

El impacto de la violencia emocional en la salud de las mujeres

Marta E. Solórzano M.

***“Enfermar es más que un hecho biológico
y sanar más que un hecho médico.
Enfermarnos y sanarnos es un entramado
de relaciones personales y sociales.
Es un contexto político y cultural”. Ana Arroba***

Palabras descriptoras:

Violencia emocional, Violencia contra las mujeres, Género.

RESUMEN

Este artículo tiene como objetivo sensibilizarnos con la problemática de la violencia emocional, que se disfraza entre los diagnósticos médicos, por los que son atendidas las mujeres en los centros de salud y por los que fallecen de forma silenciosa.

Este tipo de violencia es justificada e invisibilizada por las mujeres sobrevivientes, porque es sutil y sus efectos inmediatos como el dolor moral, el miedo, la rabia, la falta de autonomía y pobre autoestima, dañan la salud física y emocional; algunas fallecen esperando un futuro mejor y algo mágico que hará cambiar a su pareja.

La violencia emocional incluye el maltrato verbal, caracterizado por gritos, burlas y críticas malintencionadas. También amenazas de abandono, separación y muerte.

INTRODUCCIÓN

La violencia contra las mujeres es un problema de salud pública. A pesar de los esfuerzos realizados para disminuir los índices, éstos van en aumento. En un estudio realizado entre los años 1990 al 1999, se registra un promedio de dos femicidios mensuales en el país. En el 2006 se conoce de 37 mujeres fallecidas por sus compañeros sentimentales. La Delegación de la Mujer atiende cerca de 6000 consultas al año. En una encuesta realizada por la Universidad de Costa Rica en el año 2003 a mujeres mayores de 18 años de edad, se obtuvo el siguiente resultado: el 30% fue empujada, agarrada, le torcieron el brazo; el 27,9% fue tocada sexualmente contra su voluntad, el 34,8% contestó que su pareja se molesta si habla con otros hombres, el 24,6% es limitada en cuanto al contacto con su familia. El 49,6 % reporta violencia psicológica o emocional. El lugar más inseguro es la casa y el 90% contestó que fue su pareja quien las pateó o abofeteó.

Este panorama exige duplicar esfuerzos para trabajar con las mujeres que solicitan intervención y acompañamiento en los Servicios de Trabajo Social de la Caja Costarricense de Seguro Social.

El artículo se fundamenta en la teoría de género y el feminismo, para explicar la violencia emocional que enfrentan las mujeres y cómo este problema ha desbastado su salud física y emocional.

Presenta algunas definiciones de conceptos como “violencia contra las mujeres”, “violencia emocional” y “salud”. Explica brevemente cómo el

movimiento feminista conceptualiza la violencia contra las mujeres como un problema de poder, que viola los derechos humanos básicos.

Se describen algunos efectos de este tipo de maltrato en la salud física y emocional de las mujeres; se expone, a manera de ilustración, algunas historias de vida y se concluye con las consideraciones finales.

Violencia contra las mujeres:

La Convención de Belem do Pará (1994:2) define la violencia contra las mujeres “como una ofensa a la dignidad humana y una manifestación de las relaciones de poder históricamente desiguales entre los hombres y mujeres que trasciende todos los sectores de la sociedad, independientemente de su clase, edad o religión”. Es importante rescatar este concepto porque por mucho tiempo se ha denominado a la “violencia intrafamiliar” como sinónimo de la violencia que viven las mujeres. Como dice Carcedo, confundir violencia contra las mujeres con violencia intrafamiliar oculta el carácter de poder desigual entre géneros que se esconde detrás del problema, esas relaciones de poder desigual que es lo que la convierte en violencia contra las mujeres y la distingue de otras formas de violencia (Carcedo, 2001).

En la segunda mitad del siglo XX el movimiento feminista conceptualizó la violencia contra las mujeres como un problema de poder, o sea el desbalance de poder entre los géneros (Carcedo y Molina: 2001).

