

Violencia Psicológica en la Violencia de la Pareja Íntima: cómo afecta en la perduración del vínculo

Modalidad: Ensayo Académico

Estudiante: Florencia Micaela Francia Azures

C.I. 5.226.288-6

Montevideo, Uruguay

Julio 2025

Tutora: Prof. Adj. Mag. Anabel Beniscelli

Revisora: Prof. Adj. Mag. María Julia Perea

Índice

Resumen.....	3
Introducción.....	3
Aportes conceptuales sobre la Violencia hacia la mujer por parte de su pareja: conceptos del ayer y del hoy.....	5
Violencia en la Pareja Íntima: subtipo de Violencia Contra las Mujeres.....	7
Violencia Psicológica en la Violencia de la Pareja Íntima: ¿Cómo se manifiesta? ¿Qué padecimientos causa en la mujer?.....	9
Baja Autoestima.....	11
Sentimientos de culpa.....	12
Ansiedad Excesiva.....	13
Tendencias Suicidas.....	14
Sintomatología depresiva.....	14
Trastorno de estrés postraumático.....	15
Trastorno de Estrés Post Traumático Complejo [TEPTc].....	16
Teorías referidas a la dependencia emocional dentro de la Violencia de la Pareja Íntima y a las repercusiones psicológicas.....	17
Teoría del aprendizaje social.....	17
Teoría del estrés y afrontamiento de situaciones sociales.....	17
Ciclo de violencia e inhabilidad aprendida.....	18
La teoría de la mujer maltratada.....	20
Modelo de apego traumático.....	20
Modelo del castigo paradójico.....	21
Teorías relacionadas con el proceso de toma de decisiones.....	22
Modelo conceptual.....	22
Teoría de la trampa psicológica.....	23
Modelo transteórico del cambio.....	23
¿Por qué la mujer se mantiene en una relación de pareja violenta? ¿Qué posibles causas hay para que este vínculo íntimo perdure?.....	24
¿Influyen los roles de género y los mandatos sociales en que la mujer permanezca en una relación de Violencia de la Pareja Íntima?.....	27
¿Cómo la mujer podría abandonar una relación de Violencia en la Pareja Íntima?.....	30
Factores impulsores internos (razones y sentimientos).....	30
Factores impulsores externos (la fuerza del contexto).....	31
Factores determinantes de la Ruta Crítica.....	32
Conclusiones.....	33
Epílogo.....	35

Resumen

La Violencia en la Pareja Íntima surge como una noción contemporánea empleada para referirse de forma específica al tipo de violencia que se da según el tipo de vínculo. Se investiga sobre el surgimiento de la noción, y se exponen teorías que intentan explicar las múltiples dinámicas que se dan en esta clase de vínculo, así como también se exponen teorías que elucidan la dependencia emocional que tienen —tanto la víctima como el victimario— de la relación. La violencia psicológica resulta ser uno de los tipos de violencias más utilizadas por parte del instigador, con la finalidad de menoscabar la salud mental de la mujer y de coaccionarla, causando en ella desde síntomas somáticos hasta percepciones negativas sobre sí misma, escalando a trastornos mentales. Se procura profundizar e indagar si hay un nexo entre la perduración del vínculo y el rol de género, sumado a los mandatos sociales que subordinan a la mujer. Asimismo, se pretende plantear cuáles serían los factores que inciden para que la mujer pueda tomar la decisión de abandonar la relación.

Palabras clave: Violencia en la Pareja íntima, Violencia Psicológica

Introducción

Al momento de tomar la decisión de elegir la modalidad, pareció pertinente optar por el ensayo académico, debido a que a lo largo de la carrera, en los trabajos en los cuales me sentí más cómoda a la hora de producirlos fueron los tendientes a despertar la crítica, la reflexión, y no simplemente plasmar lo teórico.

La temática elegida transitó por diversas formas, ideas poco nítidas se volvieron más claras y contundentes según fui avanzando la lectura de artículos académicos. A pesar de que el puntapié inicial desembocó en otra temática, las fases recorridas por la temática a elección tuvieron un factor en común: la violencia que sufre la mujer en la pareja íntima. Adopté esta conceptualización para diferenciarla de otros tipos de violencia, la Violencia en la Pareja Íntima (VPI) porque pone el foco en la naturaleza del vínculo en el cual se despliega la violencia. El uso de la terminología violencia psicológica —y no de otro tipo de violencia— es preciso debido a lo que se busca exponer con este trabajo: las causas de por qué la mujer se ve inmersa en esta relación, qué ocasiona este tipo de violencia en ella y por qué es un elemento clave para la perduración de este vínculo; asimismo, considero que la violencia psicológica muchas veces no es tenida en cuenta como algo que represente gravedad o sea tan trascendente en comparación de la violencia física, por eso decidí ahondar en lo que representa la misma dentro de la VPI.

La pregunta central que direccionó este trabajo y la búsqueda bibliográfica es: “La Violencia Psicológica en la Pareja Íntima ¿cómo afecta en la perduración del vínculo?”.

La búsqueda bibliográfica fue de lo más general a lo más específico, “Violencia en la Pareja Íntima” y “Violencia Psicológica en la VPI” no arrojaban resultados tan certeros, por lo que se intentaron muchas combinaciones sin perder el eje central.

Esta tesis se fue formando en el encuentro de cada texto, al expandir la búsqueda se abrieron otras puertas donde se pudo encontrar escrituras académicas que, aparte de servir para la producción del trabajo, resultaron interesantes y muy enriquecedoras para mí, así como también para reproducir e informarme más acerca de la temática.

La producción resultó en nueve apartados, el primero tiene como objetivo desarrollar una breve indagación acerca de cómo surge una conceptualización para nombrar la violencia en la pareja, recorriendo por las nociones “violencia intrafamiliar/familiar” y “violencia doméstica”, hasta llegar a la acuñada en este trabajo, VPI, noción relativamente reciente que se desdén de nociones ambiguas o neutras, las cuales no resultaban específicas para este tipo de violencia que sufre la mujer dentro de la pareja.

En el segundo apartado se define la Violencia Contra las Mujeres (VCM), y se explica que es una problemática social latente, que es ejercida a través del patriarcado hacia personas del sexo femenino, de forma física, psicológica, etc. Además, se define a la VPI como un subtipo de la VCM, diferenciándolo sobre las conceptualizaciones anteriores.

El tercer apartado se aproxima más explícitamente a la temática, este apartado comienza hablando de cómo se considera la violencia física la más usual de los tipos de VPI, sin embargo, este tipo de violencia casi siempre viene acompañado de la cual nos compete: la violencia psicológica, denominada de diferentes formas, “maltrato psicológico”, “violencia emocional” o “violencia de la pareja emocional”, la cual es ejercida por parte del agresor mediante múltiples comportamientos manipuladores y coercitivos; además se habla de los diversos padecimientos que sufre la mujer víctima de VPI.

El cuarto apartado retoma la última idea del apartado anterior, y se expone en profundidad los padecimientos psicopatológicos que puede desencadenar en las víctimas de VPI, entre ellos está la Baja Autoestima, el TEPT, etc.

El quinto apartado expone diferentes teorías acerca de la dependencia emocional que se genera dentro de la VPI, se explican ciertas dinámicas que se dan en este tipo de relaciones de pareja, como también qué factores pueden indicar mayor propensión a que se produzca este relacionamiento violento, entre las teorías más destacadas se encuentra la de Ciclo de Violencia y la Teoría de la mujer maltratada.

El sexto apartado se centra en las teorías relacionadas con el proceso de toma de decisiones, este refiere a las teorías que intentan explicar procesos en cómo la mujer puede atestiguar de forma sólida lo que está sufriendo, etapas por las que va pasando, e intentar visualizar una salida de esta situación; entre estas teorías resuena la del Modelo Conceptual y la teoría del Modelo transteórico del cambio.

El séptimo apartado apunta a inspeccionar por cuál(es) razón(es) la mujer se mantiene en este tipo de vínculo, yendo desde un lado más personal —aspectos cognitivos y emocionales— a factores contextuales —situación económica, estatus social, formas del agresor para manipularla y degradarla, etc—.

En el octavo apartado se profundiza acerca de si inciden los roles de género para que la mujer permanezca en una relación de VPI, se plantea una noción que se manejaba cuando este TFG era aún una nebulosa, noción análoga y a la vez representativa de este tipo de relación, “Cautiverios”, además se habla de cómo los mandatos sociales están inmersos en la sociedad e influyen en que perduren estas relaciones.

En el último, noveno apartado, se habla acerca de cómo la mujer violentada podría salir de esta relación, y se trae a colación otro de los conceptos presentes en el origen de este trabajo, el cual resultó primordial y puntapié a la apertura de otras búsquedas y al resultado: “Ruta Crítica”, qué factores impulsores necesitaría la víctima para afrontar la decisión y cómo llevar a cabo acciones para salir de la relación de VPI.

Aportes conceptuales sobre la Violencia hacia la mujer por parte de su pareja: conceptos del ayer y del hoy

La forma de referirse y conceptualizar la violencia hacia las mujeres en situación de pareja se ha ido modificando con el tiempo, considerando los cambios sociohistóricos y culturales, también el aumento de estudios acerca de la temática.

Sobre este dilema en el nombramiento, es sabido que fue gracias al movimiento de las mujeres cuando se empezó a nombrar el problema de la violencia contra la mujer, hecho sumamente importante, el cual dio paso a la habilitación de que el feminismo haga visible las experiencias de muchas mujeres silenciadas por el miedo, además, porque no se contaba con palabras adecuadas para reconocerlas (con esto se refiere a diferenciarla de otros tipos de violencia y el requerimiento de una conceptualización más específica) y mucho menos para poder denunciarlas (Ramos Lira, 2002).

Sumado al temor y a la falta de una noción adecuada para referirse a la violencia ejercida hacia la mujer por parte de su pareja, había otra causa de suma relevancia, la cual mantenía silenciadas a las víctimas: “[el silencio es] producto de mecanismos que sostenían, producían y legitimaban instituciones y formas patriarcales de relación con el mundo” (Maquieira y Sánchez, 1990, como se citó en Ramos Lira, 2002. p.133).

En el canal de Youtube Vidas feministas entrevistaron a Marcela Lagarde, conocida feminista, que propone una breve pero rica definición de qué es el feminismo y qué impacto ha tenido en la vida de las mujeres:

[...] El feminismo es una respuesta de mujeres pensadoras, activistas,

revolucionarias, al patriarcado. [...]

Y es, al mismo tiempo, un punto de utopías, un conjunto de construcciones concretas a las que llamamos utopías. Yo soy el producto del feminismo, yo pude ir a la escuela por el feminismo [...]

El feminismo a millones de mujeres nos ha permitido ser como somos, y eso quiere decir algo formidable. Ser mujeres modernas críticas de la modernidad, somos capaces de evaluar positivamente muchos aspectos de la modernidad, pero otros no. El feminismo, si lo dijera otra vez, sintéticamente, ha sido la más importante construcción histórica realizada por mujeres como género, en la sociedad, en la cultura, en la política, en la filosofía, en las artes. El feminismo ha construido sobre todo la humanidad de las mujeres” (Canal Vidas feministas, 2016, 20m44s).

Desde la perspectiva feminista se toma como propuesta básica la violencia hacia la mujer como un hecho que solo puede ser entendido si se consideran dos conceptos claves: el género y el poder, entonces se descarta este tipo de violencia como un problema individual y pasa a ser un problema político y social (Ramos Lira, 2002). Teniendo en cuenta esta noción, surgieron innovadoras visiones e interpretaciones sobre la problemática, las cuales impulsaron a la producción de nuevos conocimientos y que se hablara de ella, no tomándola como una situación aislada e individual —dándose en algunos casos— sino como una problemática a nivel macro.

Uno de los primeros términos para referirse a la violencia hacia la mujer fue “violencia familiar” o “violencia intrafamiliar”. Sagot (2000) define violencia intrafamiliar como:

[...] un problema social de grandes dimensiones que afecta sistemáticamente a importantes sectores de la población, especialmente a mujeres, niñas, niños, ancianas y ancianos. Esta violencia tiene una direccionalidad clara: en la mayoría de los casos es ejercida por hombres contra mujeres y niñas (p. 11).

