



# *Salud en mi Barrio*

*Noviembre/2018*

*¡Bienvenidos! Al Boletín de información para la Atención Primaria de Salud, realizado por el equipo de la Biblioteca del Policlínico Universitario Vedado, con la finalidad de informarles de la mejor manera posible y mantenerlos actualizados de las novedades existentes en la labor asistencial, docente e investigativa.*

*Autor: Diana Pulido Vilaseca*

*Colaboradores: Maite Pérez, Oscar Fernández, Alicia del Valle, Abel Rodríguez.*

*Asesoría: Maite Sánchez, Maite González, Liz Caballero, Ángel Escobedo.*

*Temática: Violencia Familiar*

*La botica de la abuela*

*Curiosidades*

*Novedades...*

## ***Días Mundiales del mes de noviembre***

6 de noviembre Día del Paludismo en las Américas

8 de noviembre Día Mundial de la Radiología

12-18 de noviembre Semana Mundial de Concientización sobre el uso de los Antibióticos

14 de noviembre Día Mundial de la Diabetes

17 de noviembre Día Internacional para la Tolerancia

19 de noviembre Día Mundial de Conmemoración de las Víctimas del Tránsito

21 de noviembre Día Mundial de la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica

21 de noviembre Día Universal del Niño

25 de noviembre Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer



## *Temática*



Violencia familiar: La violencia es aquello que se ejecuta con fuerza y brusquedad, o que se hace contra la voluntad y el gusto de uno mismo. Se trata de un comportamiento deliberado que puede ocasionar daños físicos o psíquicos a otro sujeto. Por lo general, un comportamiento violento busca obtener o imponer algo por la fuerza.

Por otra parte, la familia es la principal forma de organización de los seres humanos. Es una agrupación social basada en lazos de consanguinidad (como la filiación entre padres e hijos) o en el establecimiento de un vínculo reconocido socialmente (como el matrimonio).

La violencia familiar, por lo tanto, es la acción u omisión que el integrante de un grupo familiar ejerce contra otro y que produce un daño no accidental en el aspecto físico o psíquico. Entre los principales tipos de maltrato o violencia que se dan en el seno de una familia hay que destacar dos grandes grupos. Así, en primer lugar, está la física que es la que se manifiesta a través de lesiones graves o bien a través de otras menores, que no requieren asistencia médica pero que igualmente causan un gran daño a todos los niveles a la víctima.

En segundo lugar, está la violencia familiar emocional que es aquella en la que la víctima no sufre físicamente sino a nivel sentimental. En este caso la citada se manifiesta a través de lo que es el rechazo, el ignorar, el terror o el aislamiento.

Este tipo de violencia es penado por la ley, aunque se trata de un delito que no suele ser denunciado. Es que la víctima siente temor, vergüenza y hasta culpa por denunciar a un integrante de su propia familia.

Entre las principales señas de identidad que podemos destacar que tiene todo maltratador se encuentran su incapacidad para expresar cualquier tipo de afecto, una baja autoestima, el no saber controlar sus impulsos y también el haber sido víctima de maltrato, por parte de su entorno, durante su infancia.

Por su parte, las víctimas de la violencia familiar suelen tener en común características tales como el ser sumisos, contar igualmente con una baja autoestima, ser absolutamente conformistas con lo que creen que es lo que les toca vivir, y también el tener problemas para mostrar su afecto. Tal como mencionábamos líneas arriba, la violencia familiar también puede ejercerse por la omisión de obligaciones y responsabilidades. Por ejemplo, cuando un padre abandona a su hijo y no le proporciona los alimentos y el cuidado que éste necesita.

En la actualidad ha aumentado de manera considerable la violencia familiar que los hijos llevan a cabo sobre sus padres. Un hecho que es fruto no sólo de diversas desestructuraciones en el seno familiar sino también de haberseles consentido todo a aquellos y de no haber sabido imponerles unas reglas de conducta, comportamiento y obligaciones. La violencia familiar, por otra parte, incluye casos de abuso sexual, incluso dentro un matrimonio. Ese es el caso de un hombre que obliga, presiona o condiciona a su esposa a tener cualquier tipo de relación sexual sin que la mujer tenga la voluntad de hacerlo.

Fuente:

Autores: Julián Pérez Porto y María Merino. Publicado: 2009. Actualizado: 2009.  
Definicion.de: Definición de violencia familiar (<https://definicion.de/violencia-familiar/>)

## La violencia intrafamiliar: maltrato a la mujer y a los hijos

Por Paola Silva F. Actualizado: 10 julio 2018

Vamos a definir la violencia intrafamiliar como aquella violencia que tiene lugar dentro de la familia, ya sea que el agresor comparta o haya compartido el mismo domicilio, y que comprende, entre otros, violación, maltrato físico, psicológico y abuso sexual. Entendemos que la violencia doméstica es un modelo de conductas aprendidas, coercitivas que involucran abuso físico o la amenaza de abuso físico. También puede incluir abuso psicológico repetido, ataque sexual, aislamiento social progresivo, castigo, intimidación y/o coerción económica.

Hay autores que señalan que este tipo de agresiones se da básicamente por tres factores; uno de ellos es la falta de control de impulsos, la carencia afectiva y la incapacidad para resolver problemas adecuadamente; y además en algunas personas podrían aparecer variables de abuso de alcohol y drogas.

Consecuencias del maltrato psicológico infantil

El niño y la niña golpeados

Las causas de la codependencia

El ciclo de la Violencia de Género

Personalidad del maltratador

Cómo reconocer la violencia doméstica

Manifestaciones de violencia psicológica

¿Por qué se mantiene la mujer en esta relación?

Causas de la violencia intrafamiliar

¿Qué pasa con las víctimas de la violencia doméstica?

