

Propuestas en torno a la violencia de género en casa ante el confinamiento por COVID-19

**Dra. Alba Luz Robles Mendoza
Facultad de Estudios Superiores Iztacala UNAM**

Para poder hablar de violencia de género, es necesario definir el concepto género. Iniciemos esta definición diferenciando entre sexo y género. El concepto sexo hace referencia a las condiciones anatómicas y fisiológicas que diferencian a los hombres de las mujeres. El sexo gonadal o cromosómico se posee desde antes del nacimiento, y con esta base biológica se forman los órganos sexuales internos. Al momento de nacer, se reafirma el sexo de asignación con los órganos sexuales externos para categorizar binariamente, es decir, se es hombre o mujer.

Por otro lado, cuando hablamos de género, nos remitimos a una red de creencias, rasgos de personalidad, ideologías, actitudes, sentimientos, valores, conductas y actividades que diferencian a las mujeres y los hombres, como producto de un proceso histórico de construcción social. En este sentido, se entiende que no se nace con un género definido, sino que se aprende y enseña socioculturalmente; el género es una unidad relacional de análisis comportamental que tienen los hombres y las mujeres, siendo diferente de un país a otro. Así, el sexo es un constructo universal, hay hombres y mujeres en todo el mundo, mientras que el género es un constructo regional, lo masculino y femenino va a depender de cada cultura, de cada pueblo o nación; por ello la importancia de referirnos al género de forma plural, al hablar de masculinidades y feminidades.

También es importante distinguir entre los términos agresión y violencia. La agresión es la capacidad innata que poseen los seres vivos para defenderse ante las amenazas de sus medios; es un mecanismo biológico de conservación de las especies. En cambio, la violencia es otro concepto construido socioculturalmente; la violencia es exclusiva de los seres humanos y sirve para poder diferenciar las capacidades de intencionalidad de las personas ante las vulnerabilidades sociales. En ésta, se ven envueltos factores religiosos, políticos, económicos, sociales y de género, que van a influir para que una persona violenta a otra(s). La violencia es

diferente en sus expresiones en cuanto al género; los hombres son más violentos físicamente, y las mujeres lo son psicológicamente. La violencia y el poder están presentes predominantemente en los hombres, siendo justificada social y culturalmente, y por tanto expresada en la cotidianidad de las relaciones sociales. Por ello resulta muy difícil romperla y terminar con ella.

Así, la violencia de género es una manifestación de la violencia social, caracterizada por relaciones de poder desiguales entre mujeres y hombres, que ponen en riesgo la integridad física y psicológica de las personas. En ese sentido, es una violencia estructural, donde la expresión de la dominación y el poder va a distinguir la toma de decisiones de hombres y mujeres, siendo influida por el sistema sociocultural patriarcal; es decir, la hegemonía masculina beneficiará a los hombres más que a las mujeres, marcando sus relaciones, desarrollo, expresiones sociales y de género. En esta estructura, se colocan a los hombres y las mujeres en diferentes condiciones, donde las mujeres se encuentran en desigualdad frente a los hombres, y esto, las sitúa en el grupo de mayor riesgo o vulnerabilidad para ser violentadas.

Dentro de las manifestaciones de la violencia de género encontramos las siguientes:

- a) **Maltrato doméstico.** Se le llama también violencia hacia las mujeres en casa y la mayoría de las veces está relacionada con relaciones de pareja, es decir, las personas que violentan a las mujeres en casa en el 90% de los casos son sus parejas, principalmente varones.
- b) **Sexismo** y la **Discriminación de género.** Se refiere a las desigualdades de género dentro de las instituciones que excluyen, diferencian y desvaloran el trabajo (laboral o escolar) de las mujeres frente a los hombres; por ejemplo, desigualdades de los salarios, trato diferencial por sexo, condiciones y oportunidades laborales y escolares discriminatorias, entre otras.
- c) **Feminicidio.** Es la muerte de mujeres a causa de su condición de género. Es diferente a un homicidio de una mujer, toda vez que en el feminicidio no solamente se le da muerte, sino que se expone el cuerpo públicamente y se recurre a la violencia extrema como expresión misógina del hombre hacia la víctima.

- d) **Acoso sexual callejero.** Son aquéllas violencias sexuales cotidianas dirigidas hacia las mujeres en el transporte público o en la calle. Normalmente se encuentra expresada en manoseos y tocamientos no deseados, o bien, en piropos agresivos donde colocan la imagen de la mujer como un objeto sexual. Esta violencia de género se vive en la cotidianeidad y se atribuye a las relaciones entre hombres y mujeres a causa de la hegemonía masculina de dominación sexual.
- e) Por último y no menos importante, tenemos los **delitos sexuales dirigidos a mujeres.** Estos delitos pueden ir desde el abuso sexual, el hostigamiento sexual, el acoso sexual y, debido al extremo del uso de la agresión, la violación sexual. Aunque estos delitos no son dirigidos exclusivamente hacia mujeres, las condiciones de género colocan la vulnerabilidad en la mujer para que su sexualidad sea mayormente violentada.

