

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

Nada humano me es ajeno

COLEGIO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

LICENCIATURA EN CIENCIA POLÍTICA Y ADMINISTRACIÓN URBANA

DIPLOMADO COMO OPCIÓN DE TITULACIÓN

Las mujeres en la perspectiva de las ciencias sociales y humanidades.

Política feminista y el enfoque de género

Las violencias no visibilizadas en mi vida

TRABAJO FINAL QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN CIENCIA POLÍTICA Y ADMINISTRACIÓN URBANA

PRESENTA

Marcela Arrellín Rosas

Comité del Diplomado

**Dra. María Norma Mogrovejo Aquise, Dra. Gloria Luz Alejandre Ramírez,
Dra. Violeta Cárdenas Hernández**

Ciudad de México, abril de 2024

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS ©

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

Gracias

A cada una de las personas que han sido parte de mi vida

A las que ya no están

Y a las que aún siguen aquí

Índice

I.- Introducción:.....	5
II.- Justificación:	7
III.- Metodología:.....	12
3.1.- Planteamiento del problema:.....	15
3.2.- Categorías analíticas:	17
3.3- Preguntas de investigación:.....	18
3.4.- Objetivos de la investigación:	18
IV.- Marco teórico:.....	19
4.1 Naturalización de la violencia.	22
4.2 Violencia psicológica	25
4.3 Violencia emocional	29
4.4 Violencia económica	33
V.- Marco jurídico:.....	38
VI.- Conclusiones	43
VII.- Bibliografía	45

LAS VIOLENCIAS NO VISIBLIZADAS EN MI VIDA

I.- Introducción:

En este ensayo, me propongo comprender el tejido de una relación familiar marcada por la naturalización de la violencia patriarcal, inmersa en una lógica relacional que buscaba la obediencia sin cuestionamientos de las mujeres y menores de edad al patriarca y que marcó la forma en cómo me relacioné de adulta y en particular con mi pareja sentimental.

Este ensayo se suma a las manifestaciones feministas que desafían el silencio en torno a la violencia hacia las mujeres, un fenómeno que frecuentemente está entrelazado con la falta de recursos económicos y la limitación de la expresión individual dentro de las familias. También explora cómo las dinámicas de poder patriarcal se entrelazan con las dificultades económicas para dar lugar a la violencia doméstica.

Así que, mi objetivo es adentrarme en la complejidad de una relación familiar marcada por la naturalización de la violencia patriarcal, la cual influyó significativamente en mi forma de relacionarme como adulta y, especialmente, con mi pareja sentimental. Desde mi nacimiento, fui testigo de cómo la escasez de recursos económicos y las normas patriarcales moldearon las dinámicas familiares, asignando roles rígidos y perpetuando la sumisión de las mujeres. Mi experiencia estuvo marcada por distintos tipos de violencia, como es la violencia de género, la psicológica y la económica, las cuales se

invisibilizaban en el ámbito privado. En este contexto, tanto mujeres como niñas y niños éramos silenciados, mientras que el patriarca ejercía un poder absoluto. La falta de recursos y la limitación en la expresión individual contribuyeron a mantener este ciclo de sumisión.

II.- Justificación:

El estudio de las causas de la violencia es esencial para comprender y abordar adecuadamente este fenómeno social. En este sentido, se destaca la importancia de analizar la construcción de las relaciones de género como un factor determinante en la persistencia de la violencia en diversos contextos de la vida. Esta comprensión constituye el punto de partida para explorar en profundidad la violencia de género y la violencia doméstica, fenómenos que tienen sus raíces en la desigualdad de género y el abuso de poder.

La violencia de género se caracteriza por actos dañinos dirigidos contra personas debido a su género, destacando la vulnerabilidad de las mujeres y niñas frente a diversas formas de violencia. Por otro lado, la violencia doméstica, que ocurre dentro del ámbito familiar, también se encuentra influenciada por estructuras de poder y vulnerabilidad, afectando a personas de todas las edades y géneros.

Por lo general, aquellos más susceptibles a este tipo de violencia son niños, niñas, mujeres, personas mayores y aquellos con discapacidades. Esta vulnerabilidad se deriva del abuso de poder de la persona agresora hacia quienes considera más frágiles. Factores como la edad, el género y las discapacidades se asocian con esta vulnerabilidad. Es importante señalar que la violencia doméstica puede ser perpetrada por individuos de cualquier género y edad. (Alabau, I. 2019)

La violencia de género, así como la violencia doméstica ejercida hacia las mujeres suele dejar secuelas físicas, posiblemente dejen muestras visibles, no así la violencia psicológica y emocional que por su carácter de invisible quedan en el inconsciente de la víctima modificando distintos aspectos emocionales y de conducta en su vida.

La violencia contra las mujeres es un problema que atraviesa todas las clases sociales. Sus efectos complican el desarrollo personal, aumentan la vulnerabilidad de las mujeres y niñas, limitan su independencia y afectan su salud mental. Esto causa ansiedad, estrés, tristeza y baja autoestima.

La violencia que he presenciado y experimentado ha dejado una marca profunda en mi desarrollo personal. Entiendo de primera mano cómo este tipo de violencia puede afectar negativamente el crecimiento emocional y la autonomía de las mujeres y niñas, así como su salud mental. Por lo tanto, este trabajo no es simplemente un ejercicio académico, sino una misión personal. Es una búsqueda de respuestas.

El Protocolo común del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad del gobierno de España, en su documento sobre la actuación sanitaria frente a la Violencia de Género de 2012, describe las repercusiones de la violencia de género en la salud de los hijos e hijas, clasificándolas según su edad y enumerando los siguientes impactos:

Consecuencias de la violencia de Género en la salud de hijas e hijos según su edad:

De 0 a 2 años, se observan efectos como el retraso en el crecimiento y el desarrollo de habilidades motoras y lingüísticas, bajo peso, problemas alimenticios y de sueño, síntomas psicosomáticos como asma y eczemas, llanto persistente, irritabilidad y un mayor riesgo de sufrir maltrato físico.

Entre los 2 y los 5 años, son comunes las dificultades con la alimentación y el sueño, problemas para controlar esfínteres, regresiones en el desarrollo, así como manifestaciones de agresividad e irritabilidad. Además, pueden surgir dificultades de aprendizaje y comportamiento, hiperactividad, miedos, ansiedad, tristeza y sentimientos de culpa.

En el rango de edad de 6 a 12 años, pueden manifestarse conductas agresivas, ansiedad, miedos, dificultades en el rendimiento escolar, depresión, baja autoestima, aislamiento social y trastornos de estrés postraumático.

Para edades superiores a los 12 años, los efectos pueden incluir trastornos alimentarios como anorexia y bulimia, ansiedad, depresión, apatía, dificultades para expresar emociones, explosiones de ira, deterioro en las habilidades sociales, relaciones conflictivas, conductas de riesgo, abandono escolar, consumo de drogas, intentos de suicidio, autolesiones, trastornos psicológicos, asunción de roles de cuidado familiar y, en el caso de las chicas, embarazos no deseados y relaciones de pareja abusivas como resultado de la búsqueda de afecto. En cuanto a los chicos, existe una mayor probabilidad de desarrollar comportamientos agresivos y violentos, tanto hacia la madre como en relaciones de pareja. (Ministerio de Salud del Gobierno Español 2023).