Es una definición bastante certera considerando la especificación de que es perpetrada mayoritariamente por hombres, contra mujeres. Sin embargo, este término toma la violencia hacia la mujer desde una perspectiva neutral al género, es así como desde la violencia familiar se considera el abuso como otra de las manifestaciones de las diversas formas de relación que hay dentro de la familia, opacando los factores género y poder, imprescindibles para entender el abuso contra mujeres (McHugh et al., 1993, como se citó en Ramos Lira, 2002).

Otro de los términos más utilizados para referirse a la violencia hacia la mujer por parte de su pareja ha sido “violencia doméstica”. La mayoría de las definiciones de violencia doméstica se centran en relaciones de parejas adultas, lo que la distingue del maltrato o

abuso infantil, así como también del maltrato al mayor y de otros tipos de violencia (Rodríguez Franco et al., 2009). No obstante, los autores reflexionan sobre el término, y aluden:

[...] denominarla «doméstica» (lo que la sitúa en el entorno de la casa o del hogar según la RAE), en ninguna de las definiciones se hace referencia al contexto en que ocurre [...] más allá del contexto de ocurrencia, puede indicar que está implicada la unidad familiar al completo [...] (p. 8).

Entonces, si comparamos la violencia doméstica con la violencia familiar, los límites son difusos a la hora de determinar una perspectiva específica referida a la violencia hacia la mujer por parte de su pareja. El artículo más característico encontrado en la revisión bibliográfica realizada es sobre la población adulta y se concentra en relaciones de pareja, por esto se preguntan “¿no sería más fiel al contenido denominarlo Violencia de Pareja o Violencia del Compañero Íntimo?”. Los autores deciden optar por dicho cambio, debido a la flexibilización del lugar de ocurrencia, e igualmente que permite incluir a otras parejas o ex parejas, las cuales no conviven con el agresor, pero igualmente sufren de violencia (Greenfeld et al., 1998; Rodríguez Franco et al., 2001; Instituto de la Mujer, 2002; Renninson, 2001; Rodríguez y Rodríguez, 2004, como se citó en Rodríguez Franco et al., 2009).

Resulta importante realizar esta distinción de la perspectiva de la Violencia en la Pareja Íntima con otros conceptos antecesores, y seguidamente exponer cuál es la definición de esta, dejando atrás las posiciones neutras y acercándose más al problema desde la raíz, tomándola como una noción innovadora en el campo de estudios de esta problemática.

Violencia en la Pareja Íntima: subtipo de Violencia Contra las Mujeres

Cómo se define la Violencia contra las mujeres:

La violencia sobre las mujeres constituye una violación de los derechos humanos y expresión de la ruptura del derecho a la vida, la dignidad, la integridad física y moral, la igualdad, la seguridad, la libertad, la autonomía y el respeto de sí misma. Como tiene un carácter estructural social y político; es un fenómeno de múltiples y diversas dimensiones forjado por un sistema sexo-género patriarcal que da lugar a la subordinación estructural de las mujeres (Añón, 2016, p.4)

La violencia contra las mujeres es un problema de sexismo. La misma se origina dentro del espacio doméstico y luego es manifestada en el espacio público, incluso cabe la posibilidad de que sea perpetrada o tolerada por el Estado, dejando en evidencia un sistema de

dominación masculina, cuyas raíces están inmersas en las normas sociales y culturales (Schneider, 2002; Frías y Hurtado, 2010, como se citó en Valdés Barraza et al., 2023).

Este tipo de violencia es dirigido al sexo y género femenino, y su finalidad es la privación de la libertad y de sus DD.HH, esta pudiendo ser de tipo física, sexual, psicológica, económica y simbólica. Igualmente, la VCM busca ejercer daño y dominación masculina hacia las mujeres, siendo una causa arraigada a la base (la raíz) de las desigualdades de género (Rincón & Salas, 2021; Gaur et al., 2023, como se citó en Valdés Barraza et al., 2023).

Entre los tipos de violencia que hay dentro de la VCM, unos de los más frecuentes es la Violencia de la Pareja Íntima.

“La VPI se puede entender como un comportamiento coercitivo y/o controlador empleado para obtener poder y control sobre la pareja romántica y puede incluir daño físico, emocional, verbal, sexual, social, psicológico, económico y digital” (Reed et al., 2017 como se citó en Valdés Barraza et al., 2023, p. 2).

La VPI, antes conocida como Violencia Doméstica, actualmente todavía se configura como una problemática social compleja y aún no resuelta; resulta ser un fenómeno de larga data, siendo cuantiosos los periodos de nuestra historia donde se validaba este tipo de violencia (Valdés Barraza et al., 2023).

La violencia en la pareja ocurre con un comienzo insidioso y sutil, manifestándose a través de reproches y humillaciones ambiguas, en formas que no son percibidas al principio como violencia, sino que son toleradas por naturales —porque están dentro de conductas pertenecientes a las convenciones del género— y van aumentando de forma sutil su intensidad, creando un clima emocional de temor; la exposición repetida a la violencia crea habituación, entonces a la víctima se le distorsiona la conciencia crítica y el umbral de tolerancia (Romero, 2004).

Una mirada explicativa de esta problemática es la existencia de culturas patriarcales que alientan la dominación de la mujer por parte del hombre, asimismo la desigualdad social actual, la cual no ha sido superada, pese al avance de políticas y movimientos sociales activistas pro de la igualdad de género (Valdés Barraza et al., 2023).

Siguiendo la idea de que la existencia de las culturas patriarcales inciden en la VPI, Quintero Calderón y Bula Romero (2023) citan a Simone de Beauvoir (2005), donde ella da a entender que la violencia hacia la mujer se enmarca en los sistemas de representación social, los cuales están vinculados al patriarcado y también se refuerzan basándose en la identificación colectiva de hombres con conductas de rechazo y subordinación hacia lo que es socialmente femenino. Es claro que los entramados de este tipo de violencia son complejos y tienen múltiples desencadenantes.

Violencia Psicológica en la Violencia de la Pareja Íntima: ¿Cómo se manifiesta? ¿Qué padecimientos causa en la mujer?

La violencia física se cree que suele ser el tipo de violencia más común dentro de la VPI, ya sea porque es más visible —la víctima puede recibir golpes, empujones, entre otras conductas que provocan lastimaduras, moretones y/o heridas físicas, (etc), por lo que las lesiones son notorias en el cuerpo—, o mismo porque está la creencia de que la violencia de tipo psicológica no es grave, hasta incluso puede confundirse con peleas o discusiones que se dan dentro de la pareja, por lo que es importante detectar y poder diferenciar este tipo de conductas *comunes* que suceden en comparación con la violencia psicológica como tal, otorgándole la consideración y significación pertinentes, no tomándola como inferior o menos importante que la violencia física.

En realidad, aquello/as que han sido víctimas de violencia física y emocional, el 70% pudo informar que su exposición a la violencia emocional tuvo un efecto negativo todavía más profundo en ellas que la violencia física (Dokkedahl et al., 2019; Follingstad et al., 1990, como se citó en Palmer et al. 2024).

Es por esto que, más allá del maltrato físico, el cual habitualmente es más identificable, existe el maltrato psicológico, considerado más sutil, no obstante, ocasiona consecuencias muy perjudiciales en la salud y en el bienestar de la mujer, manifestándose de diversos modos: desvalorizaciones continuas (críticas nocivas y humillaciones), imposición de conductas degradantes, posturas y gestos amenazantes, intentos de restricción (controlando las amistades, restringiendo las salidas de casa, limitando el dinero que gasta, etc), conductas destructivas (desde la destrucción de objetos de valor al maltrato de animales domésticos) y finalmente, pero no menos importante, la culpabilización de la propia víctima por las conductas violentas de él (Echeburúa, 1994, como se citó en Amor et al., 2006).

Otra característica relevante del maltrato psicológico, tiene que ver con el hecho de que en algunos casos, este tipo de maltrato resulta ser el primer peldaño de la violencia física —sin desaparecer la violencia psicológica—, dando a pensar que la primera abre camino a la segunda, momento en el que ambas coexisten (Amor et al., 2006).

Asimismo, este tipo de maltrato “busca la destrucción de la mujer en ese aspecto con la finalidad de que termine subordinada, ridiculizada, amenazada, coaccionada, intimidada, insultada, desvalorizada y aislada” (Lorente, 2004; Sarasua y Zubizarreta, 2000; Jacobson y Gottman, 2001, como se citó en Lara-Caba, 2019, p.11).

La violencia psicológica y/o emocional es otro tipo de violencia presente en las relaciones de pareja (Curia et al., 2020 y Lourenço, 2020, como se citó en Quintero Calderón y Bula Romero, 2023). La violencia psicológica es una de las modalidades menos

exploradas en cuanto a tipo de violencias contra la mujer se trata, sin embargo, posiblemente, la más sufrida (Alexander, 1993, como se citó en Safranoff, 2017).

De hecho, según estudios, la violencia de pareja emocional es el tipo de violencia más frecuentemente experimentada, con casi el 50% de mujeres que han reportado el haber sido víctimas de abuso emocional. Dicho abuso es una situación que puede ocurrir en el contexto de cualquier relación, en tanto la violencia de pareja emocional ocurre dentro del contexto de las relaciones íntimas, y normalmente se destaca por comportamientos como insultos, humillación constante, menosprecio, amenazas de daño, así como también amenazas de quitarles a sus hijo/as (Black, et al., 2011; Carney y Barner, 2012; OMS y OPS 2012, como se citó en Palmer et al. 2024).

De igual manera, el abuso psicológico es un intento para controlar a la mujer, corroer su confianza y, además, aumentar su vulnerabilidad así esta se vuelve más dependiente del maltratador. El objeto de este tipo de abuso es desestabilizarla, buscar la dependencia, inducirla a la subordinación e impedir su autonomía (Quinteros y Carbajosa, 2008, como se citó en Lara-Caba, 2019).

Palmer et al. (2024) indican que la violencia de pareja emocional se puede explicar en cuatro dimensiones:

(1) daño a la autoimagen o autoestima de la pareja, (2) negación pasivo-agresiva de apoyo/cuidado emocional, (3) comportamiento amenazante, tanto explícito como implícito, y (4) restricción del territorio o la libertad personal (O'Leary y Mairuo, 2001), con una gama de comportamientos que se enmarcan en cada dimensión (parr. 1).

Dentro de los comportamientos amenazantes que acostumbra a realizar el perpetrador de violencia psicológica está, por ejemplo, cuando aplica lo conocido popularmente como “ley de hielo” y deja de hablarle a su pareja, esto pudiendo ocasionar incertidumbre en la mujer, o también realiza todo lo opuesto: la agrade verbalmente, le grita, la insulta, la amenaza con abandonarla, o incluso hasta llega a criticar su cuerpo (Quintero Calderón y Bula Romero, 2023).

Estos actos de violencia atentan contra su salud mental, de forma que muchas presentan baja autoestima, depresión, miedo, temor, angustia y estrés postraumático (Stewart y Vigod, 2017; Sauber y O'Brien, 2020, como se citó en Quintero Calderón y Bula Romero, 2023).

Con respecto a la violencia psicológica, las mujeres reconocen el alto impacto que ha tenido en sus vidas: las ha marcado con huellas profundas provocando modificaciones en su personalidad, su nivel de autoestima, ha inferido en sus miedos y les ha generado lo llamado “angustia señal”, concepto entendido como un modelo de funcionamiento que les permite la preservación de la vida pero, al mismo tiempo, las mantiene en constante estado de alerta (Safranoff, 2017).

Entre los padecimientos más notorios que sufren las víctimas de VPI de tipo psicológico están los síntomas y quejas somáticas, estas son también quienes presentan más problemas de salud, contrastando con aquellas que no han experimentado este tipo de abuso (Domínguez, García y Cuberos, 2008; Soleimani, Ahmadi y Yosefnezhad, 2017, como se citó en Costales Zavgorodniaya y Argüello Yonfá, 2023).

