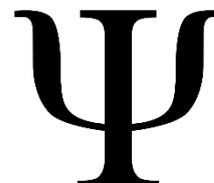


# Redes de apoyo en mujeres víctimas de violencia, una propuesta para generar resiliencia



Jenny Olalla & Kevin Toala

*Universidad Internacional SEK, Quito, Ecuador*

**Programa:** Desarrollo y Transformación Social

**Línea:** Ciencias Psicológicas

**Fecha de defensa:** 13 de marzo del 2020.

**Director del proyecto:** Gabriela Pazmiño, PhD.

**Tutor Principal:** Diego Tapia Figueroa, PhD.

## PALABRAS CLAVE

**Violencia, género, resiliencia, redes, apoyo.**

---

### Resumen

En la actualidad, la violencia de género se presenta como una problemática de salud que involucra a la sociedad en su conjunto. En el Ecuador, seis de cada diez mujeres sufre algún tipo de violencia, lo que repercute en varios aspectos de su vida como en su estado emocional, desempeño laboral o relaciones interpersonales.

Este trabajo implicó materiales y métodos de investigación. Por lo que se realizó desde el enfoque cualitativo de la investigación; con una población de diez mujeres que asiste a una institución pública del país, a quienes se les aplicó una entrevista, y un cuestionario de apoyo en pareja y estereotipos.

Los resultados evidenciaron la importancia de las redes de apoyo formales e informales, que sirven tanto para afrontar una situación violenta, como para denunciar el hecho. Estas aportan significativamente para el restablecimiento de las relaciones interpersonales, permitiéndole a estas mujeres encontrarse consigo mismas, fortalecer su autoestima, tomar decisiones y generar una mayor resiliencia.

Se concluye que, las redes de apoyo aportan significativamente a la persona que ha sufrido violencia de género. Estas sirven como productoras de resiliencia, siendo las redes informales las más importantes, ya que contar con una persona cercana, sea familiar o amistad, logra que la víctima pueda denunciar el hecho y plantear una salida, trazar nuevos objetivos de vida y cumplir nuevas metas a corto, mediano y largo plazo.

## KEYWORDS

**Violence, gender, resilience, networks, support.**

---

## Abstract

---

Gender based violence is currently known as a health-related issue that involves society as a whole. In Ecuador, six out of ten women are victims of any kind of violence, this showing repercussions in their emotional state, work performance, interpersonal relationships, and their life in general.

This work was carried out from the qualitative research approach with a population of ten women attending a public institution in the country, who answered an interview and the questionnaire of couple support and stereotypes.

The results evidenced the importance of support networks, which are useful both -formal and informal- to face a violent situation, and to denounce the act of violence, contributing a lot for the restoration of the interpersonal relationships and allowing them to find with themselves, thus strengthening their self-esteem, decision making and generating a bigger amount of resilience than they already had.

It is concluded that the support networks are vital to the person who has suffered gender based violence and are recognized as producers of resilience. The most important being informal networks, since having a close person, be it family or friend, allow the victim to be able to denounce the act and think of a way out, setting new life goals and meet new goals in the short, medium and long term.

## Introducción

En la actualidad, la violencia de género es considerada como una problemática social que tiene repercusiones negativas en la víctima, las que pueden ser físicas y psicológicas, razón por la cual, resulta de relevancia su abordaje y estudio.

La Organización de las Naciones Unidas (1993), la precisa como todo acto o acción en el ámbito público y privado que implica maltrato físico, psicológico o sexual, involucrando acciones de intimidación, amenaza o intentos de violentar la integridad de la persona.

Desde otra mirada, Flores (2017) la define como todo acto violento ejercido hacia la mujer por la condición de serlo, mismo que se puede presentar en el ámbito familiar, social o laboral.

Según la Organización Mundial de la Salud (2003), y en base a la información arrojada por encuestas aplicadas a nivel mundial, entre el 10% y el 69% de mujeres han mencionado sufrir de algún tipo de violencia en la relación con su pareja.