Es necesario reafirmar que, al hablar de violencia de género, se habla de violencia hacia las mujeres, debido a la condición sociocultural de dominancia del sistema patriarcal que la caracteriza. Esto no significa que no haya violencia hacia los hombres por parte de mujeres, sólo que, a éstas manifestaciones, no se les llama violencia de género.

Tomando en cuenta esta condición sociocultural patriarcal que hemos estado remitiendo en la expresión de la violencia de género, donde a las mujeres se les ha atribuido los espacios privados como un espacio de identidad de género y en correspondencia a los hombres los espacios públicos, el encierro por la pandemia mundial de covid-19, representa para ambos géneros una transgresión a sus espacios identitarios; lo que puede representar una causa que incrementa la violencia de género en los hogares. El confinamiento coloca al varón en los espacios que son socioculturalmente de exclusividad para la mujer, sintiéndose acotado en su libertad para decidir y desenvolverse, al mismo tiempo que debe cambiar los hábitos y actividades que realizaba anteriormente en su cotidianeidad. Al mismo tiempo, las mujeres se sienten invadidas en sus espacios, además de incrementar el número de horas dedicadas a las actividades domésticas por existir un mayor número de personas en casa a causa del encierro sanitario.

De acuerdo con la estadística actual, encontramos que, de cada **10** mujeres, **8** son víctimas de violencia doméstica, quienes solo el **30%** de ellas han solicitado apoyo psicológico o denunciado a su agresor. Estos resultados reflejan la creencia de que la violencia hacia las mujeres es una cuestión privada; que sólo sucede dentro de los hogares y que no debe ser comentada ni expuesta. De acuerdo con la estadística de este delito, en la Ciudad de México, a partir del comienzo del confinamiento por la pandemia Covid-19, se ha incrementado en un **35%** las denuncias por violencia de género en los hogares, lo cual se requiere de diseñar estrategias de atención para controlar y disminuir esta problemática social que pone en riesgo la vida de las mujeres.

Entre los factores que influyen en el incremento de la violencia de género en los hogares, encontramos:

- a) **Los espacios cerrados limitados.** Todas las personas tenemos un espacio vital, del cual nos apropiamos y con el que creamos nuestra identidad. Los estudios relacionados con la distribución de los espacios por género mencionan, que los hombres y las mujeres construyen sus identidades a través de la pertenencia de los espacios geográficos. Por ejemplo, algunas mujeres hacen que el espacio habitacional de la cocina sea el lugar donde mayor tiempo pasan su vida, no permitiendo la entrada a la misma mientras están cocinando. Asimismo, es más frecuente encontrar a los varones en los espacios de la sala o el comedor, donde se encuentre la televisión o algún equipo de entretenimiento. El confinamiento sanitario por la pandemia Covid-19 ha llevado a compartir espacios con los demás miembros de la familia, limitando su pertenencia a ellos y haciendo necesario una reorganización de actividades. Esto puede provocar sensaciones de enojo, ansiedad y de transgresión al cuerpo, mismas que pueden llevar a responder violentamente hacia las personas que las invaden.
- b) **La monotonía de las tareas y actividades.** Si bien en condiciones cotidianas, la mayoría de las actividades productivas implican realizarse fuera de casa, ya sea en la escuela o en el trabajo, al estar en confinamiento por Covid-19, estas actividades dejan de realizarse y la monotonía de la falta de organización de

nuevas actividades en casa, provocan una sensación de malestar y desconcierto, llevando al mismo tiempo desajustes en los hábitos cotidianos; por ejemplo, mayor o menor horas de sueño que derivan en cambios de humor y trastorno de actividad física; incremento en la ingesta de alimentos diarios, que puede provocar un aumento de peso y futuros problemas de obesidad; aumento de ocio que intensifica la pasividad y aislamiento a través del exceso del uso de computadoras, televisores, celulares, consolas de videojuegos, entre otras. Dichas alteraciones se presentan mayormente en los hombres, principalmente los que realizaban trabajos que involucraban actividad física. El no tener claro el tiempo del término del confinamiento puede traer sensaciones de incertidumbre de lo que va pasar, generando ansiedad, depresión, desesperanza e ideas catastróficas hacia el futuro, emociones que pueden transformarse en conductas violentas hacia los demás por frustración de no poder cambiar la situación de encierro.