En México en 2021, la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) reporta que, a nivel nacional, del total de mujeres de 15 años y más, el 70.1% experimentaron al menos un incidente de violencia, que puede ser psicológica, económica, patrimonial, física, sexual o discriminación en al menos un ámbito y ejercida por cualquier persona agresora a lo largo de su vida

La violencia psicológica es la de mayor prevalencia (51.6%), seguida de la violencia sexual (49.7%), la violencia física (34.7%) y la violencia económica, patrimonial y/o discriminación (27.4%). (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2021).

Mientras que, de octubre 2020 a octubre 2021, 42.8% de las mujeres de 15 años y más experimentaron algún tipo de violencia, la violencia psicológica es la que presenta mayor prevalencia (29.4%), seguida de la violencia sexual (23.3%), la violencia económica, patrimonial y/o discriminación (16.2 %) y la violencia física (10.2%). (INEGI)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que la violencia en la pareja provoca importantes problemas de salud física, mental, sexual y reproductiva en las mujeres, tanto a corto como a largo plazo. Asimismo, esta violencia afecta la salud y el bienestar de los hijos e hijas. La OMS identifica la seriedad de estos impactos en varias áreas clave:

- Emocional y Psicológica: La violencia puede provocar traumas emocionales y psicológicos, impactando negativamente la autoestima, la salud mental y el bienestar emocional. Las víctimas pueden sufrir ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático y otros efectos psicológicos duraderos.

- **Autonomía y Libertad:** La violencia tiende a controlar y restringir la autonomía de las víctimas, limitando su capacidad para tomar decisiones y ejercer su libertad. Esto puede manifestarse a través de control coercitivo y la reducción de opciones disponibles.
- **Aislamiento Social:** La violencia puede dañar las relaciones interpersonales y sociales de las víctimas, llevándolas al aislamiento, la pérdida de apoyo social y dificultades para establecer y mantener relaciones saludables.
- **Daño Físico y Riesgo para la Salud:** La violencia física puede resultar en lesiones graves, discapacidades e incluso la muerte. Las víctimas pueden enfrentarse a un riesgo continuo para su salud y seguridad física debido a la violencia infligida (OMS, 2023).

El análisis de las diversas formas de violencia que he vivido desde mi niñez, a partir de una autoetnografía busca entender cómo la violencia doméstica se entrelaza con la estructura social y cultural, marcada por la influencia del patriarcado, la rigidez de los roles de género, la falta de recursos y la negación a los espacios educativos. A través de la narración de mi historia, pretendo examinar cómo estas condiciones sociales y familiares influyeron en mi desarrollo personal, emocional, social y económico.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, aproximadamente 736 millones de personas han sufrido violencia física o sexual por parte de su pareja, o violencia sexual de una persona que no es su pareja. Esta cifra se ha mantenido casi sin cambios en la última década. La forma más común de violencia es la perpetrada por la pareja, afectando a alrededor de 641 millones de mujeres en todo el mundo (ONU Mujeres, 2023).

III.- Metodología:

La observación del mundo ha estado dominada por “La cultura patriarcal que produce, reproduce y promueve valores asociados a la distinción y segregación de las personas a partir de su sexo”, (Fernández, L 2012 p. 83) anulando la mirada feminista comunitaria generadora de conocimiento. “Donna Haraway, propuso la categoría de conocimiento situado para referirse a conocimientos derivados de la localización y la particularidad del sujeto cognoscente. Estos saberes son limitados debido a su origen en la experiencia del individuo y su cuerpo, así como en el contexto histórico, cultural y simbólico que los ha generado. También se relacionan con la forma en que se entrelazan el género, la clase social y la etnia como aspectos de su realidad material e histórica.” (Castañeda, M. 2012, p. 237).

El concepto de conocimiento situado de Donna Haraway sugiere que, al hablar sobre los objetos de estudio, es importante destacar el punto de partida, ya que ningún conocimiento, sin importar el método utilizado, puede separarse completamente de su contexto o de la subjetividad de quien lo expresa.

Haraway sugiere la importancia de identificar claramente el punto de partida y la razón detrás de esa elección en la perspectiva desde la cual se aborda un tema. Esto revela el posicionamiento político, ya que los puntos de vista nunca son neutrales desde una perspectiva ética, al explicar el enfoque de manera inequívoca y sin ambigüedades.

Existen diversas perspectivas para comprender la naturaleza del mundo, por lo tanto, es crucial indicar desde qué posición estamos observando. Esto significa que nuestro conocimiento siempre será solo una parte y dependerá de nuestra situación. Pero si consideramos todas las maneras de ver las cosas, podemos entender mejor la realidad. Nuestro entendimiento siempre será limitado y estará influenciado por nuestro contexto y situación. Por eso, es importante tener en cuenta todas las diferentes formas de ver las cosas para obtener una comprensión más completa de la realidad.

La noción de "conocimientos situados" de Haraway (1995) aborda la necesidad de inmanencia. Se destaca que la ubicación específica (lo situado) y la parcialidad (la perspectiva) son elementos esenciales en la filosofía de esta autora. Desde su perspectiva, la objetividad implica la recopilación de diversas visiones situadas que dan cuenta del mundo. (Araiza, V. 2020, p.5).

Para romper las dicotomías que oponen el relativismo a las miradas totalizadoras en donde solo existe lo (objetivo – subjetivo) totalizando en suma conceptos opuestos entre sí en las ciencias, las artes y en las disciplinas en general, Haraway se aleja de una metodología sistemática para abogar por conocimientos localizables, parciales y críticos que favorezcan las solidaridades y puedan compartirse, a modo de conversación, en un plano de horizontalidad a través de conexiones parciales. (Sabuco, A. 2022 p. 10)

Antes de entrar en la autoetnografía, es fundamental comprender el marco metodológico en el que se sitúa el presente trabajo. Se emplea una metodología cualitativa, que

permite una comprensión profunda y detallada del tema a tratar. Este enfoque cualitativo nos permite explorar la realidad en su contexto, interpretando los hechos de acuerdo con las experiencias y perspectivas de las personas implicadas, la metodología cualitativa proporciona el marco necesario para comprender y contextualizar la práctica de la autoetnografía en este estudio.

La metodología cualitativa es una forma de investigar que se enfoca en obtener datos descriptivos, como las palabras y acciones observables. Significa que los investigadores desarrollan conceptos a partir de los datos recopilados y no al revés. Además, considera a las personas y sus contextos de manera integral, sin reducirlos a variables. También, da énfasis a la validez de la investigación, buscando un ajuste cercano entre los datos y lo que realmente ocurre en la vida real. Considera que todos los contextos y personas son potenciales áreas de estudio. En este enfoque, se busca entender el significado de las acciones desde la perspectiva de los actores involucrados, mostrando sensibilidad al contexto y enfocándose en comprender los procesos en su entorno natural. (Quecedo, R., Castaño, C. 2002. P. 7-9). En términos generales, podemos describir la metodología cualitativa como la investigación que recopila datos descriptivos, tales como las palabras de las personas, tanto habladas como escritas, así como su comportamiento observable.