Dentro de las sintomatologías somáticas más prevalentes en mujeres víctimas de VPI se encuentran:

los dolores de cabeza, dolores de espalda y/o articulaciones, dolor abdominal, dolor de pecho, alteraciones del sueño (insomnio, pesadillas, hipersomnia), síntomas cardiopulmonares (bronquitis crónica, enfermedad cardíaca, palpitaciones, hormigueo y entumecimiento de las extremidades, sensación de asfixia), síndrome del colon irritable/problemas gastrointestinales, fibromialgia, abortos, partos prematuros, recién nacidos de bajo peso y lesiones fetales y autolesiones (Rubio Castro et al, 2009, p. 23).

Repercusiones psicopatológicas en las víctimas de Violencia Psicológica por la Violencia de la Pareja Íntima

Son diversas las consecuencias de lo que provoca la Violencia Psicológica en las víctimas de la VPI, pudiendo desencadenar en inestabilidad emocional, reacciones psicológicas adversas, padecimientos, sintomatologías psicopatológicas o trastornos mentales, entre los más usuales se encuentran:

Baja Autoestima

Uno de los padecimientos más prevalentes en las víctimas de violencia psicológica dentro de VPI es la baja o nula autoestima que sienten. La experiencia de maltrato lesiona de gravedad la autoestima, engendrando sentimientos internalizados de inadecuación, de autorresponsabilidad y de culpa. Además, si se considera que la autoestima de la mujer reside en la percepción de sí misma y la relación con el mundo, esta va a sentirse abrumada frente a las humillaciones y los actos de desvalorización reiterados por la situación de maltrato. Las mujeres víctimas de la VPI tienden a ser aisladas, acción que se utiliza como estrategia de control; en este sentido, la soledad puede provocar deficiencias en las habilidades sociales, así como también puede conducir a sentimientos de vergüenza, desesperación, rechazo y por supuesto, baja autoestima (Arcas, 2014; Kumar, Nizamie y Srivasta, 2013; Montañez, 2013; Boon, Steele y Van der Hart, 2014, como se citó en Lara-Caba, 2019).

Por otra parte, la baja autoestima supone un factor de vulnerabilidad para el desarrollo de la sintomatología depresiva y una dificultad adicional para salir de la relación de maltrato (Cascardi y O'Leary, 1992 y Aguilar; Nightingale, 1994, como se citó en Amor et al., 2006). Se encontró una elevada relación entre el maltrato emocional y niveles bajos de autoestima, asimismo confirman que hay asociación entre el maltrato y el control sobre la mujer maltratada, ya que es el agresor quien decide lo que la víctima puede hacer y decir, incluso puede impedirle ir a trabajar, siendo este el único tipo de maltrato relacionado con bajos niveles de autoestima (Aguilar y Nightingale, 1994; Tuel y Russell, 1998, como se citó en Amor, et al., 2006).

Sentimientos de culpa

Las víctimas de este tipo de violencia pueden sentirse culpables dependiendo de diversos factores, por ejemplo, sobre las percepciones que tienen sobre sí mismas, según algunas conductas realizadas, los sentimientos hacia el maltratador, el arrepentimiento por ciertas tomas de decisiones importantes que han tenido que apropiarse en su vida, creerse los comentarios culpabilizadores que algunas veces provienen del propio maltratador, así como también de familiares, de la sociedad, etc. (Byrne, Arias y Lyons, 1993; Kubany y Manke, 1995; Echeburúa y Corral, 1998; Echeburúa, Corral y Amor, 2001, como se citó en Amor et al., 2006).

Esto no solo contribuye a que la víctima se sienta responsable de su victimización, sino que también favorece la creencia de que ellas mismas deben cambiar para que cese el maltrato del que son objeto (Saunders, 1994, como se citó en Amor et al., 2006); incluso, en algunos casos pueden darse cambios cognitivos, por ejemplo, mostrando lealtad paradójica hacia el maltratador, o elaboran atribuciones causales que aumentan los sentimientos de culpa y de recelo generalizado

Amor et al. (2006) citan una tabla elaborada por Echeburúa y Corral (1998), la cual profundiza en este tipo de padecimiento, titulada "Sentimientos de culpa en mujeres maltratadas en el hogar", donde exponen determinadas atribuciones que la mujer víctima infiere a su personalidad, a su conducta y a la transgresión de normas autoimpuestas.

En cuanto a las atribuciones que la víctima infiere sobre su personalidad se menciona: considerarse estúpida, verse poco atractivas y sentirse sin valía o inferiores a los demás.

Acercas de las atribuciones a su conducta, aparece: creerse provocadoras de la violencia sufrida, tener sentimientos ambivalentes hacia su pareja, haber cedido a los "chantajes" y/o amenazas del victimario, sentirse culpable por el maltrato que infringe su marido hacia sus hijo/as, entre otras.

Por último, las transgresiones de las normas autoimpuestas tienen que ver más con la toma de decisiones de poder salir de esta relación violenta: considerarse responsable de haber “roto” a la familia, pensar que los problemas del hogar no deben salir al exterior (esto tiene que ver con que la problemática se mantenga en el orden de lo privado, que no se vuelva algo público, porque la imagen que “ofrecen” al exterior se verá dañada, factor que condice con la siguiente atribución) y haber destruido el “principio” de que la pareja debe estar unida, de que casarse es para siempre, o de que el “amor debe ser eterno” (p. 144).

Ansiedad Excesiva

Las víctimas de maltrato psicológico presentan notoriamente más trastornos de ansiedad que la población general, debido a los recursos de afrontamiento para poder lidiar con las situaciones y el contexto de violencia.

La ansiedad es un trastorno que presenta una amplia gama sintomatológica, entre los síntomas más comunes se encuentran:

ansiedad extrema, agitación, falta de aliento (disnea) o sensación de ahogo, mareo, sensación de inestabilidad, sensación de pérdida de conciencia, palpitaciones o ritmo cardíaco acelerado (taquicardia), temblor o sacudidas, sudoración, sofocación, náuseas o molestias abdominales, despersonalización o desrealización, adormecimiento o sensación de cosquilleo en diversas partes del cuerpo (parestesia), escalofríos, dolor o molestias precordiales, miedo a morir, miedo a volverse loco o perder el control (Rubio Castro et al., 2009, p. 64-65).

En otro orden de cosas, Amor et al. (2006) cita a Gleason (1993) y exponen la relación que hay entre la alta tasa de prevalencia de problemas de ansiedad en víctimas de maltrato con múltiples estrategias de afrontamiento de las mismas; específicamente, las víctimas de maltrato pueden realizar actividades compulsivas para defenderse de la prominente ansiedad que sufren y de la percepción dañina que tienen de sí mismas.

Hay casos en los que la víctima puede presentar dificultades para viajar solas en transportes públicos o imposibilidad de salir solas lejos de casa (síntomas agorafóbicos), como una estrategia protectora y defensora de los prominentes comportamientos celotípicos o controladores del perpetrador de la violencia; estos datos dan a entender que la mayoría de los síntomas de ansiedad excesiva que sufren las mujeres violentadas son a causa de su victimización, por lo que se sugiere que probablemente sea más adecuado tomar en cuenta las respuestas al estrés extremo dentro de un continuo más que como un trastorno único (Saunders, 1994; Herman, 1992 como se citó en Amor et al., 2006).

Tendencias Suicidas

Sufrir VPI implica un gran factor de riesgo para que surjan ideas o intentos de suicidio en las víctimas; Llosa Martínez y Canetti Wasser (2019) definen la ideación suicida como:

[...] es una de las conductas que forma parte del continuum del suicidio que va desde la ideación suicida, el intento de autoeliminación, el para suicidio hasta el suicidio consumado (Canetti, 2017). Es una variedad de pensamientos de diferente gravedad: desde desear dejar de vivir, fantasías autodestructivas, evaluar la posibilidad de quitarse la vida, pensar en la oportunidad, el modo y las consecuencias del suicidio (p.182).

El sufrimiento que las mujeres violentadas experimentan, junto al desamparo, la desesperanza y la percepción de ausencias de salidas (esto tiene que ver con el miedo a más daños si continúa la convivencia y el pavor al acoso si se efectúa la separación), llevan a gran parte de las víctimas a sentirse atrapadas en la relación violenta (Amor et al., 2006).

A su vez, existe una fuerte vinculación entre la sintomatología depresiva y las tendencias suicidas. A través de diversos estudios, se ha podido observar cómo las víctimas de maltrato con intentos de suicidio tienen puntajes más altos en todos los ítems del inventario de depresión de Beck (BDI-II) comparado con mujeres maltratadas sin intentos de suicidio. Entonces, no resulta extraño que una de cada cuatro mujeres que intenta suicidarse sea —o haya sido— víctima de maltrato; sumado a esto, de todas las mujeres que acuden a urgencias por intentos de suicidio, la probabilidad de que sea víctima de maltrato es cinco veces mayor en comparación con las que no lo son (Beck, Steer y Brown, 1996; Houry, Kaslow y Thompson, 2005; Stark y Flitcraft, 1988; Rhodes, Lauderdale, He y Howes, 2002, como se citó en Amor et al., 2006).

Si nos abocamos a Uruguay, el vínculo que hay entre la ideación suicida y el hecho de sufrir o haber sufrido violencia de pareja es algo todavía no cuantificado en este país, no obstante, se está comenzando a realizar investigaciones clínicas sistematizadas con relación a esta problemática; solo se han cuantificado los intentos de suicidio en mujeres víctimas de VPI mediante el registro de las historias clínicas, no por intermedio de un método clínico (Lozano, Salas Rosso & Paullier, 2011, como se citó en Llosa Martínez y Canetti Wasser, 2019).

Sintomatología depresiva

La tasa de prevalencia de depresión en las víctimas de violencia es variado y diversa, puede fluctuar entre el 15% y el 83% (Amor et al., 2006); en promedio, la tasa de

prevalencia de problemas de salud mental entre mujeres maltratadas fue del 47,6% en 18 estudios sobre este cuadro clínico psicopatológico (Golding, 1999).

Cuáles son los síntomas más comunes que se han manifestado en este cuadro clínico:

depresión, poco apetito o voracidad, insomnio o hipersomnia, pérdida de energía o fatiga, disminución de la autoestima, falta de concentración o dificultad para tomar decisiones, sentimientos de desesperanza, escasas relaciones sociales (con familia o amigos/as), verbalizaciones negativas, engañosas o incoherentes, poco comunicativa, sentimientos de culpa, manifestaciones somáticas, intentos de suicidios, tristeza, alto índice de tratamiento psiquiátrico o psicoterapéutico, dificultad para resolver problemas, escasas habilidades sociales, confusión, y comportamiento disociativo (Rubio Castro et al., 2009, p.65).

Por otro lado, se ha podido observar que las mujeres víctimas de maltrato que llevan seis meses o más tiempo sin sufrir este tipo de violencia, presentan un importante decremento de la sintomatología depresiva; entonces, cuando el maltrato —el cual supone el principal motivo de estrés para la víctima de VPI— desaparece, los síntomas depresivos disminuyen notoriamente (Walker y Browne, 1985; Follingstad et al., 1991; Campbell et al., 1995; Surtees, 1995; Orava et al., 1996; Campbell y Soeken, 1999, como se citó en Amor et al. 2006).

Trastorno de estrés postraumático

La investigación sobre el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) y la violencia de pareja se ha focalizado más en el desarrollo de síntomas traumáticos en virtud de la victimización de pareja y como factor de riesgo de revictimización (Pugliese et al., 2013).

Pugliese et al. (2013) citan a los investigadores Dutton et al., (2006), quienes realizaron un estudio para poder indagar cómo los síntomas del TEPT promueven la revictimización, donde hallaron que el afrontamiento desconectado condujo a un mayor riesgo de victimización de pareja en un seguimiento de seis meses. Encontraron que este hallazgo condice con la incapacidad de separarse, las cuales tienen la víctimas de violencia; en otro orden de ideas, investigaciones recientes encontraron asociaciones considerables con el entumecimiento emocional, pudiendo ser este un factor de riesgo imprescindible para la VPI, a causa del agotamiento de los recursos internos, debido al esfuerzo para evitar las emociones vinculadas con el trauma (Birkley, Eckhardt y Dykstra, 2016, como se citó en Pugliese et al., 2024).