### **El niño y la niña golpeados**

Todos sabemos que siempre es triste y doloroso arrastrar la vida cuando no se recibió amor, sobre todo de los padres durante la niñez. Todo el que ha estudiado un poco al ser humano, le va a decir que los cinco primeros años de la vida dejan una marca imborrable para toda la vida, para bien o para mal. Por eso, el privar a un niño de amor es como privar de fertilizante a un árbol que empieza a crecer, pero el golpearlo es como echarle veneno, lo va a terminar de matar psicológicamente y emocionalmente, o mejor va a crecer herido de muerte. Pero hay golpes y golpes, algunos golpes sacan sangre o dejan morados, incluso un mal golpe puede producir la muerte, pero hay otros más sutiles que no se ven, pero que se graban a fuego lento no sólo en mente sino en la identidad de ese niño o de esa niña. Se graban en su "yo", y los frutos de estos golpes emocionales se van a ver después en sus relaciones con personas significativas y en su relación con el mundo.

Resulta importante hablar un poco más detalladamente de esos golpes, que solamente los ven o los oyen quienes los dan, aunque no piensen en las consecuencias futuras y terribles que van a traer en sus hijos.

Está claro, que cuando se repiten los golpes físicos, pero sobre todo los psicológicos o emocionales, se va agotando el amor. Nosotros los adultos sabemos cómo duele el silencio, tal vez más que las palabras ofensivas. Ese silencio es el peor de los castigos,

ahora imagínese a un niño que no ha hecho nada y no se le habla, y no se le abraza y acaricia, cómo se va conformando su identidad..., pensemos en eso.

¿Han pensado en el daño que hacen a sus hijos, posiblemente muchas veces sin darse cuenta, cuando en lugar de relacionarse con sus hijos pequeños están preocupados del trabajo, con la limpieza, etc., en forma obsesiva y perfeccionista la casa? Son golpes lentos que van formando defectuosamente la escultura de su hijo.

Silencio y ausencia, cuando se reprocha al hijo los pequeños errores, pero cierras tu corazón y tu boca cuando hace algo bien. Por, ejemplo, cuando el niño empezó la guardería e hizo un dibujo, que pudo ser cuatro rayas cruzadas, pero que para él era una obra de arte, en lugar de abrazarlo o alabarlo, guardaste silencio. Con ello se produce en el hijo que aprenda a ver sólo los errores, pero no lo bueno que hay en sus personas.

Todos estos golpes emocionales y psicológicos hacen tanto daño en la niñez porque el niño o la niña no sabe defenderse; su mente apenas empieza a desarrollar lentamente ciertos mecanismos de defensa para poder filtrar y analizar lo que ve y oye. Su mente es como una esponja: recibe todo. No tiene capacidad para decir esto es verdad o no es verdad, lo que dicen es justo o injusto. Por eso los mensajes-golpes son como olas gigantes que llegan sin control a lo más profundo de ese ser indefenso. Pero que distinta es la niñez y el futuro de sus hijos cuando ellos palpan el amor entre su padre y su madre, cuando ellos desde pequeños ven que su madre recibe con un beso, un abrazo al padre que llega del trabajo, o cuando el padre viene con un ramo de flores para su esposa o le da un beso a su esposa. Son detalles que se van grabando en el alma de los niños, que van modelando su personalidad, que van llenando de amor ese tanque-corazón. Créame, esa será la mejor herencia que podrá dejar a sus hijos.

### **Las causas de la codependencia**

En todas las familias existe cierta disfuncionalidad en mayor o menor grado. A menudo las personas codependientes han sido objeto de algún tipo de abuso físico o verbal, o sufrieron el abandono de uno de sus padres o de ambos, ya sea físico o emocional.

El codependiente busca alivio en alguna adicción para "anestesiarse" ante su dolor. A veces lo hace a través de relaciones personales disfuncionales y muchas veces dañinas; o mediante adicciones al dinero, el sexo, la ira, las drogas, la bebida, etc. El codependiente está atado a lo que le sucedió en su familia de origen y se siente internamente torturado por ello, aunque la mayoría de las veces no se da cuenta de lo que le está sucediendo.

Cada uno de nosotros tenemos una necesidad innata de recibir amor. A esta necesidad la podemos llamar "el tanque del amor". Al nacer el niño, ese tanque está vacío. Si los padres son personas emocionalmente sanas cuyos tanques de amor están llenos, pueden llenar el tanque de sus hijos y estos crecerán y se desarrollarán psicológicamente sanos. Sin embargo, si uno de los padres o ambos no tenían lleno su propio tanque, lo más

probable es que el niño no reciba suficiente amor porque su padre o su madre no lo tuvieron para darlo. Esta falta de amor deja cicatrices en el alma de los niños que llevan a ciertos comportamientos disfuncionales en la adultez, como la codependencia. El codependiente no puede dar lo que no recibió, por lo tanto, la codependencia se convierte en un círculo vicioso que continúa de generación en generación si no se busca ayuda psicológica.

Los niños de familias disfuncionales crecieron sin haber escuchado mensajes importantes de sus padres tales como; "eres muy inteligente", "estás haciendo un buen trabajo" o "gracias mi amor, agradezco mucho tu ayuda." Debido a ello al crecer se sienten abandonados, tienen baja autoestima y buscan la aprobación de otras personas para sentirse mejor consigo mismos. A veces su hambre de amor y aprobación son tan grandes al llegar a la adolescencia o la adultez, que están dispuestos a soportar cualquier cosa, con tal de recibir, aunque solo sean "migajas" de cariño y atención.

### **El ciclo de la Violencia de Género**

Al principio de la mayoría de las relaciones es muy difícil que aparezca la violencia de género. Durante este período se muestra un comportamiento positivo. Cada miembro de la pareja muestra su mejor faceta. La posibilidad de que la pareja termine es muy alta si ocurriera algún episodio de violencia. A continuación, mostraremos el abordaje teórico de Leonor Walker sobre el ciclo de la violencia de género.