Datos de la misma investigación indican que la violencia física, en la mayoría de situaciones, también involucra maltrato psicológico y en otros casos se presenta también abuso sexual (OMS, 2003).

En un estudio posterior, la OMS (2013), señala que todo acto perpetrado contra una mujer y que involucre algún tipo de violencia es considerado un problema de salud pública y una violación a los derechos humanos. Esta es la premisa por lo que se indica que este es un problema que involucra a toda la sociedad.

Estadísticas mundiales señalan que el 35% de la violencia de género que se presenta de forma psicológica, física y sexual, proviene de parte de la pareja. Y, de acuerdo a datos del mismo estudio, el 30% la violencia física y sexual hacia la mujer en su relación de pareja se agrava en algunas regiones. De estos casos, el número total de víctimas -que representa un 38% a nivel mundial- está relacionado con femicidios que se deben a la violencia conyugal (OMS, 2013).

En el Ecuador, los tipos de violencia contemplados en la Ley Orgánica para la Prevención y Erradicación de la Violencia de Género contra las Mujeres (2018) son: física, psicológica, sexual y patrimonial. Cada una de estas influye de manera negativa en las distintas esferas que se desenvuelve

la persona que la sufre (Quintana, Rosero, Serrano y Pimentel, 2014).

Según datos de la encuesta sobre violencia de género realizada en el Ecuador en el año 2011, seis de cada diez mujeres habrían sido víctimas de este tipo de violencia, siendo la psicológica la que se presenta en mayor índice con un 53.9%, la física con el 38% y la sexual con el 25.7% (Chávez y Juárez, 2016).

Basado en información del Ministerio de Economía y Finanzas en el Presupuesto General del Estado para 2020 (2019), el monto asignado para la aplicación de la Ley para Erradicar la Violencia de Género se ha reducido en un 84% para el año 2020. Esto quiere decir que, de USD 5.4 millones pasará a USD 876.862,09 en el caso de ser aprobada. Lo que trae innegables consecuencias, tanto para la aplicación, como el cumplimiento de las políticas estatales ejecutadas para este problema social y de salud.

Siendo una problemática de gran impacto social, resulta de gran importancia su abordaje desde sus efectos en la vida de la persona, considerando los múltiples factores que se presentan en la relación violenta que involucran a la víctima y el victimario.

## Marco Jurídico Nacional

La Constitución de la República del Ecuador (2008) en el art. 66 numeral 3, reconoce el derecho a la libertad, incluyendo la integridad física, psíquica, moral y sexual, adoptando medidas para prevenir, eliminar y sancionar toda forma de violencia en especial la ejercida sobre mujeres y toda persona en situación de desventaja o vulnerabilidad.

Asimismo, en el art. 81 se indica que la Ley establecerá procedimientos especiales y expeditos para el juzgamiento y sanción de delitos de violencia intrafamiliar o sexual que se cometa contra niños adolescentes y otras personas que por sus particularidades requieran una mayor protección (Constitución de la República del Ecuador, 2008).

Por su parte, en el Código Orgánico Integral Penal (2014), el art. 155 establece la violencia contra la mujer como toda acción que involucre maltrato físico, psicológico o sexual perpetrado por un miembro de la familia en contra de la mujer u otro integrante del hogar. Este delito será sancionado según el art. 156 (Violencia física contra la mujer o miembros del núcleo familiar), art. 157 (Violencia psicológica contra la mujer o miembros del núcleo

familiar) y art. 158 (Violencia sexual contra la mujer o miembros del núcleo familiar). Aquí no se incluye la violencia económica y patrimonial (COIP, 2014).

Según el artículo 1 de la Ley Orgánica para la Prevención y Erradicación de la Violencia de Género Contra las Mujeres (2018), el objetivo de esta es prevenir y erradicar todo tipo de violencia perpetuada contra la mujer, sea esta producida en el ámbito público o privado, durante todo el ciclo de vida y que afecte su integridad física y psíquica.

Evidentemente, la violencia tiene consecuencias negativas: afecta el estado emocional, las relaciones familiares, amistades y a otras modalidades de red de apoyo que pueden aportar a la capacidad de sobrellevar las situaciones que viven a diario o han vivido las mujeres con sus parejas.

