3.afce>

García, A., Hidalgo, M., López, M.C. y Román, M. R. (2018). Los micromachismos en los adolescentes. Su asociación con las relaciones de pareja y el modelo de maternidad y

paternidad. *Cultura de los Cuidados*, 22(51), 144-153.
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/77597/1/CultCuid_51_16.pdf [Links]

Goolishian, H. y Anderson, H. (1992). Strategy and intervention versus nonintervention: a matter of theory? *Journal of Marital and Family Therapy*, 18: 5-15.

Harari, Y. (2014). *Sapiens: A brief history of humankind*. Jerusalén, Israel.
<<http://sanskritdocuments.org/marathi/ebooks/S1.pdf>>

Hernández, R.; Fernández, C. & Baptista, P. (1991). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill
<https://metodologiasdelainvestigacion.files.wordpress.com/2017/01/metodologia-investigacion-herandez-sampieri.pdf>

Hernández, R. y Pacheco, B. (2009). Nueva Mirada Psicológica al “Ser Mujer:” Despertar, Renacer en el Arte. *Ciencia y Sociedad*, XXXIV(3), pp.331-345. ISSN: 0378-7680.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87012995001>

Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio M., (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill.

Hidalgo García, L. y Valdés López, D. (2014) Violencia contra la mujer adulta en las relaciones de pareja. *MEDISAN*, 18 (2), pp. 181-187
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014000200006&lng=es&ting=esp

Ibarra Martínez, A. (2004). ¿Qué es la terapia colaborativa?. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social*, (5) pp. 1578-8946 [fecha de Consulta 22 de Agosto de 2023]. ISSN: . <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53700513>

Instituto Nacional de Estadísticas Geografía e Informática.(2021). “*Encuesta Nacional de Calidad e Impacto Gubernamental (ENCIG) 2021 – Principales Resultados*”.https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/encig/2021/doc/encig2021_principalesresultados.pdf

Instituto Politécnico Nacional de México. (2009). *Violentómetro*.
<https://www.ipn.mx/genero/materialesdeapoyo/v-separador.pdf>.

Kühne Peimbert, C., Tello, I., Cózatl, C., Jiménez, M., López, V., (2022) *Impunidad en homicidio doloso y feminicidio. Impunidad Cero*. Diciembre 2022.
<https://www.impunidadcero.org/uploads/app/articulo/175/contenido/1669895146I15.pdf>

Laca, Arocena, F. A, y Mejía Ceballos, J. C. (2017), Dependencia Emocional, Consciencia del Presente y Estilos de Comunicación en Situaciones de Conflicto en la Pareja. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 22(1), pp. 66-75.

Lefranc, S. (2017). La Venganza de las Víctimas. *Revista de Estudios Sociales*, (99), pp. 10-144.

Lerner, Gerda. (1990). *La creación del Patriarcado*. pp. 341-345 Barcelona, España. Editorial Critica. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=>

Lipovsky, G. (1998). *La Tercera Mujer: Permanencias y Revolución de lo Femenino*. Anagrama.

Mejía, J. (2002). *Perspectiva de la investigación social de segundo orden*. Cinta moebio 14: 200-225 www.moebio.uchile.cl/14/mejia.htm

Oficina de Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. Mujeres (2014). *Modelo de protocolo latinoamericano de investigación de las muertes violentas de mujeres por razones de género (femicidio/feminicidio)*. México

Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, (2016), *Comprender y Abordar la Violencia para las Mujeres*, Washington, D. C.

Pérez Tapias, J. A. (2017). La filosofía ante la grave patología del orden patriarcal. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 23(80), 93-103. Universidad del Zulia, Venezuela. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27956739007>

Ramos Escandón, C. (1992). "Señoritas porfirianas: mujer e ideología en el México progresista, 1880- 1910"

Ramos Carmen, Françoise Carner, Soledad González Montes, Ramos, C., Alberro, S., (2006), *Presencia y transparencia: la mujer en la historia de México*, COLMEX, México, pp. 143-161.

Real Academia Española (s. f.) En Diccionario de la lengua española : <http://dle.rae.es/?id=NnO8B9D>

Rodríguez Morales, Z. (2014). Machillot, Didier. Machos y machistas. Historia de los estereotipos mexicanos. Paidós, (2013). *Revista de Estudios de Género. La ventana*, V(39), 252-260. [fecha de Consulta 13 de Julio de 2023]. ISSN: 1405-9436. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88435814012>

Romero-Quevedo, J. H. (2017), Comportamiento de las Lesiones por Violencia Intrafamiliar, Colombia. *Forensis. Datos por la vida*. 19(1) 171-256 <http://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/262076>

Saloma, A. (2000). De la mujer ideal a la mujer real. Las contradicciones del estereotipo femenino en el siglo XIX. *Cuicuilco*. Pp.4-16. ISSN: 1405-7778. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35101813>

SEGOB, INMUJERES & ONU-MUJERES (2020). *Violencia feminicida en México: aproximaciones y tendencias*.

Stola, E. (2019). “*El patriarcado es la matriz de todas las dominaciones*”. Entrevista de Fátima Fernández Baena para la Giganta digital. <https://diariofemenino.com.ar/df/enrique-stola/>

Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1994) *Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación*, (2014), Ediciones Paidós Ibérica, Mariano Cubí, 92-08021 Barcelona, y Editorial Paidós SAICF. <https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/Introduccion-a-Los-Metodos-Cualitativos-de-Investigacion-Taylor-S-J-Bogdan-R.pdf/>

Torres, M. (2001). *La violencia en casa*. Paidós

Vilet, M. G. y Galán, J. S. (2021). Apropiación del cuerpo: autoerotismo y machismo sexual. *La ventana. Revista de estudios de género*, 6(53), 342-373. Epub 23 de febrero de 2021. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S140594362021000100342&lng=es&tlng=es

Villarreal, Montoya, A. L. (2001). Relaciones de poder en la sociedad patriarcal. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 1(1),0. [fecha de Consulta 19 de Julio de 2023]. ISSN: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44710106>

Yugueros, García, AJ. (2014). La violencia contralñas mujeres: Conceptos y causas. BARATARIA. *Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*, (18), 147-159.[fecha de Consulta 11 de Marzo de 2023]. ISSN: 1575-0825. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=322132553010>