Desde otro punto de vista acerca del trastorno, la violencia repetida se entrelaza con períodos donde el perpetrador presenta arrepentimiento y ternura, ocasionando en la mujer

respuestas de alerta y sobresaltos continuos, los cuales guardan correlación con el TEPT (Amor et al., 2006). Los autores mentan que cuanto más reciente sea el último episodio de maltrato, mayor es la intensidad del TEPT, así como también el hecho de que soportar maltrato durante más años, concuerda con mayor grado de inadaptación a la vida cotidiana.

Trastorno de Estrés Post Traumático Complejo (TEPTc)

Este trastorno probablemente no es tan conocido como los otros, ya sea porque la validación de los criterios de diagnóstico no es la misma que estos o porque su sintomatología se asemeja bastante con la del TEPT, sin embargo, algo significativo los diferencia: la perduración de los eventos traumáticos que los ocasionan, siendo los del TEPT “más puntuales” y los del TEPTc más crónicos y prolongados (Pugliese et al., 2024).

Connor y Higgins (2008) cita a Herman (1992), quien define siete de los criterios principales que distinguen al TEPTc:

- 1) Historia de sometimiento al control totalitario durante un largo período (incluye ejemplos de personas sometidas a sistemas totalitarios en la vida sexual y doméstica, como sobrevivientes de abuso doméstico, abuso físico y sexual infantil, o maltrato infantil).
- 2) Alteraciones en la regulación del afecto (incluye disforia persistente, preocupación crónica por el suicidio, autolesiones, ira explosiva o extremadamente inhibida, sexualidad compulsiva o extremadamente inhibida).
- 3) Alteraciones en la conciencia (incluye amnesia o hipermnesia respecto a eventos traumáticos, episodios disociativos transitorios, despersonalización/desrealización, reviviscencia de experiencias traumáticas).
- 4) Alteraciones en la percepción de uno mismo (incluye sensación de impotencia o parálisis de la iniciativa, vergüenza y culpa, autoinculpación, sensación de estigma, sensación de ser completamente diferente a los demás).
- 5) Alteraciones en la percepción del perpetrador, incluyendo preocupación por la relación con el perpetrador, atribución irreal de poder total al perpetrador, idealización o gratitud paradójica, sensación de una relación especial o sobrenatural, aceptación del sistema de creencias o racionalizaciones del perpetrador.
- 6) Alteraciones en las relaciones con los demás (incluye aislamiento y retraimiento, disrupción en las relaciones íntimas, búsqueda repetida de un salvador, desconfianza persistente, fracasos repetidos en la autoprotección).
- 7) Alteraciones en los sistemas de significado (pérdida de la fe que sostiene, sensación de desesperanza y desesperación). (p.2).

En cuanto a la relación entre el TEPTc y la VPI, el trastorno parece estar asociado con estrategias de regulación desadaptativas —por ej. evitación, autoculpabilización, etc—, las cuales pueden ser adaptativas a corto plazo pero interfieren con la adaptación a largo plazo en el contexto relacional más amplio (Karatzias et al., 2018; Poole, Dobson y Pusch, 2018, como se citó en Pugliese et al., 2024). Con esto se refieren a que ciertas estrategias de regulación pueden creerse asertivas en momentos críticos, donde la víctima de alguna forma busca regularizar sus emociones, empero, dichas estrategias si son practicadas regularmente pueden provocar efectos nocivos a largo plazo, entre ellos, puede afectar su relacionamiento social y comunicacional con los demás.

Teorías referidas a la dependencia emocional dentro de la Violencia de la Pareja Íntima y a las repercusiones psicológicas

Teoría del aprendizaje social

Esta teoría sostiene que la persona que ha sido víctima de violencia intrafamiliar o ha estado expuesta a este tipo de patrones de conducta, tiene mayor probabilidad de cometer abusos y agresiones contra la mujer en el ambiente familiar (Pérez-Martínez, Rodríguez Fernández, 2024), asimismo interviene en la tolerancia de la violencia en el caso de las víctimas .

Los modelos de violencia puestos en práctica en la familia son aprendidos e internalizados por sus miembros; esta teoría concibe que la familia no se ha podido consolidar como un espacio donde se pueda solucionar conflictos, donde se pueda tomar decisiones y mucho menos donde se dé una comunicación eficaz entre los miembros de esta. Entonces, se concluye que en el entorno de la familia hay una potencialidad de que se estén creando específicas condiciones para el desarrollo de una futura víctima o de un potencial victimario (Bandura, 1973; Gelles, 1972; Finkelhor et al., 1988; como se citó en Pérez- Martínez y Rodríguez- Fernández, 2024).

Teoría del estrés y afrontamiento de situaciones sociales

Se propone un análisis situacional y contextual de la VCM, basándose en la existencia de situaciones que desencadenan este tipo de violencia como un patrón conductual.

Se toma a la VCM como consecuencia de dos factores esenciales, por un lado está el estrés estructural y la falta de recursos de afrontamiento en el núcleo familiar (esto se relaciona con la teoría anterior); por ejemplo, la relación entre las condiciones socioeconómicas escasas y la violencia familiar y/o de género pueden ser representaciones

de este factor esencial. Por otro lado, el segundo factor se asocia con el uso de agresividad, de la fuerza y de la violencia como norma cultural internalizada en los ciudadanos de determinadas sociedades (Straus et al., 1980, como se citó en Pérez- Martínez y Rodríguez- Fernández, 2024).

Ciclo de violencia e inhabilidad aprendida

Lenore Walker, psicóloga y autora, pionera sobre la investigación de las mujeres maltratadas, entre los años 1979 y 1989 desarrolló una teoría sobre el ciclo de violencia y su relación con lo que Martin Seligman denominó *inhabilidad aprendida* (IA), experimentación que tomó como referencia y base para su teorización. Walker pudo corroborar que si se aplica la IA a las mujeres violentadas, puede pensarse que estas no intentan escapar —aunque, observándose desde el exterior, parezca posible y fácil— porque creen que lo que ellas mismas u otros puedan hacer no modificará sus circunstancias (Ramos Lira, 2002).

Por esto, la mujer no aprende a ser inhábil, sino que aprende el hecho de no poder predecir la eficacia que su conducta tendrá en la situación, lo cual cambiará sus respuestas ante el maltrato (Ramos Lira, 2002); las mujeres con IA acostumbran a elegir respuestas conductuales que tienen resultados más predecibles dentro de la situación conocida, evitando respuestas —por ej. escapar— que las expongan ante lo desconocido.

El ciclo de violencia tiene cuatro fases distintivas, Ramos Lira (2002) cita a su creadora, Walker (1983), y expone:

En la primera fase está presente la tensión, donde la mujer violentada utiliza múltiples estrategias para manipular y controlar factores incitantes a la reacción violenta del perpetrador, por ejemplo, intenta prevenir el enojo del victimario mediante conductas previas que han resultado exitosas, tales como ser complaciente y mostrarse cariñosa; sumado a esto, para, en parte, tratar de justificar el comportamiento agresivo de su pareja, frecuentemente atribuye que es a consecuencia de situaciones externas (“tiene muchos problemas en el trabajo”). En esta etapa la víctima excusa el comportamiento del perpetrador, hace lo que popularmente se conoce como “oídos sordos” ante las advertencias de ajenos, se aísla de quienes pueden ayudarle y resguarda esperanzas de que la situación cambie. La mujer, al permitir que ocurran abusos *menores* para disminuir las probabilidades de que la violencia se agrave, utiliza un arma de doble filo, pues este comportamiento pasivo legitima la creencia del hombre de tener el derecho de abusar de ella. En el progreso del ciclo empeora el abuso verbal y la violencia, a la vez que la tensión aumenta.

La segunda fase es cuando se da el episodio violento, caracterizado por la descarga descontrolada de las tensiones acumuladas en la fase anterior. Entre los sentimientos más comunes que tiene la mujer durante esta fase es que ya es inútil siquiera tratar de escapar, también puede sentirse distante del ataque y del dolor —puede tener que ver con episodios de disociación y de desrealización—, aunque luego pueda recordar los detalles de forma precisa. Psicológicamente se siente atrapada.

La tercera fase se da después del episodio violento, donde el agresor se muestra arrepentido de lo que aconteció, y le pide perdón a la mujer. Suele decirle que la quiere y que no puede controlar lo que le ocurre, también le promete que no va a volver a pasar, trata de mostrarse sincero e indefenso, en ocasiones llora y muestra desesperación, suplicando el perdón de la víctima.

Estos comportamientos resultan en estrategias de manipulación que ejerce el agresor contra la mujer, para que ésta crea que su pareja no va a volver a hacerlo. Él demuestra sentimientos creíbles de arrepentimiento a través del llanto y de súplicas ante una posible negación del perdón de ella, mostrándose “más humano” contrastando con “la bestia” incontrolable en la que se convierte en el episodio violento. Se ve desesperado y con temor a que la mujer lo deje, o a que tome riendas de la situación y llegue a denunciarlo, por lo que busca cobijo en ella, se muestra vulnerable y bueno, tierno y cariñoso, abriendo paso a la siguiente fase, explicitando la dependencia emocional que tienen uno del otro, ella cuidándolo y él pidiéndole perdón.

La cuarta y última fase, es la que apertura el comienzo de un nuevo ciclo, donde la mujer violentada se “engancha” psicológicamente a este perdón y siente esperanzas de nuevo de que la situación se va a revertir. La interdependencia es sólida. En esta fase además está la “luna de miel”, donde la relación parece mejorar, y la tensión y la violencia se perciben lejanas, como parte del pasado; es un periodo tranquilo y benevolente, sin embargo, tarde o temprano, la fase de tensión vuelve a aparecer.

Aunque este ciclo y este modelo tengan bases sólidas y firmes, se las ha cuestionado, desde el hecho de que se cree que puede aplicarse a todas las situaciones de maltrato de mujeres por parte de su pareja, hasta incluso se considera que el modelo favorece la imagen de mujeres victimizadas y pasivas. Además, se lo acusa de psicologizar un problema que tiene más peso existiendo en el sistema social que en la personalidad de estas mujeres, reconociendo otros aspectos, los cuales le impiden a la mujer reconocer y poder abandonar la relación violenta; entre estos aspectos están la situación económica, el miedo a represalias, la falta de apoyo social, etc (Schuller y Vidmar, 1992; Mahoney, 1994; Bowker, 1993 y Stark y Flitcraft, 1996, como se citó en Ramos Lira, 2002).

La teoría de la mujer maltratada

Esta teoría —además concebida como un síndrome— también fue elaborada por Lenore Walker, la cual detalla los síntomas que puede sufrir la mujer que es víctima de violencia durante un tiempo considerable: la psicóloga refiere que la VCM incrementa la agresividad de forma lenta, paulatina y progresiva. Los primeros indicios de violencia se manifiestan por medio de agresión verbal y abuso emocional, incluso pueden presentarse pequeños vestigios de agresión física, tales como cachetadas o apretones en extremidades. La mujer actúa de forma pasiva, provocando el aumento de la agresividad del victimario. Al pasar el tiempo, la conducta agresiva se agudiza (Pérez- Martínez y Rodríguez- Fernández, 2024).

Qué es el Síndrome de la Mujer Maltratada y cuál es el papel que juega la Inhabilidad Aprendida en él:

Los síntomas manifestados por una mujer que sufre el Síndrome incluyen el intento de minimizar la violencia y de vivir por los aspectos positivos de la relación. Ella vive en un estado de gran temor, volviéndose muy sensible a éste cuando la situación se vuelve más violenta, así como a aquellas cosas que preceden a las disputas. El abusador aísla a la mujer y no le permite salir, y ella se vuelve más y más retraída. Pocas mujeres discuten sus problemas aún con la familia cercana por sentir que no se puede hacer nada por su situación. Tienen IA; a medida en que el trauma repetido ocurre, la mujer más aprende que no tiene control (Bristow 1986, citado por Johann, 1994, en Ramos Lira, 2002, pp. 149-150).