Además, tiene repercusiones en varias esferas de la persona que la sufre, en particular, en la percepción de sí misma y su sistema de creencias, así como también en la dificultad para mantener vínculos sociales sanos y estables (Perrone y Nannini, 2010).

Los golpes, gritos, insultos, amenazas son manifestaciones de violencia; esta relación puede llegar a ser simétrica, asimétrica o complementaria. El contexto, la situación económica, el nivel de preparación académica, los hijos, entre otros, son factores que requiere un análisis minucioso debido a la magnitud de su influencia en la decisión de la mujer para permanecer en el círculo de violencia (Perrone y Nannini, 2010).

### **Redes de apoyo**

El concepto de *redes de apoyo* o *apoyo social* ha sido utilizado y trabajado en varios sentidos, e involucra la interacción de uno o varios grupos de los que es parte el sujeto.

Estas redes se entienden como la unión, apoyo e interacción entre pares o grupos que influye de manera positiva mejorando la adaptabilidad para hacer frente a situaciones, momentos o conflictos generadores de malestar en un corto plazo. La red de apoyo puede estar compuesta por la familia, amigos, vecinos, entre otros (Landeroy y González, 2006).

Para Laso, Hernández y Guerra (2015), el trabajo de la red social o de apoyo es brindar un soporte inmediato, recibido de parte de personas del mismo círculo o contexto, lo que involucra la red cercana

de interacción, entre los que están familiares y pares.

En situaciones en las que se carece de ayuda o se presenta vulnerabilidad, la reciprocidad entre pares se expresa o manifiesta como un sistema de interacción, como estrategia de supervivencia para afrontar una situación angustiante o un momento de dificultad que se está atravesando.

Los sujetos que se distinguen como beneficiarios o, que cuentan con una red de apoyo, llegan a aprovechar una función de protección entre pares que les permite sobrellevar las situaciones de mejor manera.

Estas redes pueden ser formales e informales: las primeras conforman instituciones encargadas de brindar ayuda o soporte técnico especializado y las informales -por su parte- comprenden a la familia, amigos y personas cercanas que brindan apoyo a la persona (Juárez, Valdez, Hernández, 2005).

En la actualidad, los estudios realizados sobre redes de apoyo o sociales y la vulnerabilidad a la violencia contra las mujeres, son mínimos. Sin embargo, existen estudios previos que indican que las personas víctimas de violencia disminuyen su participación en la interacción social, familiar y con sus pares, en la medida en que la violencia sigue en aumento (Juárez, et al., 2005).

En estas situaciones y, a pesar de la disminución en su interacción con los demás, el vínculo cercano, las relaciones significativas, el apoyo para desarrollar la capacidad de sobrellevar las situaciones de violencia y afrontarlas, es lo que le permite a la víctima poder avanzar, hacer frente, superar las crisis y continuar con su vida (Flores, 2018).

Estas redes juegan un papel clave en el proceso de afrontamiento o salida de la situación violenta. Ya sea con las redes de apoyo formales tomando medidas legales, como con las redes de apoyo informales permitiéndole comunicar lo que vive y siente. Además, son estas redes quienes brindan apoyo emocional y tienden a ser partícipes de denunciar el hecho, ayudando así a afrontar la situación violenta (Sivak, 2018).

### **¿Qué es la resiliencia?**

Sivak (2018) la define como la capacidad construida con características sociales y personales que le permiten al individuo recuperar su estado inicial, esto sucede cuando termina la situación o acto perturbador al que ha sido sometido.

También se la define como la capacidad que tiene el sujeto para enfrentar y superar los momentos adversos que se le presentan en su diario vivir, aprendiendo y generando cambios internos que le permiten transformarse y sobrellevar estas situaciones (Henderson, 2006).

En la actualidad, se la concibe como producto de la interacción de recursos personales, el contexto y condiciones ambientales; a diferencia del pasado, que se consideraba solo como una característica interna del sujeto (Salvador, 2015).