La desigualdad de género es el factor fundamental para explicar las variaciones en incidencia y prevalencia del maltrato contra la mujer (Valle: 1999). La autora expone que las mujeres agredidas en su mayoría presentan dificultad para establecer relaciones de confianza, algunas veces presentan trauma emocional y psicológico, también desarrollan problemas en las relaciones interpersonales.

La violencia se extiende más allá de los comportamientos violentos. Incluye valores, creencias y actitudes aprendidas que se transmiten de generación en generación, es una

realidad que ha sido ocultada por el sistema, que ha considerado la violencia contra las mujeres como un acto privado y legitimado. Este proceso de legitimación se inicia con el aprendizaje de roles estereotipados en la familia, y que son reforzados por las instituciones como la iglesia, la escuela, grupos comunales y medios de comunicación.

Como lo expone Sau (1998), el género se aprende por vía cognitivo-emocional en la familia y aledaños, cognitivo-social en la escuela y social-cognitivo en el medio social.

Respecto a las mujeres, la mayoría de las instituciones las perciben como agentes pasivas no incorporadas al proceso de producción. Los Programas de Salud ponen énfasis a su rol reproductivo, como intermediarias de servicios para la familia, dando prioridad al desarrollo de áreas como la salud materno-infantil, se les asigna el rol de agentes de salud en sus casas y en la comunidad, adquiriendo mayores responsabilidades y cargas de trabajo. Se pasan por alto intereses importantes como: salud en general, mala nutrición, carencia de servicios de información y manejo adecuado de su salud, pasando por alto el concepto de de la O.M.S., que define la salud como “un óptimo bienestar físico, mental o social”, no es la simple ausencia de enfermedad, es una construcción social relacionada con aspectos económicos, sociales y culturales que son de naturaleza colectiva (Lizana: 1993). En síntesis gozar de salud no significa evitar la muerte, sino llenar de felicidad y bienestar la vida de todos.

La violencia contra las mujeres es un problema grave, cuya detección, atención y prevención, así como la transformación de los patrones que la originan, constituyen un reto y una prioridad en los planes y programas de protección y fortalecimiento de los derechos humanos básicos, como es el derecho a vivir libre de violencia y a no ser golpeadas ni humilladas.

Las repercusiones de la violencia sobre la calidad de vida de las mujeres son complejas y comprenden daño físico y emocional. El impacto negativo sobre la calidad de vida se hace evidente a través de las adicciones, los intentos de suicidio, los frecuentes internamientos, las enfermedades recurrentes, dificultades en el desempeño académico y laboral entre otros (Plan Nacional para la Atención y la Prevención de la Violencia Intrafamiliar 1996-1998).

Violencia de Pareja

En la experiencia de intervención profesional con las mujeres, es común escuchar en sus relatos que no enfrentan violencia con su pareja, y lo que las motiva a solicitar ayuda es la “infidelidad” de su cónyuge o compañero. La infidelidad en los varones es aceptada en la sociedad patriarcal como inherente a su condición, pasa inadvertida y es invisibilizada por las mujeres, muchas hasta se culpan con expresiones como: “yo no lo chineaba”, “no hacía lo que él decía”, aceptan que se sienten merecedoras del maltrato y del engaño. Este problema pasa tan inadvertido que la misma “Ley contra la Violencia Doméstica” lo invisibiliza, confabulándose también la violencia estructural y la revictimización en cada una de sus historias de vida. Es necesario desmenuzar con ellas cada episodio violento y traducir la manipulación, la degradación, control, amenazas e intimidación que enfrentan para que encaje en lo que define la Ley como “violencia psicológica o emocional” y puedan hacerse acreedoras de la protección.

La violencia emocional comprende una serie de conductas verbales como insultos, gritos, críticas permanentes, desvalorización y amenazas; la mujer sometida a estos estados emocionales sufre una progresiva debilitación psicológica.

La Ley contra la Violencia Doméstica (1996:2) la define como acción u omisión destinada a degradar o controlar las acciones o comportamientos, creencias y decisiones de otras personas por medio de la intimidación, manipulación, amenaza directa o indirecta, humillación, aislamiento o

cualquier otra conducta que implique perjuicio en la salud psicológica, la auto-determinación o el desarrollo personal.