#### **Fase 1. Acumulación de tensión**

La dinámica de la violencia Intrafamiliar existe como un ciclo, que pasa por tres fases: A medida que la relación continúa, se incrementa la demanda, así como el stress.

Hay un incremento del comportamiento agresivo, más habitualmente hacia objetos que hacia la pareja. Por ejemplo, dar portazos, arrojar objetos, romper cosas.

El comportamiento violento es reforzado por el alivio de la tensión luego de la violencia.

La violencia se mueve desde las cosas hacia la pareja y puede haber un aumento del abuso verbal y del abuso físico.

La pareja intenta modificar su comportamiento a fin de evitar la violencia. Por ejemplo: mantener la casa cada vez más limpia, a los chicos más silenciosos, etc.

El abuso físico y verbal continúa.

La mujer comienza a sentirse responsable por el abuso.

El violento se pone obsesivamente celoso y trata de controlar todo lo que puede: el tiempo y comportamiento de la mujer (cómo se viste, adónde va, con quién está, etc.).

El violento trata de aislar a la víctima de su familia y amistades. Puede decirle, por ejemplo, que si se aman no necesitan a nadie más, o que los de afuera son de palo, o que le llenan la cabeza, o que están locos etc.

Esta fase difiere según los casos. La duración puede ser de semanas, días, meses o años. Se va acortando con el transcurrir del tiempo.

### **Fase 2.** Episodio agudo de violencia (explosión)

Aparece la necesidad de descargar las tensiones acumuladas.

El abusador hace una elección acerca de su violencia. Decide tiempo y lugar para el episodio, hace una elección consciente sobre qué parte del cuerpo golpear y cómo lo va a hacer.

Como resultado del episodio la tensión y el stress desaparecen en el abusador. Si hay intervención policial él se muestra calmo y relajado, en tanto que la mujer aparece confundida e histérica debido a la violencia padecida.

### **Fase 3.** Etapa de calma, arrepentimiento o luna de miel

Se caracteriza por un período de calma, no violento y de muestras de amor y cariño.

En esta fase, puede suceder que el golpeador tome a su cargo una parte de la responsabilidad por el episodio agudo, dándole a la pareja la esperanza de algún cambio en la situación a futuro. Actúan como si nada hubiera sucedido, prometen buscar ayuda, prometen no volver a hacerlo, etc.

Si no hay intervención y la relación continúa, hay una gran posibilidad de que la violencia haga una escalada y su severidad aumente.

A menos que el golpeador reciba ayuda para aprender métodos apropiados para manejar su stress, esta etapa sólo durará un tiempo y se volverá a comenzar el ciclo, que se retroalimenta a sí mismo.

Luego de un tiempo se vuelve a la primera fase y todo comienza otra vez.

El hombre agresor no se cura por sí solo, debe tener un tratamiento. Si la esposa permanece junto a él, el ciclo va a comenzar una y otra vez, cada vez con más violencia.

La violencia intrafamiliar: maltrato a la mujer y a los hijos - El ciclo de la Violencia de Género.



## **Personalidad del maltratador**

Los agresores suelen venir de hogares violentos, suelen padecer trastornos psicológicos y muchos de ellos utilizan el alcohol y las drogas lo que produce que se potencie su agresividad. Tienen un perfil determinado de inmadurez, dependencia afectiva, inseguridad, emocionalmente inestables, impaciente e impulsivos.

Los agresores trasladan habitualmente la agresión que han acumulado en otros ámbitos hacia sus mujeres.

Maltratador, frecuentemente es una persona aislada, no tiene amigos cercanos, celoso (celotipia), baja autoestima que le ocasiona frustración y debido a eso se genera en actitudes de violencia.

Una investigación de los psicólogos norteamericanos, el Dr. John Gottman y Dr. Neil Jacobson. Señalan que los hombres maltratadores caen en dos categorías: pitbull y cobra, con sus propias características personales:

Solamente es violento con las personas que ama

Celoso y tiene miedo al abandono

Priva a pareja de su independencia

Pronto ora, vigilar y atacar públicamente a su propia pareja

Su cuerpo reacciona violentamente durante una discusión

Tiene potencial para la rehabilitación

No ha sido acusado de ningún crimen

Posiblemente tuvo un padre abusivo.

### **Cobra:**

Agresivo con todo el mundo

Propenso a amenazar con arma blanca

Se calma internamente, según se vuelve agresivo

Difícil de tratar en terapia psicológica

Uno depende emocionalmente de otra persona, pero insiste que su pareja haga lo que él quiere.

Posiblemente haya sido acusado de algún crimen

Abusa de alcohol y drogas.

El pitbull espía a su mujer, es celópata, cae bien a todas las personas, excepto a sus novias o esposas. La cobra es un sociópata, frío, calculador, puede ser cálido. El maltrato no cesa por sí solo.

Después de que la mujer ha sido físicamente maltratada y tiene miedo, a veces cesa este tipo de abuso y lo reemplaza con un constante maltrato psicológico, a través del cual le deja saber a su víctima, que el abuso físico podría continuar en cualquier momento.

En ocasiones, la violencia del maltratador oculta el miedo o la inseguridad, que sintió de niño ante un padre abusivo que lo golpeaba con frecuencia, al llegar a ser un adulto prefiere adoptar la personalidad del padre abusador a sentirse débil y asustado. En otros casos, los comportamientos ofensivos son la consecuencia de una niñez demasiado permisiva durante la cual los padres complacieron al niño en todo. Esto lleva al niño a creerse superior al llegar a ser un adulto y a pensar que él está por encima de la ley. O sea, que puede hacer lo que quiera y abusar de quien quiera. Piensa que se merece un trato especial, mejor que el que se les da a los demás.