Para Acosta (2018), su generación y fortalecimiento dependen de la conformación de varios factores que no solo involucran lo personal, sino que tiene un aporte significativo lo familiar, social y contextual.

Cyrułnik y Anaut (2016), recalcan que la resiliencia es la posibilidad de poder hacer frente a situaciones adversas y volver a la vida después de situaciones generadoras de ansiedad o agonía psíquica que involucran la pérdida de estabilidad emocional en la persona.

No hay un perfil de un sujeto resiliente. Por tanto, resulta importante analizar todas las condiciones en las que el individuo ha crecido o se ha desarrollado; las de su entorno y de sí mismo, para conocer las posibilidades que tiene para crecer. Ningún ser humano es más resiliente que otro.

De hecho, se puede decir que, cuando alrededor de un individuo las condiciones son positivas (factores internos, externos y percepción frente a la situación adversa o agresiva), este tiene más probabilidades de desarrollar un proceso de resiliencia (Cyrułnik y Anaut, 2016).

Las situaciones adversas que se presentan en los diferentes contextos de interacción del sujeto como el personal, familiar, social, laboral o amoroso, pueden alterar la estabilidad y orden de este, así como las que se presentan en su vida diaria (Henderson, 2006).

### ***La necesidad e importancia del apoyo psicológico***

Diversos autores coinciden en las repercusiones negativas y desfavorables de la violencia de género en la mujer que la sufre, afectando el desarrollo de sus relaciones con los demás, la forma de comunicar lo que siente y piensa, y en toda interacción con su entorno.

A través del trabajo con las redes de apoyo se puede brindar alternativas que permitan trabajar estas relaciones, fortaleciéndolas y brindando recursos

internos para la víctima, como mayor confianza, seguridad y autoestima.

De esta forma, se puede hacer frente a la situación adversa que sufre en su hogar, incluso siendo capaz de romper el círculo de violencia que vive en la relación de pareja.

Desde esta premisa se propone el trabajo con las redes de apoyo con las que cuenta una víctima de violencia de género. Esto permitirá conocer los efectos subjetivos que tiene sobre ella y su capacidad para afrontar la situación que está atravesando.

Con lo antes mencionado, se puede formular la siguiente pregunta de investigación. *¿Cómo puede el trabajo con las redes de apoyo generar resiliencia en mujeres víctimas de violencia?*

Resulta importante comprender la necesidad de apoyo psicológico que presentan las víctimas de violencia y el papel de las relaciones cercanas en el proceso de mantenimiento o salida de la situación violenta en la que está inmersa.

A pesar de que la violencia contra mujer ha sido abordada desde el Estado y la red de salud pública, se sigue presentando como un problema de gran escala y que va en aumento.

Se han planteado soluciones y varias intervenciones, pero aún no se presenta una respuesta social e institucional acertada para el trabajo de protección con las víctimas de este fenómeno (Cobos, 2016).

La evaluación de la situación y las probabilidades para abordar el problema o las adversidades permitirá que la resiliencia se vea fortalecida en la persona y generar mayores recursos para hacer frente a la situación. De este modo, se mostrará abierta a escuchar a sus pares y familiares, siendo beneficioso para ella (Quitumbo, 2019).

Las personas que han sufrido situaciones violentas de parte de su pareja, deben presentar recursos para sobreponerse, esto implica la ayuda externa para poder comprender de mejor forma la situación y tener mayor consciencia de lo que ocurre.

Según Walker, existiría un ciclo en el que se desarrolla la violencia, el cual está compuesto por tres momentos: uno donde se acumula la tensión, otro donde se produce el estallido de esta y, otro más donde se presenta el arrepentimiento del victimario y se conoce como 'luna de miel' (Álvarez et al., 2016).

Estos se repiten de tal manera que forman un círculo del cual la víctima no puede salir y, asimismo, se vuelve imposible confrontar las situaciones que se viven en la relación de pareja, siendo negativas y desfavorables para la persona.

El trabajo con estas redes de apoyo permite a la mujer fortalecer aspectos personales como la autoestima, el estado de ánimo, la motivación y las expectativas para salir de la situación negativa de la que es parte.