- c) **La ingesta de alcohol y la adicción a las drogas.** Tanto el alcohol como las drogas son desinhibidores sociales y psicológicos de la violencia, y propician un aumento de ésta en conjunto con los demás factores causales enlistados.
- d) **El estado emocional frente a la pandemia.** El conocer el avance de la pandemia, el incremento de infectados y defunciones, así como el seguir la información que se mueve a través de los medios, el saber que después del encierro la probabilidad de contagio seguirá prevaleciendo e incluso el escuchar las posturas de personas que niegan la existencia de la pandemia, conduce a un deterioro del estado emocional. Los sentimientos generados tales como incertidumbre, miedo, desesperanza o angustia, contribuyen a que los hombres, acostumbrados a espacios abiertos, incrementen su desesperación y se manifiesten con conductas violentas en la relación de pareja. Hay que puntualizar que no significa que estos varones no sientan estas emociones, sino que los roles de género y las determinantes sociales que establecen las expresiones de las emociones, se encuentran limitadas en los hombres más que en las mujeres. Por eso, pueden sentir miedo o tristeza y expresarlo a través de conductas violentas.

Ahora bien, ¿Qué podemos hacer ante estos factores que incrementan la violencia de género en los hogares?, como profesionales de la salud mental, es necesario tomar en cuenta no sólo los factores individuales que acompañan los rasgos de personalidad de cada individuo, sino también reflexionar sobre las construcciones sociales, culturales y de género que cada persona refleja en casa. Por ello, las siguientes propuestas pueden ayudar a mejorar la convivencia en casa, donde la participación de todos y todas sea un elemento primordial para el cambio.

1. **Solicitud de ayuda y redes de apoyo**

- a. **Servicios del Estado:** Son aquellos programas y actividades llevadas a cabo por el gobierno para ayudar a las mujeres en condiciones de violencia doméstica. Entre estos servicios encontramos desde la ayuda vía telefónica hasta las denuncias legales. Se debe tener muy claro que el primer elemento para evitar la violencia en casa, es poder hablarlo, y la denuncia constituye un elemento importante, debido al antecedente ya mencionado de los derechos y las modificaciones legales en materia de violencia de género con las que se cuenta ahora en nuestro país.
- b. **Familiares y amistades:** Estas redes de apoyo contribuyen de igual manera a que las mujeres violentadas puedan romper el silencio, a través del apoyo de sus allegados (familiares o amistades) y así auxiliien a que se denuncie.
- c. **Ayuda profesional:** Existen grupos de profesionales de la salud mental (Psicología, Psiquiatría, Trabajo Social) que pueden ayudar a las mujeres que están siendo maltratadas en casa.

2. **Identificación de situaciones de riesgo**

- a. **Ingesta de alcohol u otras drogas:** Primeramente, se debe identificar cuando se presenta una situación de ingesta de alcohol o droga por algún miembro de la familia. Después, es necesario alejarse de esa persona, en la medida de lo posible, dentro de los espacios del hogar, o bien, buscar no estar sola frente a la persona intoxicada. Asimismo, se sugiere no contestar agresivamente ante las provocaciones que puede realizar la persona agresiva. Cabe mencionar que, en distintos Estados de la

República Mexicana, se ha decretado ley seca, para así disminuir la presencia de este desinhibidor de violencia.

- b. **Acciones y emociones negativas:** Al identificar este tipo de acciones y emociones, es importante controlar las respuestas que se puedan tener y no responder agresivamente ante los comentarios y discursos negativos, para que la situación no derive en un círculo vicioso de violencia. Una violencia genera otra violencia.

3. **Manejo de emociones y toma de decisiones**

- a. **Tiempo para sentir y pensar:** Es necesario buscar en casa, espacios que permitan analizar y reflexionar sobre uno mismo. Se trata de aprovechar, en los tiempos pequeños que se tengan, para sentir y pensar sobre nuestros planes y metas, reafirmando nuestros proyectos de vida personal.
- b. **Toma de decisiones:** Darnos tiempos para sentir y pensar, nos ayudará a visualizar al riesgo de violencia en casa. Tomar decisiones como evitar el contacto con la persona agresora, no estar sola frente a la pareja que nos agrede, tener un lenguaje asertivo sin caer en provocaciones agresivas y la prudencia para no vincularse con la violencia, serán acciones y actitudes que ayuden a disminuir la violencia en casa.

Es importante saber que la violencia en los varones son formas de representación de otras emociones, lo que implica una deconstrucción de identidades masculinas no hegemónicas. Las propuestas descritas dependen de todos y todas en casa, ya que la violencia de género se legitima por los miembros de la familia y requiere de un cambio no solamente de los involucrados directamente en la violencia sino de la familia completa.