Elegí la autoetnografía, porque ésta es una metodología que me permite entender la historia de violencia que viví y también nos permite “acercarnos a la investigación y a la escritura, que busca describir y analizar sistemáticamente las vivencias personales con el objetivo de entender la experiencia cultural” (Ellis, Adams y Bochner, 2010, p.2).

“La autoetnografía, desde una perspectiva epistemológica, sugiere que la vida de un individuo puede mostrar los lugares y períodos históricos que atraviesa en su existencia.” (Blanco, M. 2012, p. 3).

Esta metodología tiene que ver conmigo, pues parto de lo que conozco que soy yo misma y lo más cercano que tengo que son mis recuerdos y vivencias, con ello, busco comenzar un viaje de autoconciencia mediante la autoetnografía que me permitirá interpretar mis experiencias. Mi experiencia personal, no es un caso aislado, es la expresión de una estructura de dominación “La vida de cada individuo puede ser un reflejo de los entornos en los que se desenvuelve y de las distintas épocas históricas que atraviesa a lo largo de su existencia (Blanco, 2012, p.54-55). Es importante destacar que una narración sobre experiencias personales no es simplemente un producto individual, sino que surge de un contexto cultural, ideológico e histórico muy amplio.” (Denzin, 2014, p.56 traducción propia).

3.1.- Planteamiento del problema:

A lo largo de mis casi 65 años, he reflexionado profundamente sobre las experiencias que marcaron mi infancia y adolescencia, experiencias que estuvieron impregnadas de una violencia que, en aquel entonces, no pude reconocer como tal. Las palabras hirientes y descalificadoras que mis padres dirigían hacia mí, tales como "prieta", "fea", "malhecha", "fodonga" y "chismosa", resonaban cotidianamente en mi entorno, moldeando la percepción de mí misma y generando un sentimiento de sumisión y

silencio. A medida que el tiempo pasaba y la percepción de mis padres hacia mí no cambiaba, mi rebeldía brotaba, acompañada de más descalificaciones.

La transferencia de responsabilidades que recaían injustamente sobre mí desde temprana edad, como el cuidado de mis hermanos menores y la carga desproporcionada de trabajos domésticos, constituyeron una carga emocional y física que, ahora veo como una forma de violencia invisibilizada. Además, el hecho de que se me negara el acceso a la educación simplemente por ser mujer, junto con la desacreditación sistemática de mis opiniones, acentuó aún más mi sensación de invisibilidad y falta de valoración.

Uno de los episodios más difíciles de afrontar fue el intento, del cual no estoy segura si fue de violación o secuestro, y el hecho de que se me culpara por haber sido la causa de este evento traumático. Estas experiencias de violencia, inicialmente internalizadas como parte de lo "normal", tuvieron un impacto profundo en mi manera de relacionarme con el mundo y, en particular, en mi relación de pareja.

Las relaciones de poder y subordinación que se vivían en el México de los años sesenta se replicaban en el entorno familiar, un gobierno hegemónico, medios de comunicación monopolizados al servicio del gobierno y la religión católica, eran parte de la pedagogía de obediencia dirigida a la población de clase baja. En correspondencia, el ambiente familiar estaba dominado por la figura de autoridad absoluta e incuestionable, la figura materna al servicio del patriarca y la familia, privada de autodeterminación con relaciones de poder entendidas como "respeto" de los inferiores a los superiores. Un respeto basado

en el temor a la autoridad porque podía ejercer la violencia para mantener el orden y la obediencia.

En el entorno familiar, desde una edad temprana, se me enseñaron los roles y comportamientos asignados según mi género. Cotidianamente, se reforzaba la idea del lugar "apropiado" de una mujer, tanto en el hogar paterno como en el conyugal. A los 25 años, cuando comencé una relación de pareja, me encontré enfrentando el mito del autosacrificio en nombre del amor romántico, un ideal que había sido inculcado en mí desde joven. Este mito propició la creencia de que los problemas que enfrentaba eran el resultado de mis propias acciones, de una supuesta falta de sumisión. La violencia, que había sido naturalizada en mi vida adulta, ahora era ejercida por mi pareja sentimental y se manifestaba de diversas formas, como el aislamiento de mi familia con frases como "No quiero ver a tus hermanos en mi casa", la ridiculización de mi ingreso laboral con comentarios como "Lo que tú ganas no sirve ni para comprar papel higiénico", el abandono por parte del padre de mi hija con argumentos como "yo trabajo y necesito mi espacio", y la aceptación de una situación de infidelidad con comentarios como "fuera de la casa no te interesa lo que yo haga".

3.2.- Categorías analíticas:

Naturalización de la violencia en la infancia y adolescencia.

Violencia psicológica.

Violencia emocional.

Violencia económica.

3.3- Preguntas de investigación:

- 1.- ¿Por qué naturalicé las diversas formas de violencias que ejercieron mis padres en mi infancia y adolescencia?
- 2.- ¿Cuáles son los factores que me impidieron visibilizar las violencias sufridas en mi infancia y adolescencia en el ámbito privado y el público?
- 3.- ¿Cuáles fueron las causas que no permitieron visibilizar la violencia que ejerció hacia mí, el padre de mi hija?

3.4.- Objetivos de la investigación:

- 1.- Analizar los distintos tipos de violencia ejercidos sobre mí, en mi infancia y adolescencia por mis padres.
- 2.- Analizar los factores que me impidieron visibilizar los eventos violentos durante mi infancia y adolescencia.
- 3.- Analizar las causas por las que no identifiqué la violencia de las que fui objeto por parte del padre de mi hija.

IV.- Marco teórico:

En el marco de la comprensión de la violencia de género, es esencial distinguir entre agresión y violencia, como señala Hacker. Según este autor, "toda violencia es agresión, pero no toda agresión es violencia" (p.165). Esta distinción cobra relevancia en el análisis de la violencia de género, ya que permite evitar la creencia errónea de que solo se considera violencia cuando hay signos físicos evidentes de agresión. La confusión en torno a esta distinción puede dificultar la comprensión de la lógica o ciclo de la agresión, que no necesariamente desemboca en violencia física. Por lo tanto, es fundamental considerar esta distinción desde un punto de vista analítico para prevenir y abordar de manera efectiva la violencia de género. En este sentido, la comprensión de la lógica subyacente a la agresión puede ser clave para desarrollar estrategias de prevención más efectivas y para intervenir de manera temprana en situaciones de riesgo. (Riquer, F. 1991, p. 19)

La conceptualización de la violencia que emerge en este proceso de gestación del movimiento feminista marcará los contenidos y objetivos de los siguientes 15 años de lucha. Sin embargo, esta caracterización corre el riesgo de simplificarse al centrarse en sus aspectos sexuales y domésticos. Aunque en el contexto feminista de ese momento, el cuerpo y la sexualidad son elementos fundamentales en la conceptualización del género, se adopta una perspectiva parcializada que limita los objetivos a la violación y al maltrato físico y psicológico, es decir, a algunos aspectos de la violencia sexual y doméstica. Esto conduce a dejar de lado el descubrimiento, análisis, teorización y

elaboración de alternativas relacionadas con los aspectos socio-culturales que generan los entornos de permisividad y reproducción de la violencia. Además, esta perspectiva restringida no posee la capacidad de abarcar, descubrir, desarrollar y articular otros aspectos de la violencia hacia las mujeres. (Bedregal, X.1991, p. 54)