Modelo de apego traumático

Se lo considera en contraposición al modelo de Ciclo de Violencia de Walker; fue elaborado por Dutton y Painter en el año 1981, el mismo plantea que uno de los rasgos principales de las relaciones violentas duraderas son el desequilibrio de poder; este rasgo aumenta el apego a un otro abusivo, en este caso a la pareja varón (Ramos Lira, 2002). La autora refiere a que el desequilibrio de poder que se da en este tipo de relación crea una dinámica en la cual la víctima y el victimario se vuelven cada vez más dependientes el uno del otro, y para mantener ese desequilibrio el agresor maltrata a la mujer a través del abuso físico y/o emocional.

Con relación a este modelo, Dutton y Painter en el año 1993 crean el Modelo de Intermittencia (Amor et al, 2006), el cual sostiene que la razón de que el apego aumente entre la mujer maltratada y el perpetrador de dicho maltrato, es el carácter extremo del buen y el mal trato, asimismo se da una yuxtaposición temporal de cada extremo, esto

provocando sufrimiento en la mujer y disminución en su autoestima, causando que la mujer necesite a su agresor, dándose así un vínculo de interdependencia.

Igualmente, sobre este modelo, Ramos Lira (2002) indica que la noción de intermitencia del abuso tiene que ver con que el tratamiento sucede en alternancia negativa-positiva, en otras palabras, el castigo y/o agresión frecuentemente precede al tratamiento positivo; la postura de Dutton y Painter refiere a que la mujer desarrolla este apego intenso hacia el abusador a razón de haber vivenciado conductas negativas y positivas extremas.

La diferencia con el modelo Walker, no es porque sean cíclicas, sino porque ocurren en el tiempo en forma continua: una después de la otra (Ramos Lira, 2002); también la autora menciona que este tipo de vínculo aparece de forma notoria cuando la mujer se separa del abusador y no puede permanecer lejos de él, por lo que vuelve a la relación.

Modelo del castigo paradójico

Yendo más allá de la teoría del Ciclo de la Violencia de Walker, Long y Mc-Namara crearon este modelo en el año 1989, el cual indica que la mujer se mantiene en la situación de maltrato por las contingencias de reforzamiento establecidas en función de un patrón cíclico de interacción que se consolidó en el tiempo; este patrón tiene cinco fases: la formación de la tensión, la posterior descarga de la misma por el maltratador, el consecuente escape de la víctima, el arrepentimiento del agresor, y por último, la vuelta de la víctima a la relación (Amor et al., 2006).

Este modelo se puede explicar a través de términos conductuales de la siguiente forma: el incidente de maltrato (estímulo aversivo) puede convertirse en un estímulo discriminativo del posterior reforzamiento positivo (refiere a que se prevé lo que va a suceder); en pocas palabras, lo que se quiere decir es que después de que finaliza el episodio de maltrato (estímulo aversivo, descarga de la tensión por parte del maltratador hacia la víctima), el agresor demuestra arrepentimiento por su comportamiento ante su pareja, entonces esta ya no es maltratada (maltrato representado como un refuerzo negativo), sino que ahora el maltratador se muestra tierno y cálido con la víctima (representando un refuerzo positivo para ella); concluyendo, dicho maltrato (estímulo aversivo) aumenta en la mujer violentada la necesidad de búsqueda de amor, de afecto y de comprensión, y de forma paradójica y circular, la encuentra en su pareja, a causa del aislamiento en el que se ve inmersa (Amor et al., 2006).

Teorías relacionadas con el proceso de toma de decisiones

Modelo conceptual

En el año 1997 Choice y Lamke elaboran este modelo, el cual supone una integración de múltiples teorías centradas en el proceso de toma de decisiones (Amor et al., 2006).

Choice y Lamke proponen que las mujeres violentadas puedan tomar la decisión de si continuar o concluir la relación en función de la respuesta a dos preguntas claves:

¿Estaré mejor fuera de la relación? y ¿seré capaz de salir de ella con éxito? La primera pregunta estaría modulada por cuatro factores: a) el grado de satisfacción con la relación de pareja; b) la inversión realizada; c) la calidad de las alternativas disponibles; y d) la presión ambiental y familiar para continuar o concluir la relación. La respuesta a la segunda cuestión va a depender de los recursos psicológicos disponibles (p. ej., expectativas de autoeficacia, sentimientos de control, etc.) y de los apoyos comunitarios (sociales, jurídicos, económicos, etc.). Si la mujer maltratada responde negativamente a cualquiera de las dos preguntas, tenderá a continuar dentro de la relación de pareja (Amor et al., 2006, p.133).

Es pertinente desarticular los factores implicados en cada pregunta, en la primera pregunta —¿estaré mejor fuera de la relación?— hay cuatro factores, el primero tiene que ver con el grado de satisfacción con la relación de pareja, la mujer puede evaluar la relación como poco satisfactoria, a causa de los múltiples maltratos que recibe.

El segundo refiere acerca de la inversión realizada, este factor se relaciona con recursos psicológicos (el tiempo invertido en la relación —si la pareja tiene una duración extensa, de años, la probabilidad de que la mujer tome la decisión de abandonarla disminuye—, hijo/as en común, el coste psicológico y emocional que ha provocado cada *perdón* a los maltratos, etc) y los recursos económicos (propiedades compartidas como vivienda, vehículo, etc).

El tercer factor es sobre la calidad de las alternativas disponibles, esto se puede vincular con diversos elementos, tales como la seguridad de poder mudarse a otra vivienda, los recursos económicos con los que cuenta la mujer, etc.

El último factor tiene relación con la presión ambiental y familiar para continuar o concluir la relación, dicho factor implica la influencia contextual que tienen los allegados de la mujer para esta toma de decisión, entonces hay dos posibles circunstancias: que a causa de la presión ambiental y familiar la mujer crea que lo “correcto” es mantenerse en la relación, por causas instaladas socioculturalmente, por ejemplo, “él es bueno, a veces se enoja”, “no es tan grave, deberías perdonarlo”, y en caso de que la mujer tenga

dependencia socioeconómica del agresor: “*tenes* casa y comida, deberías agradecerle”. En contraste a esta posición, los allegados pueden percibir el abuso que sufre la mujer y pueden alentarla a que abandone la relación, y también brindarle ayuda de muchas formas, desde contenerla y darle apoyo emocional para que tome la decisión, hasta brindarle un lugar en el cual alojarse.

Teoría de la trampa psicológica

Expuesta por Strube en el año 1988, formulada inicialmente por Brockner y Rubin en el año 1985, se aplica a mujeres violentadas que no pueden abandonar al agresor. Lo que supone esta teoría es que cuando comienza el maltrato, la mujer maltratada dedica mucho esfuerzo para que la pareja pueda entablar una relación armoniosa; no obstante, en la fase siguiente los episodios agresivos se vuelven más frecuentes e intensos, etapa en la cual la víctima se plantea la posibilidad de poder abandonar la relación. Empero, muchas de las víctimas creen en que hay ciertas probabilidades de que la relación mejore y los maltratos cesen, por esta razón ellas vuelven a invertir aún más esfuerzos para cumplir con el objetivo de poder mantener la relación y que se vuelva más armoniosa. Asimismo, cuanto mayor es el esfuerzo y el tiempo invertido para lograr la relación armoniosa deseada, menor va a ser la posibilidad de que la mujer maltratada abandone la relación de pareja con VPI (Amor et al., 2006; Sánchez, 2016).

Modelo transteórico del cambio

Elaborado por Prochaska y DiClemente en el año 1982, destinado a estudiar el cambio de hábitos dañinos como el tabaquismo o alcoholismo, se aplicó a diversos hábitos y estilos de vida que tienen que ver con la salud y las adicciones. Luego se adaptó al ámbito del maltrato por Brown en el año 1997, centrándose en el análisis de las etapas del cambio por las que pasa la mujer maltratada para apartarse de una relación de pareja violenta (Amor y Echeburúa, 2010; Manjón González, 2012).

El Modelo transteórico del cambio frente a las múltiples técnicas y enfoques terapéuticos, ofrece manejar una concepción dinámica de este proceso que pasa la víctima, ajustando las intervenciones según el momento en el que la paciente se encuentra, organizando prioridades y tareas terapéuticas (Manjón González, 2012).

Este modelo categoriza en cinco etapas el cambio :

1) precontemplación (relación con abuso aceptada): capaz exista un deseo de cambio en la mujer, empero, no se concreta a la hora de realizar nuevas conductas. La mujer puede que le dé poca importancia al problema, tiende a minimizarlo, o lo acepta como

algo inevitable. Mantiene el abuso e intenta enfrentarlo sola. No quiere decir esto que la mujer sea pasiva, incluso lucha para que su pareja cambie, sin embargo, no obtiene resultados eficaces. Lo característico de esta etapa es la aceptación de la relación en la que se produce el maltrato, ya que teme fallar en la relación y no se imagina una vida sin su pareja.

2) Fase de contemplación (relación con abuso cuestionada): en esta etapa es cuando la mujer comienza a cuestionarse este vínculo violento con su pareja, cuestiona la idea de que su pareja vaya a cambiar con el tiempo, y de que valga la pena seguir así. La mujer reconoce el abuso, no obstante, prefiere que sea secreto. Evita sus sentimientos para protegerse a sí misma e intenta de forma constante que el victimario busque ayuda para poder cambiar. A diferencia de la primera etapa, es frecuente que la mujer emplee cambios en su conducta, buscando mayor autonomía.

3) Fase de preparación: esta etapa tiene que ver con la decisión de cambiar la relación; dicho cambio podría ser el de romper la relación, o tratar de modificarla para erradicar la violencia. El elemento caracterizador de esta fase es que la mujer pierde completamente la esperanza de que su pareja cambie; es por esto que ella lucha por una vida sin violencia por sus propios medios, sin esperar la cooperación de su instigador. En este momento es cuando delibera y planifica cuáles son los cambios a implementar.

4) Fase de acción y mantenimiento: en consecuencia de la fase anterior, la mujer comienza a realizar las acciones para el cambio que eligió, ya sea romper la relación o cambiar su relación de pareja. En este período se destacan las estrategias orientadas a la acción y la consiguiente solución de los problemas. Esta fase se divide en tres etapas: la primera se relaciona con el hecho de que, aunque la mujer haya emprendido cambios efectivos para vivir sin violencia, el abuso persiste; la segunda etapa es cuando el abuso se extingue, lo cual habilita sanar de sus efectos; la tercera se denomina "Proseguir la construcción vital", debido a que la recuperación es un proceso que suele llevar largo tiempo (Dienemann et al., 2007, como se citó en Manjón González, 2012).

¿Por qué la mujer se mantiene en una relación de pareja violenta? ¿Qué posibles causas hay para que este vínculo íntimo perdure?

Hay muchas causas que contribuyen a que la mujer permanezca en una relación con violencia psicológica por la VPI, causas que tienen más relación con la víctima y sus recursos psicológicos-cognitivos, o que tienen que ver más con el factor contextual (socio-económico).

Amor et al. (2006) mencionan que hay múltiples características de las mujeres maltratadas que están —no en todos los casos— vinculadas con la permanencia de la

convivencia junto al maltratador. Se tienen en cuenta aspectos cognitivos y emocionales (por ej. el enamoramiento que siente la mujer por el agresor, la dependencia emocional que tiene con él, tener creencias de diferente tipo —creencias muy arraigadas en ella, tal vez impulsadas por familiares o amistades, que incentivan la permanencia de esta en la relación, etc— así como determinadas características de la personalidad y las repercusiones psicopatológicas ya mencionadas); se debe tomar en cuenta que muchas de estas características se deben contemplar como consecuencias del maltrato a través del tiempo y no como antecedentes de él.

Retomando la idea de los aspectos cognitivos, es importante destacar que pueden darse cambios en ellos, tales como manifestar una lealtad paradójica para con el maltratador, o hacer atribuciones causales (“es mi culpa”, “lo saco de quicio, él no es así”, etc) que aumentan sus sentimientos de culpa y de suspicacia. Dichos factores en conjunto contribuyen a que se dificulte que la mujer maltratada busque ayuda externa —concurrir a centros asistenciales que la orienten, acudir a la policía para denunciar, etc—. Es por esto que estas creencias erróneas asociadas a los sentimientos de culpa que tienen estas mujeres deben convertirse en un objetivo terapéutico a la hora de abordarlo (Saunders, 1994; Kubany y Manke, 1995, como se citó en Amor et al., 2006).

