

## VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES: TIPOS DE MALTRATO

En 1993, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Declaración sobre eliminación de la violencia contra las mujeres, que en su artículo 1 la define como *“todo acto de violencia... que tenga o pueda tener como resultado un daño físico, sexual y psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la privada”*.

Hablamos de maltrato, violencia o abuso, cuando una persona, a través de su comportamiento, provoca daño físico o emocional a otra persona. Los malos tratos pueden ser de distintos tipos:

### ► Físicos:

Consiste en cualquier acto de violencia, no accidental, que afecte a las mujeres en su integridad corporal o salud física. Desde un empujón intencionado, una bofetada, causar heridas, arrojar objetos... El caso más extremo sería el asesinato. El maltrato físico, además de poner en riesgo la salud y la vida de las personas agredidas en los casos más violentos, provoca miedo intenso y sentimientos de humillación que van destruyendo la autoestima de las personas.

### ► Psicológicos:

Abarcan actos como los insultos (*“eres una puta”*), los desprecios (*“no vales para nada”*), las humillaciones y burlas (*“mirad que cara de tonta tiene esta”*), el control sobre su vida cotidiana (espíar lo que hace, las llamadas del móvil, controlar los recursos económicos...). Es también maltrato psicológico el ignorar deliberadamente a una persona (no hablarle o hacer como si no existiera) y la amenaza de agresión física (*“como no me hagás caso, te parto la cara”*). El maltrato psicológico continuado, al igual que el físico, provoca sentimientos de humillación, que van destruyendo la autoestima de las personas y atentan contra su dignidad.

### ► Sexuales:

Maltrato sexual en la pareja es cualquier contacto sexual influido por la violencia o forzado, no deseado. En las relaciones adolescentes también puede darse: desde levantar las faldas a una chica o tocarle sin que ella quiera, hasta el caso más extremo del chantaje o la amenaza para mantener relaciones sexuales y la violación.

## ¡Atención chicas!

**RELACIONES ENTRE PAREJAS DE ADOLESCENTES:  
INDICADORES DE UNA RELACIÓN DE DOMINIO Y  
CONTROL O MALOS TRATOS.**

Aunque nos suele resultar difícil identificar situaciones concretas de discriminación en las propias vivencias personales, vamos a pensar en nuestras relaciones de pareja (pasadas o presentes), e incluso si todavía no *“hemos estado con nadie”*, en nuestras *“futuras relaciones”*. Lee con atención los siguientes INDICADORES y piensa en tus relaciones o en relaciones de parejas cercanas a ti (tus padres, hermanos/as, amigos/as)... ¿Se algunas dan algunas de estas situaciones de dominio, control o de maltrato físico, psicológico o sexual?

### ► Control:

- Intenta saber quién te llama o te manda sms al móvil
- Si no quedas con él, exige explicaciones y no acepta secretos entre los dos.
- Es él quien decide cuándo quedar, a qué hora, con quién, dónde...
- Controla tu manera de vestir, de maquillarte, de hablar, de comportarte...
- Se muestra protector y paternal diciendo: *“yo sé lo que es bueno para ti”*, *“yo se lo que te conviene...”*
- Es celoso
- Es desconfiado

### ► Dominio:

- Siempre quiere tener la última palabra en vuestras decisiones y no escucha tus opiniones
- Dice lo que está bien o mal en vuestra relación: las cosas son *“como él dice”*
- Siempre quiere mandar y toma él las decisiones importantes.
- Piensa que las mujeres son inferiores y deben obedecer a los hombres
- Piensa que la mujer o la novia debe seguir al marido o al novio, aunque tenga que renunciar a sus proyectos

### ► Aislamiento:

- No le gusta que vayas a ninguna parte sin él
- Sólo quiere que salgas con él
- Le molesta que tengas amigos/as y que salgas con ellos

### ► Desvalorización:

- Cuando estáis con amigos/as suele dejarte en ridículo
- Se burla de ti
- Te avergüenza en público
- No se fía de ti
- Critica constantemente tus opiniones o tu forma de pensar
- Te trata como si fueras menos competente o valiosa que él
- No suele valorar ni alabar tus cualidades o tus aciertos
- Encuentra defectos en casi todo lo que haces
- Muestra poco interés cuando le cuentas tus cosas
- Piensa que las tareas domésticas son cosa de mujeres

### ► Amenazas - Intimidación:

- No te atreves a decirle lo que sientes
- Alguna vez se pone tan nervioso contigo que se descontrola y sientes miedo
- Alguna vez te ha amenazado

### ► Abusos sexuales:

Cuando quiere mantener relaciones sexuales contigo y a ti no te apetece...

- Te amenaza con buscarse otras para conseguir lo que tu aceptas hacer o lo que tu no le das
- Te acusa de anticuada y estrecha
- Pone en duda tus sentimientos por él
- Te chantajea para mantener relaciones sexuales
- Te obliga a mantener relaciones sexuales

### ► Chantaje emocional:

- Te dice que tu eres la responsable de su felicidad/infelicidad
- A veces utiliza en tu contra secretos que le has contado confidencialmente
- Se hace la víctima para conseguir de ti lo que quiere