Vivimos en un mundo violento donde la violencia de género contra las mujeres es un tema crucial, pero a menudo descuidado. El enfoque en la violencia masculina en el sistema actual puede limitar el entendimiento y las soluciones efectivas. El feminismo ha cuestionado la falta de respuesta del Estado ante la violencia contra las mujeres, mostrando así la conexión entre la violencia cultural, en este contexto, el movimiento feminista ofrece perspectivas importantes para abordar la violencia en la sociedad mexicana, identificando las limitaciones de los discursos que buscan atribuir la culpa a individuos en lugar de abordar los problemas sistémicos. (Saucedo, I., Huacuz, G. 2011, p. 211-215)

En la discusión sobre la violencia de género, tomé tres puntos de vista importantes. Primero, En el marco de la comprensión de la violencia de género, es esencial distinguir entre agresión y violencia, como señala Hacker. Según este autor, "toda violencia es agresión, pero no toda agresión es violencia" (p.165) [Riquer, F. tomando la idea de Hacker]. Esta idea es crucial para entender mejor cómo prevenir la violencia de género. Luego, Bedregal critica al movimiento feminista por centrarse demasiado en aspectos sexuales y domésticos de la violencia. Menciona que esto limita nuestra comprensión de

por qué la violencia sucede y cómo podemos detenerla, propone que necesitamos mirar más allá y considerar también los aspectos culturales y sociales.

Por último, Saucedo y Huacuz nos recuerdan que no solo se trata de la violencia de hombres contra mujeres. Dicen que debemos ver el problema de manera más amplia, incluyendo cómo funciona todo el sistema. Argumentan que el feminismo puede ayudar a entender esto y a encontrar soluciones más efectivas.

En resumen, las autoras nos enseñan que, para combatir la violencia de género, debemos entenderla desde diferentes ángulos. No solo mirando los golpes o los abusos, sino también considerando cómo la sociedad y el sistema juegan un papel y que es importante desarrollar estrategias que aborden todas estas dimensiones del problema.

Se me enseñó que los roles de género eran inherentes, situando a las mujeres en una posición subordinada tanto en lo público como en lo privado. Esta percepción arraigada nos hace más vulnerables a diferentes formas de violencia como es la violencia de género, la psicológica y la económica, que se manifiestan en múltiples aspectos de nuestras vidas cotidianas. Desde el hogar hasta el lugar de trabajo, estas formas de violencia están presentes, afectando nuestra autoestima, nuestra autonomía y nuestras oportunidades de desarrollo.

4.1 Naturalización de la violencia.

Cuando se habla de la naturalización de la violencia se hace referencia al proceso de acostumbrarse a aquellas acciones caracterizadas por la agresión, en sus diversas formas de expresión; Esto facilita que la violencia se extienda en la sociedad y se propague de forma discreta, es decir, no solo sin protesta alguna, sino que también se justifique. (López, D 2017, p. 2), por medio de mi experiencia personal pretendo ilustrar cómo las normas culturales y de género moldearon mi percepción y aceptación de la violencia en la vida cotidiana desde una edad temprana.

En México, las normas culturales arraigadas perpetúan la idea de que la violencia doméstica y otros tipos de violencia son simplemente parte inevitable de la vida de las mujeres y niñas. Estas normas, que se entrelazan en el tejido mismo de nuestra sociedad, pueden hacer que veamos la violencia como algo común en nuestras vidas. La desigualdad de género juega un papel crucial, colocándonos en una posición de vulnerabilidad frente a la violencia. La falta de equidad en áreas como la educación, el empleo y el acceso a la justicia nos deja más expuestas a situaciones de violencia.

Además, cuando las mujeres y niñas sufren violencia, enfrentamos el estigma y la culpa por parte de la sociedad, lo que nos hace sentir avergonzadas y culpables de lo que nos está sucediendo. Esta estigmatización puede dificultar aún más que busquemos ayuda y denunciemos la violencia. En conjunto, estas realidades crean un entorno en el que la violencia contra las mujeres y niñas se naturaliza y se invisibiliza.

Conozco de primera mano cómo la naturalización de la violencia invisibilizada se instauró en mi vida a través de las estructuras sociales y culturales arraigadas en mi entorno. Desde temprana edad, crecí con la noción de que, en una relación, el hombre era el proveedor y la figura dominante. En mi casa, esa idea era parte del día a día, donde el control y la manipulación se justificaban como muestras de preocupación y cuidado por parte de mis padres.

A los once años tras terminar la enseñanza primaria, mis padres decidieron que no era conveniente que asistiera a la escuela secundaria, ya que era más productivo que me quedara en casa a realizar trabajos domésticos, aunado a la idea de que no tenía caso de que siguiera estudiando ya que según ellos en un futuro no muy lejano me iba a casar, dentro de mí, algo me decía que esa situación era injusta ya que un hermano mayor, había reprobado el ciclo escolar, a él se le incentivó a seguir estudiando. A mí se me asignaron actividades domésticas, lavar trastes, hacer camas, ayudar en la elaboración de los alimentos, el cuidado de mis hermanos menores, la atención de mis hermanos mayores, y en promedio dos días a la semana acompañar a mi madre a realizar trabajo doméstico remunerado.

En ese contexto, muchas personas consideraban que era una pérdida de tiempo y recursos que las niñas recibieran educación más allá de lo básico. Se esperaba que las mujeres se dedicaran al cuidado de los hermanos menores y las labores domésticas, por lo que la posibilidad de acceder a una educación media o superior era impensable para muchas.

La falta de igualdad en la educación es un tema complejo que tiene varias razones. En el caso de las mujeres, tienen problemas para ir a la escuela principalmente debido a cómo la sociedad las ve. Se espera que las mujeres sean esposas, madres y cuidadoras, lo que les dificulta mucho participar plenamente en la educación. En el año 2001, de acuerdo con el Instituto de la Mujer, las mujeres destinaban una mayor cantidad de tiempo a las labores domésticas en comparación con los hombres, quienes dedicaban más horas al estudio. (Varela. 2005:174). (contrareplica, Periodismo de investigación 2024)

La violencia está muy ligada a la desigualdad de género. La investigación feminista ha destacado cómo la violencia se relaciona con las creencias culturales que ven a las mujeres como inferiores a los hombres (Millett, 1970; Saltzman, 1992). La violencia contra las mujeres surge de la idea de que los hombres son superiores y de los valores que promueve la cultura patriarcal. (Alberdi, I. Matas, N. 2002, p. 24).

Todas las mujeres que conformaban mi pequeño universo, estábamos en igualdad de condiciones, las mujeres adultas relegadas a las labores domésticas y de cuidado de la familia, y las niñas a hacer las veces de ayudantes de nuestras madres.

4.2 Violencia psicológica

En 1976, las elecciones presidenciales se llevaron a cabo sin opositores al candidato del partido en el poder, lo que significaba que no se necesitaban promesas atractivas para el desarrollo económico o humano. El lema de campaña del candidato fue "La solución somos todos", no abordaba la equidad de género, sino más bien la inclusión de fuerzas políticas, todas dominadas por una visión masculina.

