

Cómo evitar la violencia en el noviazgo

Actualmente, diversos estudios afirman que el abuso sexual y la violencia en adolescentes ocurren con más frecuencia entre las parejas y que es el noviazgo en donde empiezan a desarrollarse distintas conductas antisociales que traen consigo graves consecuencias.

La violencia en el noviazgo constituye un serio problema para la salud física y mental de los adolescentes, y repercute en el ánimo de autoridades, padres de familia y sociedad en general de nuestro país.

Relaciones destructivas

En general, la violencia en el noviazgo tiende a pasar desapercibida por los propios jóvenes; sin embargo, en las relaciones de noviazgo que establecen las y los jóvenes entre los 15 y 24 años hay expresiones de violencia de muy distinto tipo y en diferentes grados.

El Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) llevó a cabo la Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo 2007, la cual afirma que el 15% de las y los jóvenes han experimentado al menos un incidente de violencia física; asimismo, indica que el 76% de los y las jóvenes son víctimas de violencia psicológica y que el 16.5% de las jóvenes entrevistadas señalaron haber sufrido un evento de violencia sexual por parte de su pareja.



El Instituto de Prevención del Delito del Estado de México, preocupado ante esta situación, dentro de su programa de pláticas de prevención, cuenta con el tema de "La Violencia", mismo que contiene el apartado de violencia en el noviazgo.

Al respecto, se han llevado a cabo pláticas informativas, reuniones vecinales y conferencias, a efecto de difundir información que sirva a los padres de familia para que se acerquen a sus hijos y de esta manera comuniquen todo lo relacionado al tema de noviazgo y de las inquietudes que consigo lleva.

Entre los factores que generan la violencia en el noviazgo entre adolescentes se encuentran:

- Adicciones (alcoholismo, drogadicción, tabaquismo).
- Desintegración familiar.
- Desorden alimenticio (bulimia, anorexia).
- Malas influencias.

¿Cómo identificar la violencia en el noviazgo?

Cuando...

- Se expresan celos de amigos, compañeros o familiares.
- Se quiere controlar todo lo que la pareja hace.
- Se obliga, con chantajes y manipulaciones, a tener relaciones sexuales.
- Se critican constantemente los principios familiares de su pareja, la convicción personal y la religión.
- Se critica constantemente ante la forma de vestir, de ser, de hablar.
- Se trata de aislar a la pareja socialmente.
- Se hacen escándalos en público y amenazas con el abandono si no hace lo que él o ella desea.
- Coquetea con otros (as) de manera abierta.
- Utiliza la lástima para justificar su actitud.
- Promete cambios que nunca llegarán.

Cómo iniciar y llevar un noviazgo sano

- No te precipites, a cada momento dale su tiempo y a cada tiempo dale su momento.
- Se quiere a las personas por lo que son, no por lo que tienen.
- Si tu noviazgo es por imitar a los demás, entonces tu fracaso será una constante en tus relaciones.
- El noviazgo no significa tener sexo, debes ser responsable y entender que lo mas maravilloso que pueden tener las personas es expresar su sexualidad, así que compártelo siempre con amor, pero sobre todo con responsabilidad.
- Comparte con tu pareja, comunícate, respeta su forma de pensar, juntos pueden llegar a grandes acuerdos, recuerda que dos cabezas siempre piensan mejor que una.
- Propongan metas sanas, de estudio, de amistades, evitando el revanchismo y protagonismo que pueden generar violencia.
- La fidelidad es otro elemento fundamental, sin ella la relación será un desastre.

¿Qué hacer en caso de que seas víctima de violencia en el noviazgo?

Evita justificarlo.
Habla y Protégete.
Evita aislarte.

Pero sobre todo, no dudes en pedir ayuda profesional, te servirá de guía para salir del problema.



- Ha hecho que la pareja sienta miedo de sus reacciones. Es decir, se irrita y tiene estallidos de violencia exagerados y luego actúa como si no hubiera pasado nada o ha llegado a amenazar con suicidarse.
- Han existido ya agresiones físicas entre las cuales se encuentran: empujones, cachetadas, rasguños, golpes, entre otros.
- Hace comparaciones con otras personas, dejando a su pareja incómodo/a y humillada/o.
- Ha tocado, besado o acariciado a su pareja sin su consentimiento, poniendo en duda sus sentimientos o su amor.

Consecuencias de la violencia en el noviazgo

- Depresión.
- Baja autoestima.
- Aislamiento.
- Fracaso escolar o bajo rendimiento laboral.
- Deserción escolar.
- Violaciones recurrentes.
- Trastornos alimenticios.
- Embarazos no deseados.
- Agresiones físicas que atentan contra la salud física y emocional.
- Infecciones de transmisión sexual.
- Expresión extrema de suicidio.

Fuente:
Instituto de Prevención del
Delito del Estado de México.

Promueve CEMYBS noviazgo sin violencia

Con el propósito de atender a las mujeres objeto de algún tipo de agresión, el Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social (CEMYBS) puso en operación 16 Unidades de Atención a Mujeres, sus Hijas e Hijos Víctimas de Violencia, ubicadas en diferentes municipios de la entidad donde se ofrecen servicios de terapia psicológica y asesoría jurídica.

El Consejo protege la dignidad, integridad y libertad de aquellas mujeres que quieren romper el círculo de la violencia durante el noviazgo y pone a disposición de la población los servicios de la línea sin violencia **01 800 10 84 053**, así como la página electrónica www.edomex.gob.mx/cemybs, donde se brinda información, atención y canalización oportuna.

