

## La urgencia del cambio: Una reflexión sobre la violencia hacia las mujeres

En pleno noviembre de 2024, aún seguimos recibiendo noticias de cómo se continúa ejerciendo violencia hacia la mujer, no sólo física, sino también económica, psicológica y emocional. Así es cómo a la fecha, Sernameg indica que 31 mujeres han perdido la vida a causa de un femicidio y 241 mujeres que han estado cerca de perderla.

Es así, como la violencia contra la mujer es un problema complejo que sigue afectando gravemente a la sociedad chilena, con impactos profundos tanto en el ámbito psicológico como en el social. Los datos recientes mencionados revelan una preocupante realidad en la que las mujeres continúan siendo víctimas de diversos tipos de violencia.

No podemos ser ajenos a una realidad que está lejos de disminuir, pues se sigue perpetuando a nuestro lado, inclusive sin saberlo. Cuántas de nuestras amigas, hermanas, hijas, madres, tías, etc. pueden haber sido víctimas y no haber contado por el estigma que aún nos engloba. Desde ahí, debemos tener como sociedad una perspectiva psicológica sobre la violencia contra la mujer, que tiene consecuencias devastadoras en la salud mental de las víctimas.

La exposición prolongada a situaciones de violencia, ya sea física, psicológica o sexual, genera trastornos como depresión, ansiedad, estrés post-traumático y, en muchos casos, sentimientos de impotencia y culpa. Según datos de la Universidad de Chile (2023), la violencia psicológica es una de las formas más comunes de maltrato en el país, afectando a un 23,3% de las mujeres en 2022. Esta cifra, que ha crecido significativamente en la última década, evidencia la necesidad urgente de abordar el problema desde todos los frentes posibles.

Un factor clave que influye en la perpetuación de la violencia es la baja tasa de denuncia y desde ahí, surgen a nivel sociedad muchos de los cuestionamientos, cómo “por qué no denunció antes”, “por qué se demoró tanto en



**María José Lizana**  
Psicóloga y académica U.Central

hablar”, “quizás sea una venganza”, entre muchas otras, lo cual causa que muchas mujeres, por miedo a represalias o por desconfianza en las instituciones, decidan no acudir a las autoridades, ya que no sólo son vulneradas en sus esferas personales, sino que también en las instituciones de orden y seguridad y es aquí donde los profesionales de la salud mental, psicólogos y psicólogas juegan un rol fundamental en brindar apoyo emocional y en empoderar a las mujeres para que puedan salir de estos ciclos de violencia, ya sea en procesos psicoterapéuticos o con derivaciones a las diversas redes institucionales que ofrecen espacios seguros en los que las víctimas puedan expresarse y recibir ayuda efectiva.

Por último, mencionar que la violencia contra la mujer en Chile sigue siendo un desafío multifacético que requiere respuestas inmediatas y efectivas de diversos estamentos, puesto que las cifras nos muestran que esta problemática está lejos de resolverse, y que se necesitan políticas integrales, apoyo psicológico continuo y una fuerte concientización social para erradicarla.