

CONTACTE CON NOSOTROS  
**Teléfono**  
 948 23 60 50  
**Email**  
 redaccion@diariodenavarra.es

Familia, sexualidad y violencia machista



# 6 de cada 10 adolescentes víctimas de violencia machista no son conscientes

Se trata de chicas de 13-17 años y en 70% de casos los agresores son sus novios



**En más de la mitad de las situaciones, la violencia se ejerce utilizando las redes sociales y el 72% de las chicas no denuncia**

**SONSOLES ECHAVARREN** Pamplona

La chica deja de llevar minifaldas y mallas ceñidas porque a su novio no le gustan. Tampoco queda con sus amigas porque él prefiere salir los dos a solas "para conocerse mejor". Él la llama a todas horas para ver dónde está y con quién y la obliga a salirse de algunos grupos de 'whatsapp' en los que hay otros chicos. Pero a ella no le importa. Cree que él está muy enamorado y se preocupa por ella. Lo que empieza con un control en la forma de vestir y hasta compartir las contraseñas de las redes sociales puede terminar en una violación o hasta en golpes y ojos morados. Cada vez son más las adolescentes, de entre 13 y 17 años, que sufren violencia machista por parte de sus novios o exnovios. Pero seis de cada diez chicas no son conscientes del problema y les parece "normal". Así lo revela un estudio de la Fundación ANAR (Ayuda a niños y adolescentes en riesgo), que en 2016 recibió casi 2.800 llamadas de menores de toda España (una cifra que se ha multiplicado por diez en siete años).



Blanca González Arévalo, enfermera guipuzcoana que vive en Toledo, impartió la semana pasada una conferencia en Pamplona con el título *Tu ¿amor' no me deja respirar*. Y lo hizo dentro de una jornada organizada por el Colegio de Enfermería de Navarra sobre la prevención de la violencia machista en la adolescencia que tuvo lugar en Civican en Pamplona. "Es un tema tremendo. Hay que conseguir que las chicas sean conscientes de lo que les pasa. Al principio, lo justifican. Y solo se dan cuenta cuando ya es tarde y se ha llegado a la violencia física y sexual". Tolosorra de 53 años y madre de tres hijos varones (de 23, 22 y 15), ha trabajado en centros de salud, es educadora en salud escolar y vocal de la Sociedad Española de Enfermería Escolar en Castilla La Mancha. "En los colegios, la educación sexual debe trabajarse de manera transversal y no abordarla solo si surgen conflictos", expone.

Según el estudio de ANAR, existen cuatro tipos de violencia. Por orden de incidencia: psicológica (humillaciones... 92%), social (insultos en público, 51%), física (golpes, 42%) y sexual (14%). En más de la mitad de los casos (53%), según dicho informe, están implicadas las redes sociales

y el 72% de las chicas no denuncia. "Este auge del machismo en la adolescencia ocurre desde hace menos de una década. Ahora comparten todo en *Instagram* y es fácil controlar por *Whatsapp*", insiste Blanca González. Aunque rompe una lanza por las "parejas sanas". "No convirtamos esta situación en una lucha de sexos porque no sería justo", recalca.

**Poner normas desde niños**  
 Una opinión similar sostiene la psicóloga, sexóloga y terapeuta de pareja Begoña Labayen Alonso y apuesta por "poner normas" a los niños desde pequeños, "aunque no esté de moda". "Si un niño no entiende que sus actuaciones van a tener consecuencias, cuando llegue a la adolescencia, se las saltará todas", insiste. Y recalca en la importancia de enseñar a los hijos a saber decir 'no' y a tolerar un 'no' por respuesta. "Pero eso lo han tenido que ver en casa y en el colegio. Si no, en la adolescencia solo se van a regir por su instituto. Y es importante gestionar la emociones para decir 'no' cuando algo no te gusta o aceptar

de

QUINTO ESCALÓN

**Humillaciones e insultos.** La pareja se encuentra con las amigas de ella y Pepa se acerca a saludarlas. Él le dice que parece una "tonta", una "gilipollas" y que no le gusta con esa actitud. Pepa, humillada, no vuelve a saludarlas.



ria

CUARTO ESCALÓN

**Relaciones sexuales y falso consentimiento.** Pepa y Pepe ya llevan cuatro meses saliendo y él la presiona para mantener relaciones sexuales. "Si no, es que no me quieres", le dice. Pepa se siente acorralada y, aunque no quiere, acepta.



to

TERCER ESCALÓN

**Chantaje.** Pepa quiere ir al viaje de fin de curso a Italia con su clase pero a Pepe no le hace gracia. "Tú verás lo que haces". Pepa cree que ir supondrá consecuencias negativas para su relación. Pone excusas a sus amigas y se queda.



his

SEGUNDO ESCALÓN

**Aislamiento de amigas y aficiones.** Pepe no quiere que Pepa quede con sus amigas: Prefiere que estén los dos a solas para "conocerse". No le gusta que ella vaya a inglés y otras actividades de ocio y formación. Pepa se va aislando.