### **Cómo reconocer la violencia doméstica**

La violencia doméstica no siempre resulta fácil de definir o reconocer. En términos generales podríamos designarla como el uso deliberado de la fuerza para controlar o manipular a la pareja o al ambiente más cercano.

Se trata del abuso psicológico, sexual o físico habitual. Sucede entre personas relacionadas afectivamente, como son marido y mujer o adultos contra los menores que viven en un mismo hogar.

La violencia doméstica no es solamente el abuso físico, los golpes, o las heridas. Son aún más terribles la violencia psicológica y la sexual por el trauma que causan, que la violencia física, que todo el mundo puede ver. Hay violencia cuando se ataca la integridad emocional o espiritual de una persona.

La violencia psicológica se detecta con mayor dificultad. Quien ha sufrido violencia física tiene huellas visibles y puede lograr ayuda más fácilmente. Sin embargo, a la víctima que lleva cicatrices de tipo psicológicas le resulta más difícil comprobarlo. También lo dificulta, por ejemplo, la habilidad manipuladora de su esposo que presenta a su esposa como exagerada en sus quejas o simplemente como loca.

A la violencia física precede, a veces, años de violencia psicológica. La violencia psicológica es, despreciar a la mujer, insultarla de tal manera, que llega un momento en que esa mujer maltratada psicológicamente, ya cree que esos golpes se los merece. Y qué difícil es convencer a una mujer de que vaya a pedir auxilio cuando cree que no lo necesita.

Hay mujeres que se avergüenzan por lo que les sucede y que hasta se creen merecedoras de los abusos. Por eso prefieren mantenerlos en secreto y así esa situación puede

prolongarse durante años. Los que maltratan a sus víctimas lo hacen de acuerdo a un patrón de abuso psicológico.

Igual que en el caso del alcohólico, el que golpea a una mujer o la maltrata psicológica o sexualmente, lo primero que hará es negarlo. Negación, es decir: "No, es que yo le pego con razón". No hay ninguna razón para golpear a una mujer, ni a nadie. Pero lo niegan. Dicen: "Yo no la he golpeado, yo no le hecho nada, sólo tocarla".

Otra forma de abuso psicológico es el aislamiento, en que le hacen el vacío a la mujer, ni le hablan, ni la miran y entonces ella se va creyendo que se merece ese trato.

La intimidación es también un abuso. "Si dices algo te mato." Muchas mujeres no se atreven a hablar, por las amenazas que sus maridos o sus compañeros lanzan contra ellas. Tanto el adicto a cualquier droga como el abusador, siempre tienen excusas y le echan la culpa a alguien.

También dentro de ese hábito de abuso psicológico está el abuso económico. "Si dices algo no te voy a dar la mensualidad". Dentro de ese abuso psicológico de los maridos que golpean (lo que se llama en psicología la triangulación), hay otro tipo de abuso: utilizar a los hijos para hacerles sentir culpables a las esposas. En este caso los hijos sirven de mensajeros: "dile a tu madre que..." Las amenazas a través de los hijos, las amenazas de que le van a quitar al hijo, todos estos son abusos psicológicos que preceden al abuso físico.

Todos estos abusos impiden que la mujer deje el hogar, ese hogar violento. Es que esa violencia psicológica a que están sometidas muchas mujeres, es más horrorosa que el abuso físico. Pregúntele a cualquier mujer a la cual han maltratado físicamente qué es lo que le duele más; si las palabras hirientes, los desprecios o los golpes. Los golpes se pasan, los abusos psicológicos, los insultos, los desprecios se clavan en el corazón.

La violencia intrafamiliar: maltrato a la mujer y a los hijos - Cómo reconocer la violencia doméstica

### **Manifestaciones de violencia psicológica**

Abuso verbal: Rebajar, insultar, ridiculizar, humillar, utilizar juegos mentales e ironías para confundir, etc.

Intimidación: Asustar con miradas, gestos o gritos. Arrojar objetos o destrozar la propiedad.

Amenazas: De herir, matar, suicidarse, llevarse a los niños.

Abuso económico: Control abusivo de finanzas, recompensas o castigos monetarios, impedirle trabajar, aunque sea necesario para el sostén de la familia, etc.

Abuso sexual: Imposición del uso de anticonceptivos, presiones para abortar, menosprecio sexual, imposición de relaciones sexuales contra la propia voluntad o contrarias a la naturaleza.

Aislamiento: Control abusivo de la vida del otro, mediante vigilancia de sus actos y movimientos, escucha de sus conversaciones, impedimento de cultivar amistades, etc.

Desprecio: Tratar al otro como inferior, tomar las decisiones importantes sin consultar al otro.

### **¿Por qué se mantiene la mujer en esta relación?**

La persona abusada se vuelve codependiente de su marido (el agresor), aún después de ser golpeada. Es frecuente escuchar esta frase: "Es que yo lo quiero tanto". Personas que llevan años soportando golpes dicen: "Yo no me separo porque lo quiero". Es imposible querer a una persona que te está tratando como si fueras un animal, eso es depender de esa persona.

Otro motivo por el cual algunas mujeres no se separan de este problema de codependencia, es que las anima la familia y lamentablemente la Iglesia, a permanecer con el abusador. Sobre todo, la familia les aconseja que mantengan esa relación por "el bien de tus hijos". "¿Cómo vas a dejar a tus hijos sin padre?", les dicen.

¿Qué es mejor, tener un padre que golpea a su madre y que luego golpeará a sus hijos, o no tener padre? Se les hace mucho más daño a los hijos cuando ven que su padre golpea a su madre. Para los niños pequeños la madre es la base de toda su vida, la base de su afectividad, la base de su seguridad. Si una madre es golpeada, sus hijos se derrumban afectivamente. Es mucho mejor separarse.