Escudriñar las historias de vida de las mujeres, es un proceso que identifica y pone nombre a cada tipo de violencia que enfrentan.

La autora ha analizado la violencia emocional porque se justifica y es el común denominador en todo tipo de violencia: física, verbal, sexual y patrimonial. La violencia emocional también incluye los “micromachismos”, como dice Sau (1998), están en los límites de la evidencia, son más sutiles y su identificación requiere de un cambio de paradigma. Entre estos micromachismos se ha identificado en los grupos de mujeres, que los agresores controlan el dinero, maternalizan a su compañera y la explotan emocionalmente; por ejemplo, en una ocasión un cónyuge se presentó al Servicio de Trabajo Social referido por el Psiquiatra porque había hecho un intento de suicidio por el “desamor de su compañera”.

Experimentan “insistencia abusiva” sobre todo en el área sexual para obtener el sí de lo que desean, desautorización en lo referente a la crianza y educación de los hijos y administración del hogar, aunque son espacios y responsabilidades que se les han impuesto a las mujeres, para algunas sin voz ni voto.

De la misma forma el terrorismo que invade cada rincón de la casa, de las relaciones, los engaños constantes, el aislamiento, que convierte cada espacio en un campo de concentración que paraliza y mata.

La intensidad de la violencia emocional que experimentan las mujeres en su relación de pareja, presenta una escalada y al igual que la violencia física, tiene un carácter cíclico.

Las mujeres sometidas a la degradación constante, a la crítica, a los insultos y desvalorización, pierden sus capacidades como humanas, en algunos casos presentan cuadros depresivos, intentos de suicidio y muerte lenta. Esta violencia genera sentimientos negativos como tristeza, frustración, soledad, ansiedad, rechazo, miedo y otros.

Algunas mujeres también experimentan privación de su libertad, se les prohíbe visitar a sus familias, tener amigas, en ocasiones se les niega su derecho al estudio y al trabajo, son amenazadas con el abandono o separación.

Los principales mitos que manejan las mujeres son: que el abuso emocional no es tan grave como la violencia física y que la conducta violenta es innata y se justifica en el varón por ser este “jefe de familia” y el “padre de sus hijos”. La contrapartida de este pensamiento es el mito de la feminidad: para no provocar a sus compañeros deben ser sumisas, calladas, obedientes y maternales. Estos mandatos dejan huellas profundas y afectan su salud física y emocional. Las mujeres expresan sentimientos de soledad, impotencia, miedo, es una tortura lenta que cobrará la factura tarde o temprano.

Algunas historias de vida de mujeres se conocen porque llegaron al Servicio de Trabajo Social, donde no exactamente refirieron violencia en sus hogares, sino las consecuencias que ésta ha provocado en sus vidas. A manera de ilustración, se exponen dos de estos casos atendidos:

María es una mujer alcohólica, con una hepatomegalia (disfunción del hígado) quien solicitó intervención porque la familia no la visitaba durante su hospitalización, lucía deprimida, sin deseos de lucha. Anteriormente había atentado contra su vida; madre de una hija adolescente, quien mantiene una relación distante con ella.

Posteriormente se conoce que enfrentó violencia sexual en su infancia, episodio desconocido por su pareja. Inició la ingesta de licor y cigarrillos para olvidar la violencia emocional de parte de su esposo, quien la describe como “vaga”, “inútil”, “mantenida”. En una entrevista expone: “no lo quiero”, “no lo soporto”, “por la situación que he vivido recurrí al alcohol”. Después de su egreso del Hospital, fue referida al Psiquiatra e ingiere antidepresivos que desea abandonar, carga cantidad de medicamentos en

su bolso, teme salir sola y recaer en el alcohol; tiene nueve meses de sobriedad.

En una de las entrevistas expresó: “no sé lo que pasa”, “no han valorado mi esfuerzo”, “yo soy la última en pensar en mí”.