Mientras tanto, a nivel internacional, en la década de los 70, hubo un resurgimiento del feminismo, que, desde mi perspectiva en ese momento, lo interpreté como una lucha por una maternidad libre, voluntaria y especialmente la despenalización del aborto. Sin embargo, el pensamiento patriarcal predominante en mi entorno caracterizaba esta expresión como una "rebeldía", influenciada por las instituciones como el gobierno, la iglesia católica y los medios de comunicación, todos controlados por empresarios aliados al gobierno.

Tras terminar la escuela secundaria, no tenía la seguridad de que me permitieran seguir asistiendo a la escuela. Aunque ya no vivíamos con el resto de la familia, un primo me contactó y me ayudó a inscribirme para realizar el examen de admisión a la preparatoria. Fui aceptada en la Escuela Nacional Preparatoria No. 1. Llena de emoción, le dije a mi madre que fui aceptada, a lo que ella me contestó: "Pues a lo que vas es a loquear porque no se te ve traza de buena estudiante". La cuota de inscripción era de 125 pesos, los que debía pedirle a mi padre ya que yo no contaba con ninguna fuente de ingreso.

Obviamente, darme el dinero iba acompañado de sus frases denigrantes: "A la escuela solo vas para andar de puta".

Asistiendo a la escuela mi madre me solicitó realizar un pago cerca del metro Chapultepec, aproximadamente eran las once de la mañana, cuando estaba esperando pasar a la otra acera, solo recuerdo no ver nada y sentir un empujón, desconcertada intentaba salir de esa situación para saber que era lo que ocurría, a lo lejos escuché una voz masculina que decía "¿qué está pasando?", por esa situación fue que pude salir de lo que era un paso a desnivel que se encontraba muy cerca del semáforo en donde estaba parada, la voz del exterior me recibió preguntándome que te pasó, a lo que le respondí que no sabía. Era un señor de aproximadamente cincuenta años que me relató que a lo lejos había visto que alguien llegaba por detrás mío y me tapaba los ojos, pero al ver que yo forcejeaba y que me llevaban al paso a desnivel supo que era una situación anormal.

Aunque esta experiencia ha tenido aspectos de violencia psicológica, considero importante reconocer su naturaleza sexual, que puede causar estrés postraumático. Es fundamental abordar este aspecto para entender completamente el impacto de la experiencia.

Con la descarga de adrenalina solo noté un corte en un dedo de la mano derecha para lo que el señor me dio su pañuelo, me arreglé el pelo la ropa y me envolví la mano con el pañuelo, llegué a casa y entregué el comprobante de pago.

Algunas partes del pecho y el vientre me ardían. Entré al baño y vi las marcas que me había dejado mi atacante: rasguños en el vientre y en el pecho mordidas. El miedo me invadió, no como efecto del ataque, sino más bien por las consecuencias de este. Por un corto tiempo logré ocultar las huellas del ataque ante mi madre, pero un día, mientras me estaba bañando, entró y vio las marcas en mi cuerpo. Con voz de mando, me preguntó: “¿Qué te pasó?” Yo le conté lo sucedido y, acercándose a mí, me dijo: “Tú tienes la culpa de lo que te pasó, porque siempre estás riéndote”. Esa es la única vez que mi madre me lanzó unos golpes. Este evento solo quedó registrado por mi madre y por mí.

Pasado aproximadamente un mes me detecté un bulto en un seno a lo que mi madre me llevó al doctor, el diagnóstico fue un ganglio inflamado, me recetaron hormonas que venían en una presentación muy parecida a los anticonceptivos, el medicamento se quedó en la mesa, al llegar mi padre preguntó que de quién era eso y contesté que era mío, tomando el medicamento me lo aventó a la cara y me dijo “a eso vas a la escuela a andar de puta”, para lo que mi mamá con una mirada de odio me dijo “ya ves, mira tus grandes ideas”.

Según Miranda Fricker (2007), una injusticia epistémica se produce cuando se daña la habilidad de una persona para conocer y compartir conocimiento. Esto puede suceder de dos maneras: privando a alguien de acceso a la educación, o cuando se desvaloriza o se malinterpreta su testimonio o comprensión.

Cuando alguien habla, comparte su testimonio, pero el oyente le otorga menos credibilidad injustamente debido a sus propios prejuicios. Esto se conoce como injusticia testimonial. Por otro lado, una injusticia hermenéutica ocurre cuando una parte significativa de la experiencia social de alguien queda fuera de la comprensión general debido a prejuicios arraigados en la interpretación colectiva de la información. (Fricker, 2007, p. 155). Tomado de (Chaparro, M. 2021, p. 8)

Como resultado de los acontecimientos, durante mi paso por la preparatoria, no recibí apoyo, ni moral ni económico, para asistir a clases. Además, experimenté una escasa colaboración para adquirir el material necesario. Estas dificultades, combinadas con la carga de prejuicios y la manipulación mental por parte de mis padres, me llevaron finalmente a desertar de la preparatoria.

Las situaciones de violencia y abuso afectan el rendimiento de los estudiantes no solo en la escuela, sino también en su vida en general. Cuando se investigan estas experiencias entre los desertores escolares, se encuentra que el 22% de ellos ha sido expuesto a violencia familiar, como peleas físicas y discusiones entre los padres. Además, el 26,3% de los desertores ha sufrido maltrato infantil, ya sea mediante golpes frecuentes o abuso verbal constante. (Unión Europea, 2020, p. 16)

4.3 Violencia emocional

En mi entorno, era muy común que las mujeres de mi generación consideráramos el embarazo como una forma de escape de la opresión de nuestros padres. Quienes nos inculcaron la idea de que ser responsables de otro ser humano activaría automáticamente nuestro "instinto maternal", según los cánones patriarcales, convirtiéndonos en personas sensatas, responsables, coherentes y cariñosas. Sin embargo, esta visión simplista no tiene en cuenta las complejidades de la maternidad, así como la convivencia en pareja.

Con veinticuatro años y habiéndome relacionado con más personas, mis necesidades afectivas se manifestaron idealizando a la figura masculina que hasta ese momento me había brindado apoyo y comprensión

La idealización del amor romántico, según Coral Herrera, citada en *"Descolonizar y desterritorializar el amor romántico. Una propuesta civilizatoria"*, en la actualidad el romanticismo sigue siendo significativamente importante para las mujeres. Se destaca que este fenómeno ofrece una especie de utopía libertaria, un ideal de pareja igualitaria, perfecta y verdadera, a pesar de los avances en la independencia económica, la vida social y el éxito profesional de muchas mujeres. Este concepto del amor romántico ha llegado a ser fundamental en las relaciones de pareja y en el matrimonio monógamo, influenciando una amplia gama de industrias relacionadas con el consumo amoroso (Mogrovejo, 2019).

Así pues, rompiendo todos los esquemas establecidos por mi entorno familiar trasgredí las normas para embarcarme en una relación incestuosa consentida por mi parte con la persona que me había apoyado y comprendido.