Se traza -a partir de la red de apoyo- la posibilidad de procesar sentimientos y emociones, pero en particular, de exteriorizar mediante la palabra sus vivencias y cómo el apoyo externo puede ser generador de motivación para superar la situación que atraviesan en su entorno familiar.

Las víctimas de violencia pueden presentar diversas maneras de enfrentar la situación de violencia. Están quienes pueden ser negativas (agresivas o evasivas), que bloquean y aíslan a la persona, y las de tipo resiliente, quienes se permiten aprender a sobrellevar las situaciones y afrontarlas de manera que explotan los recursos propios y salen de los conflictos de manera positiva (Cordero y Teyes, 2016).

El brindar alternativas que favorezcan la conformación de redes de apoyo contribuye al individuo como herramienta para su propio reconocimiento y proporciona posibilidades para hacer frente a situaciones adversas, compartiendo lo que vive y siente. Esto posibilita la potencialización de los recursos que brindan un soporte adecuado para la víctima, logrando cambios significativos.

Con estos antecedentes se considera a la violencia ejercida en contra de las mujeres como un problema social de gran magnitud. Este conflicto es abordado por el área de salud, que a su vez se respalda en leyes y programas nacionales (Constitución del Ecuador, COIP, Ley Orgánica Integral para Erradicar la Violencia Contra la Mujer), así como en convenciones internacionales (CEDAW, Belém do Pará) para su erradicación. Sin embargo, no deja de ser una problemática que -evidentemente- se amplía con fatales desenlaces para algunas mujeres.

Esta relevancia permite abarcarla desde distintos enfoques, siendo un aporte teórico significativo para el abordaje y estudio de esta problemática desde un modelo psicoterapéutico actualizado y contextualizado.

El trabajo fue realizado en una institución pública del país, la cual se encarga de brindar asesoramiento, patrocinio y representación judicial gratuita, con protocolos y responsabilidad para evitar la revictimización.

El proceso de investigación fue realizado desde un enfoque sistémico, esto permitió trabajar la problemática desde los factores que componen el sistema familiar y social de las mujeres víctimas de violencia por parte de sus parejas.

Desde la psicoterapia se propone el trabajo con las redes de apoyo y el fortalecimiento de estas para desarrollar mecanismos propios que le permita a la persona sobrellevar, concienciar y generar una mayor resiliencia frente a la situación violenta.

La finalidad de este artículo es demostrar cómo el trabajo con las redes de apoyo puede generar una mayor resiliencia en las mujeres que sufren de algún tipo de violencia de género. Trabajando desde su capacidad para sobrellevar, sobreponerse y salir fortalecidas de las situaciones adversas.

## **Materiales y métodos**

El estudio tiene como finalidad demostrar la función de las redes de apoyo formales e informales en el proceso para generar mayor resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género.

El trabajo se realizó con una población de diez mujeres. Todas ellas asisten a una institución pública del Ecuador y han sufrido de algún tipo de violencia de género por parte de su pareja.

Se abordó desde el enfoque de investigación cualitativo descriptivo, con un modelo fenomenológico, ya que se trabajó con las experiencias subjetivas de las participantes de este estudio.

Para el trabajo con la población se aplicó una entrevista y el cuestionario de apoyo en pareja y estereotipos, en el contexto de la investigación Redes de Apoyo en Mujeres Víctimas de Violencia realizado por la Universidad Internacional SEK en convenio con la Universidad de Guadalajara y una institución pública del Ecuador.

Se realizó la fase de recolección de la información por medio de la aplicación del cuestionario y la entrevista a las participantes del estudio, para luego analizar y documentar los resultados obtenidos.

## **Resultados**

Según los datos arrojados en las entrevistas aplicadas a las mujeres participantes de este estudio, en todos los casos existió la presencia de una persona de su círculo familiar (hermano, madre, hijo o amiga/o cercana/o) que brindó ayuda o soporte para denunciar el hecho. Así se evidencia que las víctimas contaron con una persona cercana para expresar lo que sentían.