En cuanto a los aspectos emocionales, las motivaciones internas y las psicológicas para adaptarse a esta relación, en vez de romper con la misma o defenderse de forma adecuada, son diversas y complejas; entre ellas están las reacciones de la mujer maltratada ante las estrategias puestas en práctica por los maltratadores. Asimismo, presentan reacciones emocionales tales como el miedo, la disminución de la autoestima y el aislamiento, las cuales representan una vivencia continua de indefensión ante los impredecibles estallidos agresivos del maltratador. Todo esto se vincula con la presencia en ella de creencias matrices propias de su identidad de género (creencias instaladas en la sociedad), las cuales tienen que ver con el rol de la mujer con los vínculos afectivos y sobre el amor romántico idealizado. A causa de esto, la víctima va sufriendo paulatinamente una desactivación de los recursos de defensa que en otras situaciones tendría, tal como ocurre en las situaciones traumáticas (Van der Kolk, 1994, como se citó en Diaz-Benjumea, 2011).

Dentro de los factores contextuales, Palmer et al. (2024) citan a Stern et al., (2019), quienes identificaron que la incomprensión del abuso emocional probablemente afecta la percepción individual sobre las causas de la VPI emocional, lo que también podría afectar la capacidad de la mujer para buscar recursos, o el hecho de que limita la capacidad de un profesional de la salud para dimensionar e intervenir en situaciones de este tipo de violencia.

Otra de las características contextuales que están relacionadas con la permanencia de una mujer maltratada en la relación abusiva, tiene que ver con el regreso de ella a la

convivencia junto al victimario luego de una separación. Sobre esto, es sabido que muchas mujeres que se separan del perpetrador están prácticamente condicionadas a volver con él, porque son ellos su única fuente de ingresos económicos, o incluso, cuando están motivadas por otras circunstancias, por ejemplo, la situación de vivienda, situación laboral, etc. (Aguirre, 1985; Anderson, 2003, como se citó en Amor y Echeburúa, 2006).

Sumado a estos factores, hay otros que están intrincadamente asociados con las formas en las que el agresor ejerce la violencia, por ejemplo Sagot (2000) atribuye que la manipulación del agresor y las dinámicas del ciclo de la violencia —como se mencionó, esta teoría sostiene que las relaciones violentas cumplen ciclos repetitivos, donde se presentan fases violentas sucedidas por fases de “luna de miel”, en las cuales la mujer vuelve a generar esperanzas de que el agresor cambie—, son elementos que mantienen a muchas mujeres en un vínculo de pareja violenta durante años; en dicho ciclo, las mujeres no logran ser capaces de distanciarse totalmente en términos afectivos del agresor, y siguen con la esperanza de que se revierta la situación. La dependencia emocional, el amor por el maltratador y la manipulación que este ejerce sobre ella, causan que la mujer se mantenga expectante, siempre esperando que el ciclo no vuelva a repetirse.

Otro factor asociado con el ejercicio de la violencia es que se considera el grado de gravedad de este tipo de conductas violentas, esto refiere a que en los casos donde las víctimas afectadas por niveles considerados *bajos* o *moderados* de violencia, soportan más en el tiempo la convivencia con el perpetrador, e incluso tienden a justificar el maltrato del que son objeto; no obstante, aquellas mujeres que sufren niveles más graves de violencia son las que más quieren abandonar la relación, paradójicamente son las que menos lo hacen (Gottman et al., 1995, como se citó en Amor et al., 2006), lo que puede terminar en consecuencias fatales.

Todos estos factores, algunos en mayor o menor medida, han de estar presentes en algún momento de la relación abusiva, ocasionando la permanencia de la mujer en este vínculo, sin embargo es pertinente citar el que puede que sea el factor en común de muchas mujeres en esta situación:

Johann (1994) menciona que las razones más comunes por las que las mujeres maltratadas no dejan a sus abusadores son principalmente el no tener un lugar seguro a donde acudir, razones económicas, miedo, no hacer planes a largo plazo por estar ocupadas sobreviviendo día a día, experiencias previas de haber intentado o de hecho haberse separado y haber sufrido más violencia, el ser más fácil permanecer en una situación familiar que vivir con el mismo miedo al abuso cuando se han separado del abusador, el que la violencia no pare cuando termina la relación, la esperanza de que el maltratador cambie y el creer que no pueden sobrevivir por sí mismas.

Si bien estas razones han sido sustentadas por investigaciones y estudios clínicos y son de muchísimo peso, Johann propone otra razón que considera sumamente importante para explicar por qué las mujeres se quedan en las relaciones violentas y evitan cooperar con quienes tratan de ayudarlas a parar el abuso. Esta razón sería una de las que, de hecho, muestra la importancia de la intervención emocional y/o terapéutica en estos casos: el amar al hombre “a pesar de todo”. La autora comenta que éste puede ser casi un amor obsesivo en el que el miedo a perder al hombre es más aterradorante que el miedo al abuso al cual la mujer se ha condicionado. Este amor puede prevalecer hasta que el abuso sea tan severo o amenazante a la vida que la mujer se dé cuenta de que tiene que pararlo de alguna forma (Ramos Lira, 2002, pp.140-141).

El amar al hombre “a pesar de todo” menciona la autora, ¿es esperable que la mujer tenga mayor consideración con su pareja, a pesar de los maltratos que recibe por parte de él? ¿Es amor lo que la mujer siente por él, es obsesión o es el miedo a qué será de su vida sin él?

¿Influyen los roles de género y los mandatos sociales en que la mujer permanezca en una relación de Violencia de la Pareja Íntima?

Para este apartado parece pertinente traer la categoría socioantropológica que elaboró Marcela Lagarde, conocida antropóloga, política, investigadora y representante del feminismo latinoamericano; después de unos ocho años de arduo trabajo, salió a la luz un libro que causó gran revuelo, teniendo en cuenta que fue a finales del siglo anterior y a comienzos del actual, momento en el cual los roles de géneros estaban más marcados, y hablar de estos temas era considerado bastante controversial. Debido a esto, Lagarde “escarbó” hasta las raíces del problema que aún sigue pisando fuerte: el patriarcado; procuró buscar entender, a través de estudios e investigaciones socioantropológicas por qué las mujeres, por nuestra condición, vivimos de forma tan distintas a los hombres, y somos víctimas de la opresión.

La primera edición de “Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas” se lanzó en el año 1990, a medida que las investigaciones seguían y se acumulaban experiencias, lanzó otras ediciones. Se realizó observación participante, empero, en una entrevista que le hicieron, Lagarde cuenta “pero lo redefiní como una estancia con las mujeres, fui a estar” (Proyecto Grado Cero AEJ, 2014, 35m27s), mostrando más su lado humano y de sororidad, no reduciendo el trabajo a una investigación, sino haciendo de ella un espacio de involucramiento.

El concepto central es “Cautiverios”, se trata de una nueva categoría que creó Lagarde, la cual da significado y representación del hecho de que las mujeres están

cautivas porque han sido privadas de su autonomía vital —la mujer se considera “madresposa” sin la necesidad de ser madre o esposa, por ser mujer, materna y se vincula de forma conyugal (sin serlo) a través de múltiples relaciones: de amistad, laboral, con su padre, con sus hermanos, etc—, de independencia para vivir —la mujer no se considera “completa” si no tiene pareja masculina—, del gobierno sobre sí mismas —las mujeres son gobernadas por las instituciones y los particulares (los otros)—, de la posibilidad de escoger y de decidir sobre los hechos fundamentales de sus vidas y del mundo (Lagarde, 1990).

Sumado a la idea anterior, en la entrevista Lagarde agrega:

[...] Y entonces cree la categoría "cautiverios", es una palabra que se usa poco en el lenguaje común, pero yo le di el contenido de que es una categoría antropológica ahora, acerca de esa experiencia de la opresión por parte de las mujeres, pero que tiene una ambivalencia permanente, porque por un lado es el mundo en el que se vive, el mundo que legitima la opresión hacia las mujeres, que fomenta la discriminación contra las mujeres, y eso hace que la subjetividad, las mujeres, al ser educadas en esa cultura, en ese mundo, al ser socializadas para vivir en esta sociedad tan desigual para las mujeres y tan injusta, lo viven como algo normal, como algo natural [...] (Proyecto Grado Cero AEJ, 2014, 04m40s).

Es de aquí donde se desprende el concepto de “cautivadas”; en la entrevista, Lagarde da a entender que ante la vivencia de opresión se puede sentir tristeza, enojo y rabia, pero esto no es suficiente para subvertir el orden, porque aparte de que se vive en cautiverio, también lo viven las “cautivadas”; en consecuencia, refiere a las mujeres cautivadas en las ideas que endulzan el mundo patriarcal, las cuales nos hacen pensar que los cánones, las normas, los deberes que nos son impuestos serán los que nos van a conducir a la felicidad (Proyecto Grado Cero AEJ, 2014, 06m33s). Para la mayoría de las mujeres la vivencia del cautiverio significa sufrimiento, conflictos, contrariedades y dolor; pero también hay felices cautivas (Lagarde, 1990).

Desprendiendo la idea de la conceptualización que expone Marcela, teniendo en cuenta a los cautiverios como el mundo que nos rodea y nos oprime, el “deber ser” por medio de mandatos sociales que toman el control de nuestros cuerpos, nuestras relaciones sociales e incluso nuestras capacidades intelectuales y emocionales; se podría pensar entonces que sí influye el rol de género en el mantenimiento de un vínculo de pareja violento, si tomamos en cuenta que los mandatos sociales esperan que la mujer sea sumisa y acate las órdenes de los otros, sin poder gobernarse a sí mismas, entre otras razones que mantienen el silencio de la mujer ante una situación de violencia, dejándola en el orden de lo privado.

Además, Lagarde menciona en otra entrevista lo siguiente:

[...] La desigualdad de género, entre mujeres y hombres. Los hombres nos colocan a todas en un piso patriarcalmente construido, en que nos ponen a competir a unas

contra las otras. Competimos sexualmente, competimos estéticamente, competimos en el saber, competimos socialmente, en la cultura, en la política, en todo [...] (Vidas feministas, 2016, 14m20s).

Sumado a esta idea, es conveniente tener en cuenta *el otro* cautiverio; el primer y segundo significado de la palabra cautiverio son, respectivamente: “privación de libertad en manos de un enemigo” y “vida en la cárcel” (Real Academia Española, s.f., definición 1 y 2). De esta forma, se puede reflexionar acerca de que ambas nociones, a pesar de no significar ni representar lo mismo, entrelazan un factor en común: todas las mujeres vivimos en los cautiverios pero algunas también viven en cautiverio: privadas de libertad por coacción de sus parejas violentas, que a través de distintas formas de control las mantienen aisladas, quitándoles la libertad, así como también convierten la casa en su propia cárcel.

Díaz-Benjumea (2011) reconoce el hecho de pertenecer al género femenino como uno de los factores causales implicados en relaciones abusivas. Ligado a la privación de la autonomía vital y de la dependencia para vivir (Lagarde, 1990), se menciona que la mujer se identifica con el polo de la dependencia del reconocimiento del otro, perdiendo la perspectiva de su propia autonomía (Díaz-Benjumea, 2011). Los mandatos sociales vendrían a ser las vías por las que los ideales de género se internalizan en la población (Díaz-Benjumea, 2011), y entre los ideales del género femenino está la valoración de entrega y del cuidado del otro, asimismo como la empatía para captar las necesidades ajenas y la capacidad de mantener relaciones afectivas.

Esto corrobora una vez más —pese a las dos décadas de diferencia que hay entre un planteamiento y el otro— que ambas autoras consideran los mandatos sociales y los roles de género como opresores de la mujer, poniendo por delante siempre los intereses de los demás y olvidándonos de los propios, tratando de que las relaciones afectivas funcionen —en este caso las de pareja íntima— a pesar de sufrir violencia, por miedo a sobresalir y transgredir las expectativas socio-culturales sobre lo que se espera de ella.