A veces las mujeres no se separan y sufren en silencio por miedo a perder su seguridad económica y la de sus hijos. Esto sucede sobre todo en la mujer que no tiene educación.

Otras veces no se separan debido a las amenazas de más violencia o de muerte, si intentan separarse. "Si le dices algo a la policía te mato".

Cuando se pregunta a algunas mujeres por qué aguantaron maltrato durante años, la respuesta más común es ésta: "Por mis hijos; no quería que se criaran sin un padre". Parece una respuesta válida, pero si la analizamos profundamente descubrimos su inconsistencia. Sucede que en una situación de violencia los hijos también sufren. El crecimiento en una atmósfera de miedo, tensión y terror influirá negativamente en su desarrollo emocional y más tarde se manifestará en el abandono escolar, en el uso de drogas, en desórdenes psicológicos y en violencia y delincuencia.

En muchos casos influye el factor económico. Soportan cuanto vejación venga con tal de no perder la seguridad económica para sí y sus hijos. Se trata generalmente de mujeres con poca preparación académica, conscientes de que sin el marido no podrían vivir cómodamente.

## **Violencia doméstica y violencia de género**

Lo peor es que la mujer repetidamente abusada se destruye psicológicamente. Su yo, su identidad individual. Eso la incapacita para tomar las decisiones correctas. Cae en la ambivalencia efectiva ("¡Qué bueno es él cuando no me golpea!"); su autoestima queda por los suelos hasta creer ella misma que merece tales insultos y golpes.

Cuando una persona cae a ese nivel, su capacidad de decisión queda prácticamente anulada, porque el principio vital está herido de muerte. Si a una persona así aplastada se le amenaza con un "Si me denuncias, te mato", se sentirá paralizada. Quizás en un último intento de supervivencia reaccione, pero usando las mismas armas que a ella la han destruido. El amor no debe doler. El amor implica confianza, protección, respeto a los gustos del otro, comunicación, caricias, ayudas al crecimiento emocional y espiritual. Consiste en compartir la vida con alegría, dialogar sobre las diferencias y preferencias, y respetar la integridad física, moral y espiritual de la persona amada.

Las mujeres que aguantan una relación abusiva indefinidamente acaban perdiendo su salud física y mental, se enferman, toda la familia termina enferma. Las mujeres en situaciones abusivas pierden su autoestima. No saben protegerse, ni se dan cuenta del peligro que corren.

La violencia intrafamiliar: maltrato a la mujer y a los hijos - ¿Por qué se mantiene la mujer en esta relación?

### **Causas de la violencia intrafamiliar**

Primero hay una raíz cultural histórica (relacionada con el sistema patriarcal). Durante mucho tiempo nuestra sociedad ha sido muy machista, el hombre ha creído que tiene el derecho primario a controlar, a disciplinar con severidad, incluso a abusar de la vida de la mujer y de los hijos. Eso ha sucedido bajo la apariencia del rol económico del hombre, proveedor de la alimentación. Dicho rol se ha ido manteniendo en nuestra sociedad, es por ello que, hoy en día la mujer sigue siendo víctima de abusos, violaciones, cobra menos, recibe acoso en el trabajo...

Otra causa es la cultura actual. La gente se tira de los pelos. ¿Por qué pasa esto? El modelo presente de nuestra sociedad está reforzando el uso de la fuerza para resolver los problemas. Por eso el abusador usa la fuerza física, para mantener el poder y el control sobre la mujer, porque ha aprendido que la violencia es efectiva para obtener ese fin de control y como ellos no han sufrido las consecuencias, las mujeres se han callado.

La violencia doméstica ocurre en todos los niveles de la sociedad, no solamente en las familias pobres. En las familias ricas sucede lo mismo. Lo que pasa es que una mujer a quien le dieron una paliza, si tiene dinero, se va tranquilamente a una clínica privada y aquí no ha pasado nada. Las que son pobres tienen que ir al hospital y allí los médicos dicen: "A esta mujer la han golpeado" y la policía se encarga de eso.

Entre blancos, negros, amarillos, católicos, judíos, protestantes y evangélicos; entre todos, existe la violencia doméstica. Pero no por ser protestantes o católicos, sino, por no ser como deben ser.

Otra causa de este problema son los medios de comunicación. En la televisión la violencia es glorificada, los estereotipos que nos presentan son de violencia sexual. Cuando un marido por la fuerza tiene relaciones sexuales con su esposa, eso se llama violencia sexual, porque la mujer también tiene derecho a decir que no. Si a una mujer, como yo oigo todos los días, se le insulta, se le veja, se le dice barbaridades, no se le habla y solamente se la utiliza para tener relaciones sexuales con ella; ¿Cómo va a querer estar con su marido? Tiene el derecho a decir que no, todo el derecho del mundo.

En muchos casos, también la violencia doméstica está íntimamente relacionada con el alcohol y las drogas. ¿Qué sucede cuando una persona consume drogas o se emborracha? En esta parte del cerebro tenemos los centros vitales, comunes con los animales y allí está el centro de la agresividad o del instinto agresivo. Todos los hombres y las mujeres lo tenemos. Pero en la persona normal, esos centros se comunican con la parte consciente del hombre, lo cual diferencia al hombre del animal.

Cuando uno toma alcohol o usa cualquier droga, estos centros quedan como un barco sin timón. Y ¿Qué le pasa a un barco sin timón? Pues se estrella contra las rocas. Sobre todo, la agresividad, el instinto sexual, quedan sin control. Entonces viene el golpear a la mujer y a los hijos bajo el efecto del alcohol y el abusar de la mujer sexualmente. El 50 % de los casos (que se conocen) de abuso sexual entre los hijos, es entre personas alcohólicas o adictas, porque surge el animal que hay dentro de nosotros mismo, en España. Los recuerdos, los valores, los consejos, cuando uno usa o abusa del alcohol o drogas, no funcionan y viene la violencia doméstica.