Lévi-Strauss argumenta que la prohibición del incesto es una regla social impuesta culturalmente, y no simplemente un fenómeno natural. Según él, esta prohibición es lo que distingue al ser humano de otros animales, ya que implica la capacidad de discernir entre lo que es moralmente aceptable y lo que no lo es. Esta idea desafía la noción de que el incesto puede ser considerado como una práctica natural en la sociedad humana (White y Campos, 2004). Tomado de (Pavez, I. 2016, p. 288)

Aun cuando me encontraba cómoda en esa relación, los preceptos morales con los que fui educada me hacían sentir culpable, no obstante, esta situación no fue impedimento para embarazarme, por cuestiones físicas no se notaba mi estado de gravidez, al quinto mes de embarazo falleció mi madre sin enterarse de mi estado. Después de un mes de fallecida mi madre mi padre nos echó de su casa,

La solución a esta situación fue vivir en el departamento de una tía que era soltera, nunca ningún miembro de mi familia me preguntó quién era el padre de mi hija, cuando mi hija cumplió cuatro años se descubrió que el padre era mi primo. Esto me llevó a abandonar mi hogar, ya que el enojo de mi familia recayó únicamente en mí, culpándome de la situación y excluyéndome de cualquier actividad familiar. Mi hija y yo nos vimos relegadas a vivir solas.

Durante aproximadamente ocho años, mantuve una relación de pareja en la que también fui parte de una violencia invisibilizada, ahora ejercida por la persona que, según yo, había escogido como mi complemento, mi “media naranja”. En mi dinámica de relación, nunca existieron los gritos ni los golpes, ni para mí ni para mi hija. La relación que manteníamos era extraña para ese tiempo, ya que él vivía en su casa y nosotras en un departamento que habíamos puesto entre los dos. Esta situación, como muchas otras, fue juzgada desde una mirada patriarcal, ya que el padre de mi hija no enfrentó juicio ni fue excluido del entorno familiar.

Ahora que conozco algunos tipos de violencia entiendo que la violencia infringida por mi pareja era principalmente psicológica, emocional y económica; el hecho de dar continuidad a la segregación de la que éramos objeto por parte del núcleo familiar, el minimizar mi ingreso económico, así como el menos precio que se hacía en referencia a mis aportaciones y esfuerzo no las comprendía como tal.

Aun cuando socialmente no se me asignaba el rol de esposa, estaba implícito que en mi carácter de ser pareja y madre debía asumir todas y cada una de las tareas asignadas por los estereotipos patriarcales

Cuando una esposa tiene un empleo remunerado, no deja de ser responsable de las labores del hogar; más bien, se convierte en una esposa que trabaja además del hogar, lo que alarga su jornada laboral. En contraste, los esposos no aumentan su ayuda en las tareas domésticas y pueden usar su tiempo libre para actividades recreativas. Las esposas siguen ocupándose de las labores del hogar incluso en los días libres. (Pateman, 1995, p.196).

Durante nuestra relación, mientras yo trabajaba en la Secretaría de Comunicaciones y Transportes, él amplió su negocio, pasando de tener un restaurante a administrar tres, lo que redujo nuestro tiempo juntos.

Un día, mi hija y yo entrábamos al cine y él salía acompañado de una mujer y dos infantes, cuando lo vimos de frente él solo alzo los hombros y se siguió como si nada, en ese momento entendí que nuestra relación no era exclusiva por lo menos por parte de él.

Herida en lo más profundo, por haber descubierto que él, había formado una familia paralela a la nuestra, tomé la decisión de vaciar el departamento que habíamos instalado y me fui a vivir de nuevo con mis hermanos, pero ahora en condiciones muy distintas a las que motivaron mi salida. La autosuficiencia económica me brindó un sentido de libertad y autonomía, permitiéndome tener control sobre mi vida y la de mi hija mejorando mi autoestima en diferentes aspectos de mi vida. Además, me permitió contribuir de manera significativa al bienestar de mis hermanos.

4.4 Violencia económica

La violencia económica, según ONU Mujeres, es cuando una persona controla el dinero y los recursos financieros de otra en una relación. Puede suceder de diferentes maneras, como cuando no se permite acceder al dinero necesario para vivir con dignidad, o cuando se prohíbe trabajar o estudiar. Esto puede atrapar a las personas en relaciones abusivas y hacerles difícil salir de esa situación. Además, la falta de dinero puede dificultar el acceso a ayuda y protección, así como también la posibilidad de ser independiente económicamente. (ONU, "s/f").

La crisis política y económica que sacudió a finales de los años 80 impulsó un cambio significativo en la dinámica familiar, obligando a muchas familias a reconsiderar sus prioridades y permitir que las hijas ingresaran al ámbito laboral remunerado. Este cambio marcó un reconocimiento generalizado de la importancia de una formación académica para las mujeres.

Al cumplir 21 años, un familiar me ofreció trabajo en un restaurante vegetariano. Desafiando las imposiciones de mis padres, decidí aceptar la oferta. Al relacionarme con más personas, comprendí que tenía la capacidad y la responsabilidad de tomar decisiones que no solo beneficiaran a mi entorno, sino también a mí misma. Con el dinero que ganaba y el respaldo de mi empleador, decidí inscribirme en un curso de secretariado.

No obstante, me enfrenté a obstáculos debido a la presión moral impuesta por mi familia, que estaba fuertemente influenciada por preceptos patriarcales. Se consideraba que el trabajo doméstico no remunerado era esencial para el desarrollo de los demás integrantes de la familia, pero ¿qué pasaba con mi desarrollo?

García y de Oliveira (2004) Las mujeres consideran que comenzar a trabajar es un paso importante que les brinda acceso a recursos tanto materiales como simbólicos. Las autoras señalan que el nivel de educación juega un papel importante en la capacidad de las mujeres para unirse a la fuerza laboral. Además, cuando las mujeres tienen bajos niveles de educación, enfrentan obstáculos económicos y culturales. Esto se debe principalmente a la expectativa de que deben cumplir ciertos roles basados en su género, lo que hace que retrasen su entrada al mercado laboral o incluso sean excluidas de él debido a las responsabilidades del trabajo doméstico y de cuidado. (de Oliveira y Ariza, 2002) retomado de (Peláez, G. Rodríguez, A. 2020, p. 4).

Ya terminado el secretariado, dejé de trabajar en el restaurante y me lancé en busca de un empleo de acuerdo con mis limitadas capacidades, encontrando en una papelería en ese entonces prestigiada, entre los requisitos de ingreso era necesario la presentación de la prueba de no embarazo, así como los antecedentes no penales. Por ser el salario destinado a las mujeres de nuevo ingreso, era el mínimo durante seis meses, que era el tiempo que el empleador requería para cerciorarse de que la empleada no estaba embarazada.

El ingreso que percibía por el fruto de mi trabajo no era suficiente para solventar todos mis gastos, durante este periodo mi pareja sentimental me apoyaba económicamente en ocasiones esporádicas. Tras tres años de trabajar ya generando una cierta antigüedad se me había incrementado el salario.

Rita Segato, nos ayuda a entender por qué hay tanta violencia contra las mujeres en el mundo hoy en día. Afirma que los casos de feminicidio son como señales de alarma que nos muestran una realidad preocupante: estamos viviendo en una época donde el dinero y el poder están en manos de unos pocos, lo que ella llama la era de los "dueños". Esta situación ha llevado a un aumento en las desigualdades y ha hecho que los políticos actúen más en beneficio de los empresarios que de la gente común. Segato sugiere que esta concentración extrema de riqueza está relacionada con la violencia contra las mujeres, ya que promueve una cultura de crueldad que afecta incluso la forma en que los hombres entienden su propia masculinidad. En resumen, en un mundo donde el poder y el dinero están en manos de unos pocos, la violencia contra las mujeres puede ser vista como una forma en que algunos hombres buscan afirmar su control sobre el cuerpo y el espacio de las mujeres.