La

PRIMER ESCALÓN

**Control de la ropa y el móvil.** Pepe y Pepa tienen 16 años y llevan dos semanas saliendo. A él no le gusta que ella lleve minifalda o mallas ceñidas ni que esté en grupos de 'whatsapp' con chicos. Ella lo acepta: cree que la quiere mucho.



**La socióloga cordobesa Carmen Ruiz inventa una historia para detectar la violencia machista entre los adolescentes**

**P**EPE y Pepa son una pareja de 16 años que llevan dos semanas saliendo. Se han conocido a través de un grupo de 'whatsapp' de amigos comunes. Como van a distintos colegios, solo se ven los fines de semanas pero Pepe cada vez controla más a su novia a través del móvil:

**Del control del móvil y prohibir la minifalda a la agresión física y sexual**

Familia, sexualidad y violencia machista

LAS FRASES

**Blanca González**  
ENFERMERA EDUCADORA EN SALUD  
"Familias y amigas deben estar alerta y notar si la chica está triste o solo quiere salir con su novio"

**Begoña Labayen**  
SEXÓLOGA TERAPEUTA DE PAREJA  
"Para evitar la violencia machista tenemos que enseñar a nuestros hijos decir y aceptar un 'no'"

que te rechacen". Pamplonesa de 40 años y con un niño de 10, aconseja a los padres hablar con sus hijos y preguntarles su opinión sobre este tema. "A algunas chicas les da vergüenza contar qué les ha ocurrido porque se sienten culpables. Las mujeres solemos sentir pena por nuestras parejas cuando las vemos sufrir y las justificamos". Blanca González recomienda a las familias estar alerta si observan cambios en sus hijas (están muy tristes, solo salen con su novio...) Las amigas, explica, desempeñan un papel importante. "Son las primeras que se dan cuenta de si su amiga no sale con ellas, ha cambiado su ropa..." Si lo cuentan, recalca, podrán evitar que lo que empieza por no llevar minifalda termine en golpes y ojos morados.

**Pe**  
SEXTO ESCALÓN

**Intimidación.** Pepe se enfada con Pepa por cualquier cosa. Un día, muy alterado, da patadas a un banco, tira el móvil de Pepa al suelo y lo rompe. Ella lo amenaza con dejarlo. Él le dice que va a cambiar y ella le da otra oportunidad.



"¿Dónde estás?", "¿con quién estás?" Pepe le dice a Pepa cómo tiene que vestir, controla sus grupos de 'whatsapp' y le pide las contraseñas de sus redes sociales. A ella no le importa porque piensa que "la quiere mucho". Pero lo que empieza con prohibir la minifalda y las mallas ajustadas termina a los meses con golpes y violaciones. Pepa y Pepe pueden ser cualquier pareja de adolescentes. Y la socióloga cordobesa Carmen Ruiz Repullo ha inventado una historia sobre cómo las chicas van subiendo, sin darse cuenta, hasta diez escalones. Doctora en Sociología, profesora de la Universidad Pablo de Olavide (Sevilla), ha trabajado para el Instituto de la Mujer de Andalucía. El pasado noviembre un vídeo sobre esta historia se hizo viral y en cuatro meses ha superado los dos millones de reproducciones. En abril, Ruiz impartirá una conferencia en la

LAS CLAVES

72%

**VIOLENCIA DIARIA.** Según un estudio nacional, en la mayoría de casos hay agresiones todos los días

**Aumentan las llamadas para pedir ayuda.** La Fundación ANAR (Ayuda a niños y adolescentes en riesgo) recibe cada vez más llamadas telefónicas de adolescentes víctimas de violencia machista o que la presencian en su casa. En 2009, fueron 278 y en 2016, cerca de 2.800.

**Insultos, golpes o violaciones.** Según el mismo estudio de ANAR, existen cuatro tipos de violencia machista. En la mayoría de los casos (92%), las chicas denuncian violencia psicológica (humillaciones...) Le siguen la social (insultos en público), la física (golpes) y la sexual (violaciones)

**pa**  
SÉPTIMO ESCALÓN

**Agresiones físicas iniciales.** Pepe se enfada con Pepa porque no quiere que vaya con sus amigas y la insulta. Ella no aguanta más y se va. Él la persigue, la alcanza y la agarra con fuerza del brazo. Ella llora y él se arrepiente.