A pesar de la llamada "liberación femenina" (que en realidad muchas veces ha llevado a la mujer a mayor esclavitud), todavía hay hombres que consideran a esposa e hijos como objetos de su propiedad. Por eso se creen con el derecho a descargar sobre ellos su frustración o malhumor maltratándolos a su antojo.

Como los hijos imitan a padres, se da con frecuencia que quienes en la niñez fueron testigos de abusos físicos entre sus padres, repiten la misma conducta cuando llegan al estado adulto. Aprendieron que los problemas y conflictos se afrontan con la fuerza bruta.

Ese aprendizaje negativo se arraiga tanto que muchas veces pasa de generación en generación. Si a esto se añade la "glorificación" de la violencia en los medios de comunicación, podemos entender por qué muchos seres humanos recurren a la violencia, a veces con una frialdad que asusta más que el mismo acto violento.

La experiencia enseña que muchos de los abusadores familiares parecen "mosquitas muertas"; pasan por personas educadas y suaves, pero en el fondo son individuos

celosos con una pobre imagen de sí mismos y que viven en un mundo irreal. Si a esas personas les da por tomarse unos tragos de más, cosa frecuente, la explosión violenta será mucho mayor.

## Bibliografía

1. Arrom Suhurt et al. Participación de mujeres en organizaciones sociales y redes familiares en contexto de violencia doméstica. Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud. 2018; 16(1):6-13
2. Alonso Gutiérrez G, Martínez Gómez C, Peralta Benítez H, Ballbé Valdés A, García Pérez R, Giance Paz L. Modelo de la dinámica del proceso de promoción de salud frente al maltrato infantil. Medi Ciego [Internet]. 2018 [citado 2018 Sep. 11];24(2): [aprox. 15 p.]. Disponible en:  
<http://www.revmediciego.sld.cu/index.php/mediciego/article/view/931>
3. Cárdenas Vélez, L. D., Giraldo Gutiérrez, L. F. y González Gómez, V. (enero-junio, 2018). El papel del psicólogo en la protección de la primera infancia frente a los fenómenos de violencia en Colombia. Poiésis, (34), 152-165. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.2795>
4. Armijo Garrido, Lorena. Las políticas de conciliación de la vida familiar y laboral en España y sus avances en la equidad de género. Rev. interdiscip. estud. género Col. Méx. [online]. 2018, vol.4, e183. Epub 28-mayo-2018. ISSN 2395-9185.  
<http://dx.doi.org/10.24201/eg.v4i0.183>.
5. Cárdenas Vélez, L. D., Giraldo Gutiérrez, L. F. y González Gómez, V. (enero-junio, 2018). El papel del psicólogo en la protección de la primera infancia frente a los fenómenos de violencia en Colombia. Poiésis, (34), 152-165. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.2795>
6. Rodríguez Córdova E, Guilarte Otamendy C, Utria Suárez M, Bailly Videaux A, Castillo Caballero S. Educación comunicativa contra la violencia familiar: objetivo de la Medicina General Integral. Rev. inf. cient. [Internet]. 2018 [citado 2018 Sep. 11];97(3): [aprox. 8 p.]. Disponible en:  
<http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/1870>
7. Robinson Jay F. El empobrecimiento sociohumanista: un problema de salud. Rev. inf. cient. [Internet]. 2017 [citado 10 ago. 2017]; 96(1):20-28. Disponible en:  
<http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/26/52>
8. Instituto de Estudios Latinoamericanos. Participación social [Inter net] 2014 [citado 20 Mar 2017]. [aprox. 6 p.]. Disponible en:  
<https://www.lai.fu-berlin.de/es/e->

learning/projekte/frauen\_konzepte/projektseiten/konzeptebereich/rot\_participacion/index.html

9. Molla-Esparza, C. y Aroca-Montolío, C. (2017). Menores que maltratan a sus progenitores: definición integral y su ciclo de violencia. *Anuario de Psicología Jurídica*, 28, 15-21. <https://doi.org/10.1016/j.apj.2017.01.001>
10. Comité Central del Partido Comunista de Cuba. VII Congreso del PCC. Actualización de los Lineamientos de la política económica y social del Partido y la Revolución. Lin. 124. La Habana: Editora Política; 2016.
11. Centro Infantil Golondrinas Miguel Giraldo. (2016a). Protocolo en caso de detección de inobservancia, amenaza o vulneración de derechos de los niños y niñas. Medellín, Colombia: Centro Infantil Golondrinas Miguel Giraldo
12. Centro Infantil Golondrinas Miguel Giraldo. (2016b). Protocolo para prevenir y mitigar el riesgo frente a situación de violencia social. Sede: CI Golondrinas Miguel Giraldo. Medellín, Colombia: Centro Infantil Golondrinas Miguel Giraldo
13. Alonso, L. E., Fernández, C., e Ibáñez, R. (2016). De la moral del sacrificio a la conciencia de la precariedad. Un análisis de los discursos sobre la evolución de la crisis en España. *Política y Sociedad*, 53(2), 353-379.
14. Herrmann MG, Van Klaveren A. Disminución de la participación de la población en organizaciones sociales durante los últimos trece años en Chile e implicaciones para la construcción de una política de planificación urbana más participativa. *EURE* 2016; 42(125): 175-203.
15. Boira S, Carbajosa P, Méndez R. Miedo, conformidad y silencio. La violencia en las relaciones de pareja en áreas rurales de Ecuador. *Psychosocial Intervention* 2016; 25: 9–17. Disponible en: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=19&sid=804756d2-93af-464e-a5a2-f40f376cdcbb%40sessionmgr4009&hid=4202>
16. Psiquiatría integral. Servicios en Psiquiatría y Salud Emocional. [Internet]. Buenos Aires-Argentina. Rojtenberg S. Mujer: vulnerabilidad, depresión y ansiedad. [citado 2 abril 2016]. Disponible en: <http://psiquiatriaintegral.com.mx/principal/?p=335>
17. Blanco, C. O., Plata C. S., Bermúdez, J. M., Suárez, B. L., Peña P. P. y Villanueva, B.C. (2015). Caracterización de prácticas de cuidado en familias colombianas con niñas y niños en primera infancia en situación de desplazamiento forzado. *Universitas Psychologica*, 14(1), 15-28. doi: 10.11144/Javeriana.upsy14-1.cpcf
18. Arrom C, Ruoti M, Samudio M, Orué E. Condiciones socioeconómicas de adolescentes embarazadas con síntomas de depresión, consumo de