Sobre esta temática, Sagot (2000) enuncia que hay diversos miedos que impiden que las mujeres maltratadas puedan abandonar la relación violenta, estos relacionados con los mandatos de madre y esposa —análogo al concepto de Lagarde—, y los roles tradicionales de género. Las mujeres temen que su accionar para salir de la relación provoque dejar a los hijo/as sin padre, a quedarse solas, a no poder abarcar sola las responsabilidades del hogar, a separar a la familia y a la censura de la misma, asimismo le tiene miedo al escándalo, al chisme, y más que nada a lo desconocido, y a los cambios que sus decisiones acarrearían.

Todos estos temores atentan contra los mandatos sociales esperables sobre la familia y el matrimonio: si la mujer termina con la relación, provoca que sus hijo/as se queden sin padre y separa a la familia —según el mandato social, la mujer debería soportar

los maltratos de su pareja con tal de mantener la familia unida, ocupando una posición pasiva e invalidando y minimizando lo que está viviendo—, también teme a quedarse sola, a no poder abarcar las responsabilidades del hogar, y a las reacciones de los demás.

Es pertinente tomar en cuenta que los mandatos sociales de la época en la que Montserrat Sagot publicó el libro, año 2000, pueden considerarse más severos que los actuales, se consideraba que una mujer no estaba “realizada” antes del matrimonio, mucho menos se la consideraba capaz de ser, lo que se conoce popularmente como “cabeza de familia”; además, abandonar a su pareja la convertía en foco de un escándalo y en el tema principal de los chismes, cuando la mujer debía —y aún debe— cuidar su imagen pública y no alterar ni transgredir su cometido: ser madre y esposa, sin excepciones.

¿Cómo la mujer podría abandonar una relación de Violencia en la Pareja Íntima?

Sagot (2000) desarrolló una noción denominada “Ruta Crítica”, dicho término refiere a un proceso que se construye a partir de la secuencia de decisiones tomadas y acciones ejecutadas por las mujeres afectadas por la violencia intrafamiliar, y las respuestas encontradas en su búsqueda de soluciones; con este concepto se reconstruye la lógica de las decisiones, acciones y reacciones de las mujeres afectadas, así como la de los factores que intervienen en ese proceso.

El adjetivo “Crítica” puede tener más de una interpretación, por ejemplo puede relacionarse con los obstáculos que se encuentran en dicha ruta, asimismo que transitarla implicará múltiples desafíos y probablemente una transformación subjetiva de la mujer que emprende este camino. En el libro, Montserrat Sagot expone numerosos testimonios de mujeres que habían pasado o estaban pasando por una situación de violencia en la pareja —denominada en ese momento violencia intrafamiliar—, donde dan cuenta de diversos factores que influyen en la permanencia de la mujer en este tipo de relación.

Lo que compete en este apartado específicamente, es cuando Sagot (2000) habla acerca de los factores que impulsan a las mujeres a salir de una relación de violencia en la pareja íntima, y subdivide esta noción en dos categorías:

Factores impulsores internos (razones y sentimientos)

Estos se relacionan con los sentimientos, representaciones sociales, procesos personales y razonamiento de las mujeres; dichas mujeres que están dentro de una relación con VPI deben desarrollar diversas estrategias para su sobrevivencia, entre ellas están mantenerse pasiva, callarse y más que nada “tratar de no provocar”; en otros casos también recurren a hombres de la familia (padres, hermanos, etc) para que “llamen la atención del agresor”. Cuando las víctimas razonan que las estrategias son poco efectivas, o no

funcionan bien debido a que el comportamiento del agresor es impredecible, es cuando empiezan a desarrollar otras acciones de búsqueda de ayuda.

En este momento se da el comienzo del proceso de toma de decisiones, el cual ya fue mencionado para entender, a través de diversas teorías, cómo se puede desarrollar; dicho proceso puede extenderse durante años.

Sagot (2000) define este proceso como el momento en que la víctima debe convencerse de que el agresor no va a cambiar su comportamiento violento, ni va a cesar a pesar de las estrategias de supervivencia, siendo este el primer paso para impulsar a las mujeres víctimas de violencia a buscar otras soluciones. Esto condice con que las mismas reflexionan sobre las implicancias en la relación, además de lo que viven y su destino; es así entonces que llegan al convencimiento de que los recursos personales de sobrevivencia se acabaron —esto incluye los desafíos emocionales, además de los recursos psíquicos y personales que se ponen en juego—.

La autora refiere sobre que algunas de las entrevistadas mencionaban que jugó un papel importante el estado de ánimo para impulsarlas, por ejemplo momentos de saturación que causaban sentimientos de nerviosismo y malestar, provocando disconformidad y ganas de transformar su vida cotidiana. Sagot (2000) agrega que es fundamental para esta toma de decisión que la mujer maltratada se ponga metas y proyectos propios, junto con la esperanza de poder tener una mejor calidad de vida, pudiendo desarrollar sus potencialidades —las cuales quedaron empañadas y en las sombras, luego de ser víctima de maltratos, provocando en ella baja autoestima y poca confianza en sí misma y sus destrezas—; este proyecto no solo impulsa a la toma de decisiones sino que además, ayuda a ejecutar acciones.

Estos procesos personales generalmente son reforzados y/o tienen interacción con los denominados factores impulsores externos; es decir, el procedimiento de la ruta crítica puede ser únicamente explicado si se posiciona a las mujeres en un contexto específico que incide directamente en la construcción de su subjetividad (Sagot, 2000).

Factores impulsores externos (la fuerza del contexto)

Los maltratos que reciben las víctimas, en cualquiera de sus diversas manifestaciones, se presentan como el principal factor impulsor externo en la ruta crítica. Generalmente, el aumento de la violencia, la aparición de otros tipos de violencias, tales como la violencia sexual, o la violencia patrimonial que se ve reflejada en situaciones donde la mujer puede perder bienes —de los cuales se apodera el agresor—, o también la negación del victimario de cubrir gastos familiares, todo esto influye en que la mujer inicie una ruta de búsqueda de ayuda (Sagot, 2000).

La autora destaca que en muchos casos de relaciones violentas, la violencia se extiende hacia las hijas e hijos de la pareja (violencia intrafamiliar) o incluso a otros miembros de la familia, hecho por el cual las mujeres reaccionan e intentan proteger a sus hijas e hijos de su figura paterna agresiva; asimismo, en otros casos sucede que la mujer siente mucha frustración, malestar y miedo a causa de la violencia que vivencia, es cuando estos sentimientos se proyectan en sus hijas e hijos, por lo que decide hacer lo posible para revertir esta situación y alejarlos de ese contexto.

Existe otro factor que es sumamente importante para que la mujer pueda salir de la relación violenta, este tiene que ver con las redes de sostenibilidad, es decir el respaldo de seres queridos. De esta manera enfrentan la situación de otra forma, ya que dicho apoyo le proporciona fuerzas, así como seguridad emocional, seguridad física y seguridad económica. Para ilustrar mejor estas seguridades, se encuentran respectivamente los siguientes ejemplos: la primera representa palabras de aliento, sostenibilidad emocional, darle consejos, etc; la segunda puede darse cuando se le brinda alojamiento para que no siga compartiendo vivienda con el agresor, también pueden acompañarla a realizar la denuncia contra este, o cuidar de sus hijas e hijos, etc; la última se basa en la posibilidad de brindarle dinero para comprar alimentos o artículos de higiene para ella —y para sus hijas e hijos, si los tiene—, etc (Sagot, 2000).

Acerca de este factor, la autora adiciona que en los países o comunidades donde las alternativas sociales de atención escasean, los factores impulsores se asocian más con las fortalezas individuales y con el apoyo familiar que con la intervención de las instituciones policiales, legislativas, judiciales, médicas, etc. Las mismas, en el momento que fueron recogidos los testimonios, no tenían la preparación teórica ni práctica adecuada para tratar este tipo de casos, por la falta de sensibilización y concientización social esperable. Sin embargo, en otros países se pudo desarrollar una respuesta social institucional mayor, representando una apertura a la visibilización y a la condena pública VCM, percibido además como otro factor impulsor externo.

En la vida de una mujer violentada, los factores impulsores internos y externos están asociados estrechamente, y se refuerzan de manera mutua, de forma que los factores externos (influencias) producen cambios en los factores internos (procesos internos), a su vez, estos procesos provocan que en un momento específico las mujeres mejoren en la capacidad para hacer uso de los recursos externos existentes (Sagot, 2000).

Factores determinantes de la Ruta Crítica

Para que el proceso de Ruta Crítica se considere exitoso, se debe producir una interacción entre los factores impulsores externos —elementos contextuales— y los factores

impulsores externos —elementos personales—, los cuales se refuerzan mutuamente. Recapitulando, estos factores tienen que ver con el fortalecimiento personal de las mujeres y la decisión para ponerle fin a la relación violenta, además del apoyo de familiares y amistades. Asimismo, debe encontrar información precisa que la guíe en este camino, por ejemplo, el conocimiento de leyes que la amparen en esta situación.

No obstante, todos estos factores serán eficaces si la intervención estatal es eficiente, pudiendo responder de forma efectiva a las necesidades de las mujeres. Se espera que el Estado la proteja a ella, a sus hijas e hijos, que se sancione la pena correspondiente al agresor, y se defiendan los derechos materiales, patrimoniales y económicos de las mujeres afectadas.

Conclusiones

Los materiales bibliográficos hallados acerca de la temática fueron muy fructíferos y expidieron datos que resultaron fundamentales para comprender qué ocurre y cómo son las dinámicas en este tipo de vínculo. La violencia en la pareja íntima, en especial la violencia psicológica, se desarrolla de forma insidiosa y sutil, la cual muchas veces no es percibida como un tipo de violencia, ya que en dichas dinámicas se recrean conductas pertenecientes a las convenciones de los roles de género, dinámicas que la cultura patriarcal avala; en el caso de los hombres, son quienes rechazan y subordinan todo aquello que es socialmente femenino, en el caso de las mujeres, siguiendo el rol de género predeterminado, se espera de ellas actitudes pasivas y conciliadoras, minimizando la magnitud que implica el accionar violento del agresor.

Se pudieron recoger muchas evidencias de que dentro de la Violencia en la Pareja Íntima, la violencia psicológica suele ser la más común. Se encontró que el 70% de las víctimas —tanto de violencia física como de violencia emocional—, quienes fueron víctimas emocionales tuvieron un efecto negativo aún más profundo que aquellas que sufrieron violencia física; incluso en muchos casos se considera a la violencia psicológica como el primer peldaño para escalar a la violencia física.

La violencia psicológica dentro de la VPI se manifiesta de innumerables formas, como lo son la desvalorización continua por parte del instigador contra su pareja, intentos de restricción y comportamientos coercitivos que buscan aislar a la mujer y controlar sus acciones, asimismo los victimarios las culpabilizan de su accionar violento, como si ellas fueran provocadoras y merecieran el maltrato vivenciado.

Las víctimas de violencia psicológica dentro de la VPI presentan diversos problemas de salud, entre ellos están los síntomas somáticos fisiológicos, que van desde dolores de

cabeza y alteraciones en el sueño, hasta problemas gastrointestinales y enfermedad cardíaca.

Por otro lado, la sintomatología más persistente tiene que ver con las reacciones psicológicas adversas, algunas veces causando en la víctima entumecimiento emocional, estado en el que ella presenta ausencia de sentimientos u emociones, ocasionado por el esfuerzo que realiza para evadir el dolor emocional que produce sufrir este tipo de relación violenta y traumática.

Dentro de los padecimientos más comunes están la baja autoestima y/o sentimientos de culpa. Dicha sintomatología puede escalar a padecimientos más severos, tales como la ansiedad excesiva o incluso tendencias suicidas. Estos padecimientos severos se pueden volver aún más nocivos y crónicos, mientras la mujer permanezca mayor tiempo en la relación, desencadenando en trastornos como la depresión, el trastorno de estrés post-traumático y el trastorno de estrés post-traumático complejo.