Las principales redes de apoyo con las que contaban eran familiares ya que en la mayoría de los casos sus relaciones interpersonales se veían afectadas por su relación de pareja, lo que las mantenía alejadas de amigos, vecinos y comunidad en general.

Una de las características principales para mantenerse en el círculo de violencia era el miedo, por las amenazas recibidas por parte de su pareja y el cuidado de los hijos, lo que condicionaba la toma de decisiones y no permitía salir de la situación violenta que sufrían dentro del hogar.

En este punto de la aplicación de la entrevista se presentaron sentimientos de angustia y tristeza al recordar las acciones violentas recibidas en su contra mientras mantenían la relación. Esto causó un quiebre anímico, ante lo cual, se realizó contención emocional.

Por otra parte, en base a la percepción de sí mismas, expresaron sentirse mejor consigo mismas y tener tranquilidad. Condición que no se había presentado hace mucho tiempo, mencionando también que ahora existe mayor confianza y determinación para la toma de decisiones, muchas indicaron sentirse más seguras.

Al hacer referencia en sus relaciones interpersonales, las participantes del estudio, admiten que su interacción disminuyó drásticamente mientras duró el maltrato. Actualmente, se muestran precavidas y dudan en gran medida de las intenciones de los demás, manifestando no querer volver a vivir la situación que atravesaron en su relación anterior.

Una de las principales características presentadas en la población observada es la determinación de terminar con el círculo de violencia del que han sido parte, considerando el trabajo con las redes formales para tomar las medidas legales frente al tema de la separación y divorcio, respectivamente.

Entre los datos obtenidos del cuestionario de apoyo en pareja y estereotipos, uno de los patrones reiterados son las escenas de celos y maltrato

psicológico de parte del victimario, junto con la violencia económica que involucra discusiones y enojo por desacuerdos en la relación de pareja.

En los roles de género, se evidencia la búsqueda de ciertas características como: personalidad fuerte, dominante, agresivo, liderazgo y duro dentro del prototipo de 'hombre ideal'. Lo que permite contrastar con la situación violenta condicionada por características del entorno donde ha crecido la víctima, el contexto familiar y el ámbito social del que ha sido parte.

Entre los principales problemas y necesidades de las víctimas se encuentran: variaciones en el estado de ánimo, daño físico y problemas de salud; la necesidad de apoyo psicológico y contar con alguien cercano a quien se pueda comunicar o contar las situaciones de violencia que han vivido.

Según las encuestas realizadas, el principal apoyo al que recurren en la situación de violencia es la madre o hermana, siendo en menor índice la presencia de un familiar de género masculino como apoyo frente a dicha situación.

En concordancia con lo expresado por las participantes en las entrevistas, la mayoría de gente no es confiable para ellas y es necesario cuidarse las espaldas de los demás. Indican que solo un pequeño grupo de personas cercanas son capaces de estar los momentos de mayor necesidad afectiva o de cuidado frente a la situación violenta o frente al victimario.

No existe un límite de edad o tiempo en la relación de violencia o de mantener el círculo violento. Existe una media de dos hijos por pareja, lo que tiene influencia al ser una causa importante -mas no determinante- para seguir en la relación de pareja sufriendo algún tipo de violencia.

## **Conclusión**

Mediante la presente investigación se expresa la relevancia que tienen las diferentes redes de apoyo, formales e informales para generar resiliencia en las mujeres víctimas de violencia, contribuyendo significativamente en la decisión de abandonar el círculo de violencia del que son parte.

Durante el proceso de revisión bibliográfica de estudios similares y entrevistas previas a usuarias se puede concluir que, un factor fundamental para generar resiliencia en las mujeres que han sufrido algún tipo de violencia y se han mantenido por mucho tiempo en esta relación violenta, es el poder

contar con algún tipo de apoyo externo, familiar cercano, amigo/a, autoridades, entre otros.