Tras el nacimiento de mi hija y derivado del sismo del 85 quedé desempleada, dependiendo económicamente en su totalidad del padre de mi hija, en ese momento la dinámica de pareja cambió entre nosotros ya que mi subconsciente me remitía al rol que años antes tenía mi madre de sumisión y servicio ante la figura proveedora, esto cargado de todos los reproches y reclamos ante nuestras demandas, así hasta el año 90 que es

cuando ingresé a la Secretaría de Comunicaciones y Transportes percibiendo un salario cuatro veces más alto al que recibía anteriormente.

Para ese momento, las cosas empezaron a complicarse entre el padre de mi hija y yo. Aunque no vivíamos juntos y solo nos veíamos de vez en cuando, yo me sentía bien con mi situación. Pero el padre de mi hija siempre me recordaba que, aunque yo tenía un trabajo, mi ingreso siempre sería menor que el suyo, y por lo tanto siempre estaría dependiendo de él. Lo extraño es que, en diferentes momentos, él desaparecía, dejándome a mí con todos los gastos del departamento, de nuestra hija y míos.

Mi ingreso a la administración pública produjo un cambio significativo tanto en mi situación económica como en la familiar. La estabilidad financiera que obtuve gracias a este trabajo no solo mejoró nuestra calidad de vida, sino que también me permitió brindar una atención de mayor calidad a mi hija. Al contar con recursos adicionales, pude garantizar su bienestar y cubrir sus necesidades de manera más efectiva. Este cambio no solo fue una bendición para mí, sino que también fortaleció los lazos familiares.

La crisis de los años 80 cambió la forma en que las mujeres veían su papel en la sociedad. Cuando cumplí 21 años, decidí lanzarme al mundo laboral, desafiando las expectativas que mi familia tenía para mí. Resistiendo la presión patriarcal y enfrentándome a requisitos discriminatorios en el trabajo, seguí adelante. Pasé por momentos difíciles, dependiendo económicamente del padre de mi hija, hasta que finalmente conseguí un trabajo estable en el gobierno. Este cambio no solo mejoró mi

situación económica, sino también la de mi hija. Ahora entiendo la importancia del trabajo y la independencia económica para las mujeres, y cómo estas pueden fortalecer no solo nuestras vidas, sino también nuestro papel en la sociedad.

V.- Marco jurídico:

Es esencial reconocer y eliminar la violencia contra las mujeres para promover una sociedad justa y equitativa. Durante mi educación universitaria en 2013, tomé conciencia de la importancia de los tratados internacionales en el marco legal de México, especialmente en lo que respecta a los derechos humanos. Uno de estos tratados destacados es la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer, también conocida como "Convención de Belém Do Pará".

El Capítulo I de esta convención define claramente la violencia contra la mujer como cualquier acción o comportamiento basado en el género que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, ya sea en espacios públicos o privados. Esta definición, apoyada por ONU Mujeres, destaca que la violencia contra las mujeres incluye una variedad de actos de violencia física, sexual y psicológica que pueden ocurrir dentro de la familia, en la comunidad, o ser perpetrados o tolerados por el Estado (ONU Mujeres, 2023).

A nivel nacional, la Ley General de Acceso de las Mujeres a Una Vida Libre de Violencia complementa estas definiciones y establece los principios fundamentales para que todas las mujeres puedan vivir sin violencia. Estos principios, que incluyen igualdad legal, no discriminación, perspectiva de género e interculturalidad, son esenciales para asegurar la protección y el respeto de los derechos de las mujeres en todas las áreas de la sociedad.

La violencia contra las mujeres y las niñas se caracteriza por cualquier acción influenciada por el género que resulte en o pueda resultar en daño físico, sexual o mental, además de incluir amenazas, coerción o privación de libertad., ya sea en público o en privado. Esto incluye, entre otros, la violencia física, sexual y psicológica en la familia o comunidad, así como la perpetrada o permitida por el Estado. (ONU Mujeres)

Para el desarrollo de este ensayo recepcional tomaré las definiciones de los tipos de violencia de los que creo haber sido víctima y que el Artículo 4 de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. Establece los principios fundamentales que deben ser considerados en la formulación e implementación de políticas públicas a nivel federal y local para garantizar que todas las mujeres, adolescentes y niñas puedan vivir libres de violencia. Estos principios incluyen la igualdad jurídica en todas sus formas, el respeto a la dignidad de las mujeres, la eliminación de la discriminación, la promoción de la libertad femenina, la universalidad y progresividad de los derechos humanos, la integración de la perspectiva de género, la debida diligencia en la protección de los derechos, el reconocimiento de la interseccionalidad, la valoración de la interculturalidad, y la implementación de un enfoque diferencial en las políticas y prácticas relacionadas con la violencia de género. (Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. (2007). Última reforma publicada en el Diario Oficial de la Federación (DOF) el 26 de enero de 2024).

Artículo 6. Los tipos de violencia contra las mujeres son:

I La violencia psicológica abarca cualquier acción u omisión que perturbe el equilibrio emocional, pudiendo incluir negligencia, abandono, menosprecio repetido, celos excesivos, insultos, humillaciones, menosprecio, exclusión, indiferencia, infidelidad, comparaciones despectivas, rechazo, limitación de la autonomía y amenazas. Estas conductas pueden conducir a la víctima hacia la depresión, el aislamiento, la disminución de su autoestima e incluso el suicidio.;

II. La violencia física se refiere a cualquier acto intencional que cause daño físico, utilizando fuerza física o cualquier tipo de arma, objeto o sustancia que pueda causar lesiones, tanto internas como externas.

IV. La violencia económica se manifiesta a través de acciones u omisiones que afectan la supervivencia económica de la víctima. Esto puede incluir limitaciones destinadas a controlar sus ingresos, así como la discriminación salarial por igual trabajo, especialmente dentro de un entorno laboral común.

V. La violencia sexual incluye cualquier acto que degrade o dañe el cuerpo o la sexualidad de la víctima, violando su libertad, dignidad e integridad física. Este tipo de violencia implica un abuso de poder y puede ocurrir tanto en espacios públicos como privados, reflejando una dinámica de dominación masculina que reduce a la mujer a un objeto (Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, 2007).

La violencia familiar se refiere a cualquier acto abusivo de poder o falta intencional que busca dominar, someter, controlar o agredir a las mujeres en aspectos físicos, verbales,

psicológicos, patrimoniales, económicos o sexuales, tanto dentro como fuera del entorno familiar. Esta violencia ocurre cuando la persona agresora tiene o ha tenido una relación de parentesco por consanguinidad, afinidad, matrimonio, concubinato, o una relación de hecho. Además, se considera violencia familiar cuando la persona agresora tiene responsabilidades de cuidado o apoyo, incluso sin una relación de parentesco directa (Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, 2007).

En el ámbito de la violencia laboral y docente, se observa la perpetración de esta forma de violencia por parte de individuos que mantienen algún tipo de conexión laboral, docente o similar con la víctima, independientemente de la posición jerárquica en dicha relación. Esta violencia se caracteriza por actos u omisiones abusivos de poder que afectan la autoestima, salud, integridad, libertad y seguridad de la víctima, obstaculizando su desarrollo y vulnerando la igualdad. Puede manifestarse en eventos únicos perjudiciales o en una serie de incidentes que en conjunto causan daño. Además, incluye el acoso y hostigamiento sexual (Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, 2007).