En cuanto a la perduración del vínculo, se pudo verificar la existencia de múltiples elementos incidentes para que la mujer se mantenga en el mismo. A través de los comportamientos controladores el hombre aísla a la mujer, muchas veces la puede alejar de sus amistades, incluso de su familia; es cuando ella comienza a sentirse sola, puede que presente dificultades en sus habilidades sociales debido al aislamiento, a su vez, siente vergüenza, entonces se obstaculizan las oportunidades de que ella pueda buscar ayuda.

Retomando la idea sobre el sentimiento de vergüenza y los sentimientos de culpa, donde la víctima, respectivamente, se siente humillada e incompetente, así como inferior en comparación de los demás, es pertinente esclarecer que estas sensaciones aparte de estar presentes en la víctima durante la vivencia en la relación violenta, cabe la posibilidad de que lo estén también en el momento donde ella toma la decisión de abandonar la relación de pareja íntima violenta, a causa de que deberá transgredir normas autoimpuestas —las cuales realmente se encuentran en los mandatos sociales y los roles de género— pero están sumamente internalizadas en las mujeres, por lo tanto, da la sensación de que son propias.

A saber, los mandatos sociales y los roles de género conciben que la mujer tiene la obligación de interponer las necesidades ajenas por encima de las propias, asimismo debería ser capaz de mantener la relación afectiva, ya que “el amor debe ser eterno” —a pesar de ser víctima de violencia—, porque si ella logra salir de la relación, será víctima de estigmatización, la cual es propagada por la sociedad patriarcal, y ella queda encasillada en ser la culpable de “romper la familia”, de volver un “problema del hogar” (es desde aquí de donde se desprende la noción de violencia doméstica) un “problema público”, a causa de que esta problemática no debería salir al exterior y traspasar las paredes de la casa; sin embargo, aunque traspase las paredes en sentido figurado, por ejemplo en alguna situación

donde un vecino escuche agresiones verbales por parte del victimario, este puede optar por una posición pasiva, condictiendo al blindaje patriarcal, y de esta forma evadir la intervención en este conflicto; no obstante, tal vez sea el mismo vecino quien luego tome una posición activa y juzgue a la mujer, en caso de que ella abandone a su pareja violenta.

La mujer a la hora de tomar la decisión de abandonar la relación deberá tener en cuenta ciertos factores, tanto internos como externos, para que impulsen el accionar y pueda apartarse de este vínculo. Los factores internos se asocian con los recursos psíquicos que tiene la mujer, el valor y la fuerza de voluntad al tomar la decisión, los desafíos emocionales a enfrentar, etc. Con respecto a los factores externos, uno de los principales elementos que repercuten en que la mujer tome la decisión de abandonar la relación, es la violencia en sí, la cual se ejerce contra ella y puede que también contra sus hijas e hijos, por lo tanto se acumula la frustración que siente por estar vivenciando esta situación y a la vez toma autorresponsabilidad de exponerlo/as a esto. Entre los fundamentales factores a tener en cuenta está la red de sostenibilidad, ya sea amigos, familia o vecinos que puedan brindarle apoyo emocional, y/o apoyo económico, en los casos que la mujer depende económicamente de su pareja. Además, influye directamente los conocimientos e información a la que pueda acceder, así como un Estado presente que la respalde.

Epílogo

Recapitulando todo lo expuesto, creo oportuno concluir el trabajo con “algo mío”, siendo esto lo que me provocó elegir esta modalidad. Hacer un ensayo académico sobre esta temática removi6 sentires en mi.

No todas hemos sufrido violencia en la pareja íntima, pero creo que no es casualidad que todas sí sepamos sobre un caso...

Hago hincapié en la importancia de mantener vínculos fuera de la pareja, me refiero a la familia o las amistades que están antes de la relación de pareja, durante y después. Creo fundamental la sostenibilidad de afectos que nos son recíprocos.

Asimismo, pienso que la formación y el conocimiento sobre la temática ha incrementado exponencialmente, lo cual resulta productivo para que haya recursos específicos, sirviendo estos en materia policial, legal y judicial, los cuales servirán de amparo para la mujer. No obstante, queda un largo trecho por recorrer, ya que el conocimiento, las leyes y las penas, no garantizan la total seguridad de la mujer, menos aún en casos de violencia psicológica. Espero que en un futuro haya más protección y visibilización de este tipo de violencia, sensibilización y concientización sobre la misma, la

cual en el imaginario social resulta “no tan grave”, sin embargo es la más común y la que puede dejar secuelas graves en la psiquis de la mujer.

No todas sufrimos violencia en la pareja íntima, pero muchas —sino todas— somos oprimidas por ser mujeres, inferiorizadas y subordinadas por el hombre, instigadas a ser más comprensivas o tolerantes porque “ellos son así”, empedernidas esperanzadoras de un cambio por parte de él que no llegó, no llega, ni va a llegar. Tal vez sea momento de enfrentarnos a la cruda realidad: la violencia está a la orden del día, presente en todas las áreas. De forma que, si hay veces que incluso el Estado está ausente, las riendas debemos tomarlas nosotras. Con esto no aludo a que sea nuestra responsabilidad, pero sí a no permitir que sobrepasen nuestros límites y poder detectar a tiempo actitudes perjudiciales esporádicas que pueden escalar a violencia psicológica constante.

Expreso especial agradecimiento por el apoyo en este camino de realizar el trabajo final de grado a mi madre, a mi familia —me siento muy honrada de ser la primera estudiante universitaria en culminar la carrera— y a mis amigas, especialmente a Antonella y Luna.

Referencias

- Amor, P., Bohórquez, I. A., y Echeburúa, E. (2006). ¿ Por qué ya qué coste físico y psicológico permanece la mujer junto a su pareja maltratadora?. *Acción psicológica*, 4(2), 129-154. <https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030758006.pdf>
- Amor, P., y Echeburúa, E. (2010). Claves Psicosociales para la Permanencia de la Víctima en una Relación de Maltrato. Psychosocial Keys for the Permanence of the Victim in an Abusive Relationship. *Clínica*, 1(2), 97-104.
<https://pdfs.semanticscholar.org/c4b6/be91da7534ef80b3ca8d4185d54bb924ddc8.pdf>
- Añón, M. (2016). Violencia con género. A propósito del concepto y la concepción de la violencia contra las mujeres. *Cuadernos Electrónicos de Filosofía del Derecho*, 33, 1-26. <https://doi.org/10.7203/CEFD.33.8257>
- Connor, P. y Higgins, D. (2008). The “HEALTH” model - Part 1: treatment program guidelines for Complex PTSD. *Sexual & Relationship Therapy*, 23(4), 293-303.
<https://doi-org.proxy.timbo.org.uy/10.1080/14681990802342617>
- Costales Zavgorodniaya, A. I., y Argüello Yonfá, E. D. (2023). Somatización, ansiedad y depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja íntima. *Interdisciplinaria*, 40(1), 172-189. <https://dx.doi.org/10.16888/interd.2023.40.1.11>
- Díaz-Benjumea, M. D. J. (2011). Mecanismos psíquicos implicados en la tolerancia de las mujeres al maltrato. Un enfoque de subtipos de mujeres maltratadas. *Aperturas psicoanalíticas: Revista de psicoanálisis*, 3(37).
<https://aperturas.org/articulo.php?articulo=0000696&a=Mecanismos-psiquicos-implicados-en-la-tolerancia-de-las-mujeres-al-maltrato-Un-enfoque-de-subtipos-de-mujeres-maltratadas>
- Golding, J. M. (1999). Intimate partner violence as a risk factor for mental disorders: A meta-analysis. *Journal of Family Violence* 14, 99-132.
<https://doi-org.proxy.timbo.org.uy/10.1023/A:1022079418229>
- Lara-Caba, E. (2019). Autoestima en las mujeres víctimas de violencia por la pareja íntima. *AULA Revista de Humanidades y Ciencias Sociales*, 65(5), 9-16.
<https://repositorio.unphu.edu.do/handle/123456789/2623>

- Llosa Martínez, S, y Canetti Wasser, A. (2019). Depresión e ideación suicida en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 9(1), 138-160. <https://doi.org/10.26864/pcs.v9.n1.1>
- Lagarde, M. (2005). *Los cautiverios de las mujeres: Madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Manjón González, J. (2012). Psicoterapia Ambulatoria con Mujeres Víctimas de Violencia de Pareja: Una propuesta desde el Modelo Transteórico del Cambio. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 32 (113), 83-101. <https://dx.doi.org/10.4321/S0211-57352012000100007>
- Palmer, M. L., Keilholtz, B. M., Vail, S. L., & Spencer, C. M. (2024). The relationship between emotional intimate partner violence and other forms of violence: A metaanalytic review. *Family Process*, 63(4), 2291-2307. <https://doi.org/10.1111/famp.12992>
- Pérez-Martínez, A., y Rodríguez-Fernández, A. (2024). La violencia contra la mujer, una revisión sistematizada. *Universitas-XXI, Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, (40), 139-158. <https://doi.org/10.17163/uni.n40.2024.06>
- Proyecto Grado Cero AEJ (2014, diciembre de 16). *Los cautiverios de las mujeres Entrevista a Marcela Lagarde*. [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=n5GWayZ6zTU&t=393s>
- Pugliese, E., Visco-Comandini, F., Papa, C., Ciringione, L., Cornacchia, L., Gino, F., Cannito, L., Fadda, S. y Mancini, F. (2024). Understanding Trauma in IPV: Distinguishing Complex PTSD, PTSD, and BPD in Victims and Offenders. *Brain Sciences*, 14(9), 1-21. <https://doi.org/10.3390/brainsci14090856>
- Quintero Calderón, D. y Bula Romero, J. (2023). Entramados de violencia íntima de pareja: una revisión integrada de la literatura. *Revista Salud Uninorte*, 39(2), 676-716. <https://doi.org/10.14482/sun.39.02.194.522>
- Ramos Lira, L. (2002). Reflexiones para la comprensión de la salud mental de la mujer maltratada por su pareja íntima. *Revista de Estudios de Género. La ventana*, 2(16), 130-181. <https://www.redalyc.org/pdf/884/88432175008.pdf>

- Real Academia Española. (s.f.). Cautiverio. En Diccionario de la lengua española. Recuperado en 28 de abril de 2025, de <https://dle.rae.es/cautiverio>
- Rodríguez Franco, López-Cepero y Rodríguez- Díaz. (2009). Violencia doméstica: una revisión bibliográfica y bibliométrica. *Psicothema*, 21(2), 248-254. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72711654012.pdf>
- Romero, I., (2004). Desvelar la violencia: una intervención para la prevención y el cambio. *Papeles del Psicólogo* , 25(88), 19-25. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77808803.pdf>
- Rubio Castro, A.; Gil Ruiz, J.M., Paz Rodríguez, J. I., Peralta López, E., Alonso Hernández, C y Gila Ordóñez, P. (2009). *Intervención profesional en mujeres víctimas de violencia de género en el ámbito de la educación*. Dirección General de Violencia de Género. Consejería de Igualdad y Bienestar Social. Junta de Andalucía.
- Safranoff, A. (2017). Violencia psicológica hacia la mujer: ¿cuáles son los factores que aumentan el riesgo de que exista esta forma de maltrato en la pareja?. *Salud colectiva*, 13(4), 611-632. <https://doi.org/10.18294/sc.2017.1145>
- Sagot, M. (2000). *Ruta Crítica de las mujeres afectadas por la violencia intrafamiliar en América Latina (Estudios de casos de diez países)*. Organización Panamericana de la Salud, Programa mujer, salud y desarrollo.
- Sánchez, H. (2016). Los estilos de apego en mujeres con y sin violencia conyugal. *Revista de investigación en psicología*, 19(1), 35-49. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i1.12444>
- Valdés Barraza, P., Cuadra-Martínez, D., Vigorena Mendieta, F., Madrigal Barahona, B., y Muñoz Avello, B. (2023). Violencia contra la mujer: estudio cualitativo en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Liberabit*, 29(1), 1-22. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n1.685>
- Vidas feministas. (2016, agosto 29). *Marcela Lagarde de los Ríos*. [Video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=JZbOttmKQPY&ab_channel=VIDASFEMINIS