Rosa de 52 años también estuvo internada durante este año, presentó Hipertensión y Diabetes Mellitus tipo 2 avanzada, referida por la Psiquiatra para valorar redes de apoyo, porque está “deprimida”. Es casada con un peón de construcción sin trabajo fijo, mal proveedor, no aporta el dinero para compra de su dieta, en una ocasión que le solicitó frutas, le contestó que “él no tenía pájaros en la casa”, durante toda su vida vivió en extrema pobreza. El Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS) le donó una vivienda, que no ha podido disfrutar por su enfermedad, presenta ahogos, taquicardia, le es difícil deambular, el esposo la ridiculiza y descalifica en presencia de los hijos. Se orientó y apoyó para trámite de medidas de protección que nunca solicitó. Un mes después fallece por un infarto. El caso de Rosa debe agregarse a la lista de femicidios, y como ella, muchas otras que mueren lentamente, sin percatarse que son seres humanos con derechos y merecedoras de vivir libres de violencia.

Consideraciones finales:

Las mujeres afectadas por la violencia emocional y con su salud deteriorada, son revictimizadas por el sistema, en ocasiones no son escuchadas, sus dolencias son minimizadas, o ellas etiquetadas como “histéricas y policonsultantes”. Como dice Arroba (1999) lo que una mujer usuaria lleva consigo a una cita médica es su socialización como mujer. Como ella es tratada refleja la generalizada desigualdad de género de la sociedad en grande. Nuestro sistema de salud no cuenta con servicios apropiados para la atención de mujeres en edad adulta, con excepción de las consultas prenatales y de planificación familiar, cuyos objetivos están bien definidos y

donde las mujeres son percibidas como un cuerpo, o como parte del cuerpo (Arroba, 1999).

Mientras la violencia emocional sea invisibilizada, las mujeres continuarán enfermándose gravemente, pasando a formar parte de la lista de femicidios (aunque no sean catalogados como tal), causados por el dolor, la impotencia y frustración que arrastran en sus historias de vida.

Referencias Bibliograficas:

Arroba Ana (1999). *Mejorando la calidad de los servicios públicos de salud para las mujeres con énfasis en la salud sexual y reproductiva*. Hospital de las Mujeres y Clínica Solón Núñez, San José.

Barbieri Teresita (1996). *Certezas y malos entendidos sobre la categoría del género*. Instituto Interamericano de Derechos Humanos, Costa Rica.

Bolaños Xinia (1993). *Mujer, Salud y Desarrollo con enfoque de género*. Costa Rica.

Carcedo Ana y Zamora Alicia (2001). *Ruta Crítica de las Mujeres afectadas por la violencia intrafamiliar*. O.P.S. y O.M.S. Programa Mujer, Salud y Desarrollo, Costa Rica.

Carcedo Ana y Molina Giselle (2001). *Violencia contra las Mujeres: Un problema de poder*. CEFEMINA, Costa Rica.

Corsi Jorge (1995). *Violencia Familiar, una mirada interdisciplinaria sobre un problema social*. Buenos Aires.

Convención de Belem Do Pará (1997). Colección Legislación #8, Costa Rica.

Cuaderno de Ciencias Sociales #105 (1998). *Violencia Doméstica en Costa Rica*. Más allá de los mitos. FLACSO.

Ferreira Graciela (1989). *La mujer maltratada*. Editorial Hermes, México.

Ley Contra La Violencia Doméstica (1996). Colección Documentos #12, Costa Rica.

Lizana Fernando (1993). *Qué es la política de salud*. Centro de Estudios y Publicaciones, ALFORJA, Costa Rica.

Plan Nacional para la Atención y la Prevención de la Violencia Intrafamiliar (1996-1998). Instituto Nacional de la Mujer (INAMU), Costa Rica.

Sau Victoria (1998). *De la Violencia Estructural a los Micromachismos: en el sexo de la violencia*. Vincec Fisas (Editor). Editorial Ycaria España.

Valle Ferrer Diana (1999). *La Violencia contra la mujer en la familia: efectos consecuencias y estrategias de enfrentamiento*. Tomado de la Antología Latinoamericana y del Caribe Mujer y Género, Volumen II, Editorial U.C.A.