El derecho de las mujeres a vivir sin violencia fue reconocido como el primero entre los derechos humanos de las mujeres. La Convención Interamericana Belém do Pará se comprometió a contribuir a la erradicación de la violencia de género mediante políticas gubernamentales y definiciones de género. La ley abarca este compromiso en su estructura y a lo largo de todos sus apartados.

Esta ley asegura el derecho de todas las mujeres a vivir sin violencia. Es una ley general que establece medidas legales para garantizar la seguridad de todas las mujeres en todo el país, y es de obligatorio su cumplimiento para los tres niveles de gobierno. Esto representa un gran avance: el enfoque de la ley está centrado en las mujeres, todas ellas. (Lagarde, M. 2012, pg, 204)

VI.- Conclusiones

A manera de conclusión, he llegado a comprender la importancia de identificar y reconocer los diferentes tipos de violencia a través de un marco legal establecido. Este conocimiento me permite distinguir eventos violentos cotidianos que antes pasaban inadvertidos, al asumirlos como parte de mi condición de mujer o como efecto de mis acciones.

Ahora, reconozco la relevancia de entender las leyes internacionales que protegen los derechos humanos, especialmente en lo que respecta a la violencia contra las mujeres. La aplicación de estas definiciones legales me permite identificar la violencia que quizás antes no había notado, o que había aceptado como algo normal debido a mi género o comportamiento.

En el ámbito privado, la influencia de prejuicios y estereotipos arraigados en una cultura patriarcal perpetúa la desigualdad de género y limita las capacidades de las mujeres mediante la manipulación y el control emocional, psicológico y económico.

Desde una perspectiva feminista, entiendo cómo la violencia contra las mujeres está vinculada a la desvalorización de lo femenino y a las estructuras sociales que mantienen la subordinación de las mujeres. La naturalización de la violencia, desde perspectivas psicológicas, emocionales y económicas, es reveladora y evidencia cómo las normas sociales y los roles de género predefinidos han moldeado mi percepción y aceptación de la violencia desde una edad temprana.

En México, las normas culturales arraigadas han perpetuado la idea de que la violencia doméstica y otras formas de violencia son parte inevitable de la vida de las mujeres y niñas, lo que dificulta la búsqueda de ayuda y denuncia. Mi experiencia personal ilustra cómo estas normas culturales y de género influyeron en mi vida, desde la asignación desigual de roles en la familia hasta la falta de apoyo para mi educación y desarrollo personal.

Mi historia destaca la importancia de la autonomía económica como un factor clave para romper el ciclo de violencia y mejorar la calidad de vida. En resumen, mi testimonio ofrece una mirada reveladora sobre la naturalización de la violencia en la sociedad y sobre las luchas personales en la búsqueda de autonomía.

VII.- Bibliografía

Alberdi, I., & Matas, N. (2002). La violencia está estrechamente relacionada con la desigualdad de género.

Alabau, I. (2019). Psicología social. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/violencia-domestica-que-es-tipos-causas-y-consecuencias-4684.html>

Araiza Díaz, V. (2020). El pensamiento crítico de Donna Haraway: complejidad, ecofeminismo y cosmopolítica. *Península, 15*(2), 147-164. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-57662020000200147&lng=es&tlng=es

Blanco, M. (2012a). ¿Autobiografía o autoetnografía? *Desacatos, (38) *, 169-178. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2012000100012&lng=es&tlng=es

Blanco, M. (2012b). Autoetnografía: una forma narrativa de generación de conocimientos. *Andamios, 9*(19), 49-74. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-00632012000200004&lng=es&tlng=es

Castañeda Salgado, M. P. (2012). *Etnografía feminista.* Recuperado de https://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/clacso/otros/20121018034322/Investigacion_Feminista_Etnografia_Feminista.pdf

Chaparro Martínez, Amneris. (2021). Feminismo, género e injusticias epistémicas. *Debate feminista*, 62, 1-23. Epub 05 de mayo de 2023. <https://doi.org/10.22201/cieg.2594066xe.2021.62.2269>

Ellis, C., Adams, T. E., & Brochner, A. P. (2015). Autoetnografía: Un panorama. *Astrolabio. Nueva Época, (14)*, 249-273.

Furlán Malamud, A. (2012). Inseguridad y violencia en la educación: Problemas y alternativas. *Perfiles educativos, 34*(spe), 118-128. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982012000500011&lng=es&tlng=es

García, C. (2000). Violencia contra la mujer género y equidad en la salud. Recuperado de <https://www.uv.mx/ouv mujeres/files/2017/10/Garcia-Moreno-Claudia-2000-Violencia-contra-la-mujer.pdf>

INEGI. (s.f.). Recuperado de <https://www.inegi.org.mx/tablerosestadisticos/vcmm/>

Ley General de Acceso de las Mujeres a Una Vida Libre de Violencia. - Última reforma publicada DOF 26-01-2024.-

<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>

Ministerio de Sanidad del Gobierno de España. - Observaciones de Salud de las Mujeres, Protocolo Común del SNS para la Actuación Sanitaria ante la Violencia Sexual 2023.-

https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/Protocolo_VSexual_12en2024.pdf

Mogrovejo, N. Descolonizar y desterritorializar el amor romántico. Una propuesta civilizatoria. Recuperado de <http://normamogrovejo.blogspot.com/2019/11/descolonizar-y-desterritorializar-el.html>

ONU Mujeres. – América Latina y el Caribe, (2023) Hechos y cifras: poner fin a la violencia contra las mujeres .-

<https://lac.unwomen.org/es/stories/noticia/2023/11/hechos-y-cifras-poner-fin-a-la-violencia-contra-las-mujeres>

ONU Mujeres. - Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. - <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>

Organización Mundial de la Salud. (2021). Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

Pávez Soto, I., (2016). EL Incesto Como Tabú y La Liberación de La Víctima. Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social, 16(3), 285-300. Redalyc. EL Incesto Como Tabú y La Liberación de La Víctima

Peláez González, C., & Rodríguez, S. A. (2020). Género, trabajo y educación: diferencias entre hombres y mujeres en la entrada al primer empleo. *Revista interdisciplinaria de estudios de género de El Colegio de México, 6*, e494. <https://doi.org/10.24201/reg.v6i0.494>

Quecedo, R., & Castaño, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica, (14) *, 5-39.

Segato, R. L. (2023). Informe Final, Prevenir Violencias De Género. Recuperado de <https://serviciosesencialesviolencia.org/wp-content/uploads/2023/01/Una-propuesta-RITA-SEGATO.pdf>

Segato, R. L. (2003). *Las estructuras elementales de la violencia. * Recuperado de <https://redmovimientos.mx/wp-content/uploads/2020/04/Segato-Rita.-Las-Estructuras-elementales-de-la-violencia-comprimido.pdf>

Escolar%2520en%2520el%2520Tercer%2520Ciclo%2520de%2520la%2520Educaci%2520
5C3%25B3n%2520Escolar%2520B%25C3%25A1sica%2520y%2520Educaci%25C3%25B3n%2520Media.pdf