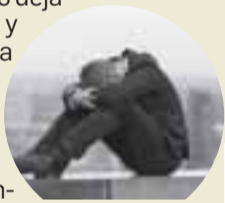
**Carmen Ruiz Repullo, socióloga**  
UPNA, en un curso de experto sobre convivencia escolar. La socióloga representa la violencia machista como una escalera en la que el chico controla más a la chica. Y utiliza, además, el experimento de la rana para hablar sobre la culpa. "Algunos dicen que Pepa es tonta por subir los escalones y les respondo: Probad a meter una rana en un olla con agua muy caliente. Huirá. Pero no si la metéis con agua templada, cuando vaya a hervir, la rana estará muy débil para saltar. Por eso, ¡agarrad a Pepa y sacadla!"



Ane Sesma (antropóloga), Blanca González (enfermera) y Nacho González (Colegio Enfermería Navarra), en la jornada en Civicán.

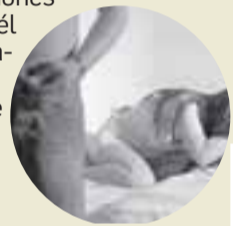
**y**  
OCTAVO ESCALÓN

**Amenazas.** Pepa le dice a Pepe que necesita "tiempo para pensar" si seguir o no con él. Pepe contesta que no puede estar sin ella, que si lo deja "se matará" y que ella es la única que lo comprende. Ante esa amenaza, Pepa continúa con él.



**Pe**  
NOVENO ESCALÓN

**Agresión sexual con fuerza.** Tras una semana sin peleas, Pepe le propone a Pepa pasar el fin de semana juntos. Comienzan a tener relaciones sexuales y él la fuerza para hacer algo que no le gusta. Ella llora: él ha sido 'muy brusco'.



**pe**  
DÉCIMO ESCALÓN

**Violencia física severa.** Pepa llora todos los días en su cuarto, está muy triste y evita a su familia y amigos. Cuando le confiesa a Pepe que quiere dejarle, él, muy alterado, la coge del cuello. Ella siente miedo y él la golpea fuertemente.



les, del respeto a la diferencia, la libertad de elección en temas tan cotidianos como el juego, el color de la ropa..."

**Naturalidad No forzar una conversación**

Estefanía Sáez recuerda que no es necesario "hablar de un modo directo" ni "forzar" la conversación. "Con nuestro comportamiento cotidiano y nuestras actitudes ya estamos hablando. Nuestros hijos sacan mucha información sobre sexualidad por nuestros comportamientos". A este respecto, Begoña Labayen insiste en que los padres saquen tema de conversación con sus hijos. "Se puede hablar de lo que les ha pasado a terceras personas y preguntarles a ver qué opinan..."

**Formación Más que las charlas en colegios**

Estefanía Sáez considera que las charlas en los colegios, aunque son necesarias, deben ser "excepcionales". "Debemos superar el ámbito de las conferencias puntuales en los colegios y sustituirlas por comentarios y expresiones cotidianas".

**Peligros Herramientas para saber evitarlos**

Sáez cree que hay que dar un giro y salir de los "peligros, riesgos y miserias" de adolescentes y dotarles de "herramientas, habilidades y capacidades" para que puedan evitar esos riesgos. "Hay que evolucionar de una sexualidad peligrosa y arriesgada hacia una sexualidad enriquecedora, positiva y creativa". En Amaltea, cuenta, han desarrollado el programa 'Parejas saludables' para prevenir la violencia machista.

# Educar en sexualidad en la vida diaria

Responder a las preguntas de los niños aunque sean incómodas e integrar la sexualidad (qué es ser chica y chico y no solo los órganos sexuales) en el día a día. Son los consejos de dos sexólogas

**A** muchos padres les da vergüenza hablar con sus hijos sobre sexo. Evitan responder a las preguntas o creen que de esos temas ya les hablarán en el colegio. Porque, quizá, ellos no recibieron una buena educación sexual y creen que "no saben". Sin embargo, los expertos recomiendan hablar con los hijos desde pequeños y no dejar la responsabilidad en las aulas. La sexóloga Estefanía Sáez Sesma (responsable educativa de Amaltea) y Begoña Labayen Alonso (terapeuta de parejas) ofrecen algunas claves.

"Tenemos que responder como si nos hablaran de cualquier otra cosa y no bloquearnos. Si nos preguntan para qué sirve una cuchara se lo diremos pero ¿y si quieren saber cómo se hacen los niños? Tenemos que explicárselo de acuerdo a su edad", recalca Begoña Labayen.

**Diversidad No solo es hablar de genitales**

Estefanía Sáez insiste en que no debemos pensar que hablar de sexualidad es referirnos a la pubertad, los genitales, las relaciones sexuales, las parejas... "Porque significa hablar de muchas más cosas: de qué es ser chico y chica, de los estereotipos sexua-

**Curiosidad Contestar siempre a sus dudas**