sustancias y víctimas de violencia intrafamiliar. *Revista Paraguaya de Psiquiatría*. 2015; 3(1):13-9.

19. Arrom C, Ruoti M, Samudio M, Orué E, Arrom CM. Sintomatología depresiva en embarazadas víctimas de abuso sexual. *Mem Inst Investig Cienc Salud* 2015;13(3):82-7.
20. Brendel C, Heikel MA. Los costos empresariales de la violencia contra las mujeres en Paraguay. Cooperación Alemana-GIZ. [Internet] [citado 16 de setiembre de 2015]. Disponible en PDF: [http://info.comvomujer.org.pe/catalogocomvo/productoscatalogos\\_3\\_2015/ComVoMujer\\_ResumendelestudiodecostosPY\\_2015.pdf](http://info.comvomujer.org.pe/catalogocomvo/productoscatalogos_3_2015/ComVoMujer_ResumendelestudiodecostosPY_2015.pdf)CEDAW
21. Hernández, D. M., Páez, E., Múnera, L. M. y Duque, L. F. (2015). Diseño de un programa basado en la promoción del desarrollo positivo en la infancia para la prevención temprana de la violencia en Colombia. *Global health promotion*. doi 1757975915591683.
22. Martínez, M. L., Estévez, E., Jiménez, T. I. y Velilla, C. (2015). Violencia filio--parental: principales características, factores de riesgo y claves para la intervención. *Papeles del Psicólogo*, 36, pp. 216-223.
23. Galeano A, Orrego B, Pérez M, Ruiz V, Arrom MA, Ruoti M, et al. Violencia intrafamiliar sufrida por mujeres en un Hospital Público. *Revista Paraguaya de Psiquiatría*. 2015; 3(1): 42-9.
24. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar –ICBF- (2015). Cartilla 14, Ambientes Seguros. Recuperado de <http://www.aldeasinfantiles.org.co/getattachment/que-esaldeas/Prensa/noticias/Acompanarte-el-arte-de-acompanar/CARTILLA-14-AMBIENTES-SEGUROS.pdf>
25. Blanco, C. O., Plata C. S., Bermúdez, J. M., Suárez, B. L., Peña P. P. y Villanueva, B.C. (2015). Caracterización de prácticas de cuidado en familias colombianas con niñas y niños en primera infancia en situación de desplazamiento forzado. *Universitas Psychologica*, 14(1), 15-28. doi: 10.11144/Javeriana.upsy14-1.cpcf
26. Hernández, D. M., Páez, E., Múnera, L. M. y Duque, L. F. (2015). Diseño de un programa basado en la promoción del desarrollo positivo en la infancia para la prevención temprana de la violencia en Colombia. *Global health promotion*. doi 1757975915591683.
27. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar –ICBF- (2015). Cartilla 14, Ambientes Seguros. Recuperado de <http://www.aldeasinfantiles.org.co/getattachment/que-esaldeas/Prensa/noticias/Acompanarte-el-arte-de-acompanar/CARTILLA-14-AMBIENTES-SEGUROS.pdf>

28. Martínez, A., López, T., Díaz, M. y Teseiro, P. (2015). Violencia intrafamiliar y trastornos psicológicos en niños y adolescentes del área de salud de Versalles, Matanzas. *Revista Médica Electrónica*. 37(3), 237-245. Recuperado de:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S168418242015000300006&lng=es&tls](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S168418242015000300006&lng=es&tls)
29. Martínez, A., López, T., Díaz, M. y Teseiro, P. (2015). Violencia intrafamiliar y trastornos psicológicos en niños y adolescentes del área de salud de Versalles, Matanzas. *Revista Médica Electrónica*. 37(3), 237-245. Recuperado de:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S168418242015000300006&lng=es&tls](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S168418242015000300006&lng=es&tls).
30. Arancial Aguilar K, Nario Ballon SL. Violencia Familiar (tipos, causas y consecuencias. Slide Share [Internet] 2014. [citado 10 ago. 2017]. [aprox. 10 p]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/stephanyliliana/violencia-familiar-tiposcausas-y-consecuencias>.
31. Gil I. Los cinco dilemas vitales que más nos atormentan y cómo afrontarlos. *El Confidencial* [Internet] 2013. [citado 10 Ago 2017]. [aprox. 6 p]. Disponible en: <https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2013-09-20/25630/>
32. Durán Rill R. Convivir en familias sin violencia. Una metodología para la intervención y prevención de la violencia intrafamiliar. La Habana: Editorial CIPS; 2013.



