

## VIOLENCIA PSICOLÓGICA

La Ley Especial Integral para una Vida Libre de Violencia para las Mujeres LEIV, define la violencia psicológica en su art. 9 d) Violencia Psicológica y Emocional: Es toda conducta directa o indirecta que ocasione daño emocional, disminuya el autoestima, perjudique o perturbe el sano desarrollo de la mujer; ya sea que esta conducta sea verbal o no verbal, que produzca en la mujer desvalorización o sufrimiento mediante amenazas, exigencia de obediencia o sumisión, coerción, culpabilización o limitaciones de su ámbito de libertad, y cualquier alteración en su salud que se desencadene en la distorsión del concepto de sí misma, del valor como persona, de la visión del mundo o de las propias capacidades afectivas, ejercidas en cualquier tipo de relación.

Las relaciones abusivas, las humillaciones verbales y el abuso emocional constituyen las principales manifestaciones de la violencia psicológica, este tipo de maltrato es difícil de identificar y lo sufre un alto porcentaje de mujeres.

El maltrato psicológico sufrido por mujeres es habitualmente ejercido por personas con las que ellas tienen un vínculo emocional muy estrecho, el cual es ejercido en su mayoría por sus parejas, sus padres, sus hermanos o sus amigos más cercanos, y puede dejar en las víctimas secuelas como: baja autoestima, sentimientos de culpa, estrés, trastornos del sueño, complicaciones con la presión arterial, migrañas, entre otros.

A diferencia de otros tipos de violencia más notables o evidentes, el abuso emocional puede ser difícil de identificar por

parte de la persona que lo sufre; puesto que consiste en un conjunto de actitudes que, habitualmente, se integran y se normalizan como parte de la relación.

Algunas de las agresiones a las que las mujeres se ven expuestas, pueden ser: amenazas, asilamiento, miedo, ignorar y/o ridiculizarlas públicamente; este tipo de maltrato psicológico sufrido por las mujeres en su mayoría pasa desapercibido o ya es naturalizada esta conducta y trato hacia ellas por parte de la sociedad; puede experimentarse en diferentes ámbitos, como el familiar, el laboral o el de pareja; aunque la mayoría de casos suelen tener lugar en este último.

La violencia psicológica afecta gravemente a la salud integral de las mujeres, el daño causado es tan grande que puede ser irreversible. Este tipo de maltrato causa miedo, desestructuración, depresión, confusión y desesperanza en las víctimas.