El trabajo con las mujeres víctimas de violencia debe establecer en su intervención integral el reconocimiento e identificación de las personas cercanas con las que cuenta la víctima, guiar a los miembros de esta red de apoyo informal en cómo convertirse en un factor protector y promovedor de resiliencia. Al reforzar esta capacidad en el entorno se puede ayudar de mejor manera a la víctima a abandonar la situación perturbadora o amenazante.

Las instituciones estatales que brindan atención directa a las mujeres que han sido víctimas de violencia, en los diferentes ámbitos como salud, justicia, educación, entre otros, forman parte de las redes de apoyo formales, que favorecen o deberían favorecer a las mujeres. Estas deben contribuir a las víctimas a desarrollar empoderamiento y confianza en sí mismas, así como en los profesionales que conforman estas instituciones, con la finalidad de acabar con esta situación de arbitrariedad, maltrato y revictimización que afecta en gran número a las mujeres tanto en el área urbana como rural.

Posterior a los resultados conseguidos tanto del cuestionario de apoyo en pareja y estereotipos, como de las experiencias compartidas por las mujeres que fueron víctimas de violencia, se obtuvo que ellas intentaron alejarse de esta relación violenta en algunas ocasiones previas, pero no lo consiguieron debido a que en ese momento no contaron con una persona que pueda motivar o reforzar su decisión. Esto generó miedo e inseguridad al momento de decidir nuevamente separarse de su pareja, debido al fracaso inicial y las consecuencias que esto conllevó.

Las mujeres de este estudio indicaron que, a pesar de la separación y de continuar con su vida, sigue existiendo una violencia verbal y psicológica por parte de su ex pareja. Esto debido al contacto que aún mantienen por los hijos o porque el proceso de divorcio aún no ha finalizado.

El proceso que se vive a lo largo de la relación violenta implica varios momentos a considerar en las víctimas: primero, creer que las cosas pueden cambiar; segundo, mantenerse por los hijos o estabilidad económica (otra forma de violencia) debido a la situación que atraviesan y, finalmente, considerar factores externos, como la influencia de familiares -padres o hermanos mayoritariamente- que normalizan las situaciones violentas que atraviesan durante la relación.

Los procesos adaptativos o de salida del círculo violento implican cambios considerables tanto en la estructura familiar como en la percepción de las situaciones. Por tanto, es evidente la importancia del apoyo recibido por familiares y pares, y cómo esto ayuda al afrontamiento e incluso a la ruptura de la relación dañina, contribuyendo así al restablecimiento del estado emocional y la armonía propia del ser al terminar la relación violenta.

Múltiples factores se consideran en este punto, por ejemplo: la necesidad de socializar las emociones, el recibir un consejo o acompañamiento en el proceso. Esto ayuda considerablemente, tanto en el fortalecimiento emocional, como en la toma de decisiones para reestablecer los vínculos sociales cortados por la relación, e incluso para replantearse objetivos de vida perdidos como parte de las repercusiones del maltrato vivido.

Las mujeres que cuentan con una red de apoyo sólida o cercana logran denunciar el hecho más rápido, buscando ayuda de las instituciones estatales para terminar con la relación violenta. Los resultados revelan la importancia de contar con un amigo o familiar que le permita compartir lo que está viviendo y sintiendo, siendo participe de denunciar el hecho junto a la víctima. Así se evidencia la importancia de las redes de apoyo formales e informales en el proceso de salida.

La importancia de contar con estas redes permite a quienes viven este tipo de situaciones de violencia, tener alternativas -sea en familiares, amigos o instituciones estatales- para dar cumplimiento a los derechos de las mujeres, mismos que son respaldados por diferentes organismos.

El compartir lo que viven con alguien permite que se genere mayor resiliencia en las víctimas de violencia. Las mujeres partícipes del estudio manifestaron cambios significativos en sus relaciones interpersonales y en la percepción de sí mismas al romper el círculo, logrando el planteamiento de nuevos objetivos y el cumplimiento de metas personales.

## Referencias

Acosta, I. (2018). *La resiliencia, una mirada hacia las víctimas del conflicto armado colombiano* (Tesis de Especialización en psicología jurídica y forense). Universidad Santo Tomás, Bogotá.