## *La Botica de la Abuela*

### **REFRANERO**

*Mucha de la sabiduría popular para una buena salud y larga vida está recogida en los refranes y dichos populares que recitaban nuestras abuelas, o en frases y aforismos de personalidades célebres recogidas en escritos a lo largo de los tiempos.*

*En La Botica de la Abuela intentamos que esas tradiciones populares y esos conocimientos no se pierdan o queden en el olvido.*

*Aquí van algunos de los que hemos recopilado:*

#### ***El mejor de la semana***

**"El azúcar y la canela hacen la vida buena"**

### **TOS**

*Jarabe de cebolla*

***Ingredientes:*** *Peladuras de 1 naranja, 1 cebolla blanca, Agua, 2 cucharadas de miel*

***Preparación:*** *Se pone a hervir en agua en un recipiente la cebolla, en rodajas, y la cáscara de naranja durante unos minutos. Cuando espese un poco, se cuele y se exprime para extraerle todo el jugo. Al líquido resultante se le añade la miel y se mezcla bien.*

***Uso:*** *Tomar un sorbito caliente antes de ir a la **cama**.*

### **TOS INFANTIL**

*Infusión de orégano*

***Ingredientes:*** *1 cucharadita de orégano, 1 tacita de agua*

***Preparación:*** *Hervimos el agua, y al retirarla del fuego añadimos el orégano. Lo dejamos reposar y lo colamos.*

***Uso:*** *Como es para niños, podemos añadirle una cucharadita de miel, mucho mejor si es de tomillo o de eucalipto.*



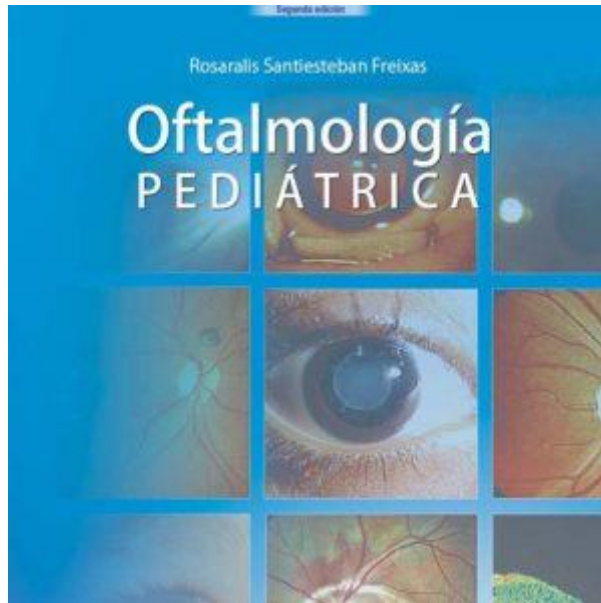
# Curiosidades

¿Sabía Usted Que...?

## Palabras y frases

- *El SIGNO @ del e-mail, correos electrónicos, es la abreviación de la preposición latina "ad" (a, hacia, en) realizada por los copistas de la Edad Media en un intento de aligerar su tedioso trabajo. En los inicios de Arpanet se recuperó el signo para hacer de enlace natural entre el nombre del usuario y su localización.*
- *El término TÍO SAM nombre que representa a los Estados Unidos de América, surge cuando en 1812, durante la 2ª guerra entre los EE.UU. y Gran Bretaña, Samuel Wilson, un inspector que aprovisionaba de carne al ejército, imprimió en los barriles de salazón las iniciales U.S. (United States) En broma, los soldados lo tradujeron por Uncle Sam = tío Sam.*
- *La palabra "Tortuga", etimológicamente significa animal de pies torcidos, así fue como vieron en la antigüedad a este tipo de animal y así lo llamaron.*
- *La palabra "Peter", nombre con el que se designa a las tabletas de chocolate, tiene su origen en los tiempos en que fueron importadas de Suiza unas muy ricas como una novedad, por la por la compañía "Peter, Cailler, Kohler, Co. El nombre era muy largo y se comenzó a llamar, simplemente "Meter" y así se viene usando hace más de un siglo.*
- *La palabra Robot viene del checo Robota, que significa trabajo obligatorio. Se usó por primera vez en la obra " R.U.R" (Robots Universales Rossum), una fantasía dramática estrenada en 1921, donde las personas quedaban deshumanizadas debido al maquinismo. Su autor es Karen Capek.*
- *La palabra esquimal significa "comedores de carne cruda".*
- *La palabra "Lesbiana" o "Lesbianismo" es el término que se utiliza para designar el homosexualismo femenino, a sea, la atracción sexual o emocional entre mujeres. El nombre proviene de la Isla de Lesbos, donde nació, en el siglo 628 ANE, la poetisa Safo, que además de cantar al amor entre personas del mismo sexo tenía una escuela de danza y música para jovencitas. En la década del 70 esta inclinación fue quitada de la lista de enfermedades psiquiátricas por la OMS y pasó a ser considerada como una forma más de sexualidad, tanto en mujeres como en hombres.*

# ***Novedades***



**Título:** *Oftalmología pediátrica*

**Autores:** *Rosaralis Santiesteban Freixas*

**Editorial:** *Ciencias Médicas*

**Año de edición:** *2018*

**Resumen:** *Esta es una segunda edición, casi 10 años después de la obra Oftalmología pediátrica. En la nueva propuesta se actualizan y amplían contenidos, se añade un nuevo capítulo básico "Acercamiento a la genética ocular" y varios capítulos con nuevos temas sobre enfermedades de los ojos, la vía visual y los trastornos de la motilidad ocular en enfermedades neurológicas y sistémicas; temas menos conocidos pero necesarios, pues ignorarlos puede llevar a un diagnóstico tardío en el que la pérdida de vida del paciente se suma al daño visual.*

*Es interés de los autores, que este libro cubano, dirigido a residentes, especialistas en oftalmología pediátrica y de neurociencias, además de licenciados en Optometría y Óptica, sirva para conocer las bases del desarrollo visual y de los exámenes que aporten a su estudio sensorial y motor; así como para preparar mejor al personal asistencial en el tratamiento de los principales problemas oftalmológicos en los niños.*



*El Policlínico Vedado (15 y 18) Lucha contra el Tabaquismo*

**¡No** al cigarro, vamos a vivir sano!