- Álvarez, M., Sánchez A. y Bojó, P. (Ed). (2016). *Manual de atención psicológica a víctimas de maltrato machista*. San Sebastián, España: Colegio Oficial de la Psicología de Gipuzkoa.
- Constitución de la República del Ecuador. (2008). *Asamblea Nacional*. Registro oficial No. 449.
- Código Orgánico Integral Penal. (2014). *Asamblea Nacional*. Registro oficial No. 180.
- Ley Orgánica Integral Para La Prevención Y Erradicación De La Violencia De Género Contra Las Mujeres. (2018). *Asamblea Nacional*. Registro oficial No. 175.
- Chávez, M. y Juárez, A. (2016). Violencia de género en Ecuador. *Revista Publicando*, 3 (8), pp. 104-115.
- Cobos, E. (2016). *Apego, resiliencia y afrontamiento: un estudio con víctimas de violencia de género*. (Tesis doctoral). Universidad complutense de Madrid, España.
- Cordero, V. y Teyes, R. (2016). Resiliencia de mujeres en situación de violencia doméstica. *Revista Omnia* 22(2), pp. 107-118. Recuperado de: <https://bit.ly/2QE4iOT>.
- Cyrulnik, B. y Anaut, M. (2016). *¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Flores, E. (2017). *La violencia de género contra las mujeres y la resiliencia en el centro de apoyo a la mujer y la familia las marías de la ciudad de Cuenca*. (Tesis de maestría) Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Flores, K. (2018). *La Red De Apoyo Entre Mujeres Que Vivieron Situación De Violencia Conyugal*. In: Ciudad, Género, Cultura Y Educación En Las Regiones. Universidad Nacional Autónoma de México y Asociación Mexicana de Ciencias para el Desarrollo Regional A.C., México.
- Henderson, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Proforma presupuestaria 2020. (2019). *Ministerio de Economía y Finanzas*. Recuperado de: <https://bit.ly/2xYHqTv>.
- Juárez, C., Valdez, R., y Hernández, D. (2005). La percepción del apoyo social en mujeres con experiencia de violencia conyugal. *Revista Salud Mental*, Vol. 28, No. 4, pp. 66-73. Recuperado de: <https://bit.ly/3dz0WXg>.
- Landero, R. y González, M. (2006). Apoyo social en mujeres de familias monoparentales y biparentales. *Revista Psicología y Salud*, Vol. 16, Núm. 2, pp. 149-157.
- Laso, E., Hernández, E. y Guerra, M. (2015). La rejilla de dispersión de dependencias: un método para la evaluación del apoyo social. *Quaderns de Psicologia*, Vol. 17, No 1, pp. 83-94. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1293>.
- Naciones Unidas. (1993). *Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer*. Nueva York: Naciones Unidas.
- Organización Mundial de la Salud. (2013). *Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra la mujer: prevalencia y efectos de la violencia conyugal y de la violencia sexual no conyugal en la salud*. Ginebra: OMS.
- Organización Panamericana de la Salud. (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington: OPS.

Perrone, R. y Nannini, R. (2010). *Violencia y abusos sexuales en la familia. Una visión sistémica de las conductas sociales violentas*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.

Quintana, Y., Rosero, J., Serrano, J. y Pimentel, J. (2014). *La Violencia De Género Contra Las Mujeres En El Ecuador: Análisis de los resultados de la Encuesta Nacional sobre Relaciones Familiares y Violencia de Género contra las Mujeres*. Consejo Nacional para la igualdad de Género. Quito, Ecuador: CNIG.

Quitumbo, L. (2019). *La Resiliencia: Estrategia En Mujeres Víctimas De Abuso Sexual En El Marco Del Conflicto Armado*. (Tesis de pregrado). Universidad de Cali, Colombia.

Salvador, L. (2015). Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as. *Journal of Feminist, Gender And Women Studies*, 0(1). Recuperado de: <https://bit.ly/39dHtIb>.

Sivak, R. (2018). *Resiliencia: De las neurociencias a las redes sociales*. Buenos Aires, Argentina: Akadia.