



HERRAMIENTAS PARA IDENTIFICAR LA VIOLENCIA DE GÉNERO



INTRODUCCIÓN

En esta cartilla aprenderás cómo actuar ante la violencia de género, identificar quiénes pueden asistirte durante el proceso y te informarás sobre las instituciones públicas que apoyan a las personas que hayan o estén experimentado violencia.

Es importante que la leas con atención y reflexiones:

“TU ERES EL ELEMENTO MÁS IMPORTANTE PARA TU SEGURIDAD. AYÚDANOS LEYENDO COMPARTIENDO Y ACTUANDO EN PRO DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS.”

Te invitamos a llevarlo contigo en tu celular, para que sepas como actuar dentro y fuera de la facultad o beneficiar a personas que pueden estar viviendo violencia.

¿Tienes dudas?

¡Contáctanos!



**PERSONAS
ORIENTADORAS
COMUNITARIAS**
FACULTAD DE MÚSICA

poc@fam.unam.mx

Tel: (55)5688-1395 Ext. 118 y 119



PROTOCOLO DE VIOLENCIA DE GÉNERO



DESCARGA

PROTOCOLO PARA LA ATENCIÓN DE CASOS DE VIOLENCIA S DE GÉNERO. DEFENSORÍA UNAM 55-4161-6048 genero@defensoria.unam.mx www.defensoria.unam.mx



CONOCE LAS HERRAMIENTAS E INSTANCIAS PARA BUSCAR APOYO EN www.fam.unam.mx/genero/poc/



PERSONAS ORIENTADORAS COMUNITARIAS FACULTAD DE MÚSICA

SOLICITA APOYO DE LAS PERSONAS ORIENTADORAS COMUNITARIAS (POC), CAPACITADAS EN TEMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO



EN CASO DE SER TESTIGO DE UNA AGRESIÓN FUERA DE LAS INSTALACIONES DE LA UNAM MARCA LA LÍNEA SOS MUJERES *765



DE ACUERDO A LA LEY INGRID SE CASTIGARÁ A QUIEN DIFUNDA IMÁGENES DE VÍCTIMAS DE AGRESIONES EN REDES SOCIALES. NO DIFUNDAS SIN PERMISO PREVIO

FORMULARIO VIOLENCIA DE GÉNERO



SI ESTÁS VIVIENDO UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA RECIBE ORIENTACIÓN EN DEFENSORÍA A TRAVÉS DEL FORMULARIO

REQUISITOS DEL FORMULARIO



DEBERÁS PROPORCIONAR TUS DATOS DE IDENTIFICACIÓN Y DE SER POSIBLE, LOS DATOS DE QUIEN SE LE ATRIBUYEN LOS ACTOS DE VIOLENCIA

REQUISITOS FORMALES



SUSCRIPCIÓN DE LA NARRATIVA DE HECHOS CON FIRMA AUTÓGRAFA Y RATIFICACIÓN DE LA MISMA A TRAVÉS DE UN ACTA DE HECHOS.

CONFIDENCIALIDAD



SI LA PERSONA EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA NO DESEA INICIAR UN PROCEDIMIENTO, LA DEFENSORÍA SOLICITARÁ A LA AUTORIDAD COMPETENTE QUE IMPLEMENTE LAS MEDIDAS CORRESPONDIENTES.

¡Recuerda!

Las Personas Orientadoras Comunitarias (POC), colaboran mediante la escucha, orientación y canalización a las instancias correspondientes.

APOYO POC FAM TEL. 55 5688 - 3218 EXT. 118 Y 119

poc@fam.unam.mx / Buzón de Sugerencias





**PERSONAS
ORIENTADORAS
COMUNITARIAS**
FACULTAD DE MÚSICA

VIOLENTÓMETRO



¡Ten cuidado, la violencia aumenta!

¡Reacciona, no te dejes destruir!

¡Necesitas ayuda profesional!

ASESINAR
(Homicidio/Feminicidio)

Mutilar

Violar

Abuso sexual

Forzar una relación sexual

Amenazar de muerte

Difundir contenido íntimo sin consentimiento por medios digitales

Amenazar con objetos o armas

Sextorsión

Encerrar, aislar

Patear

Cachetear

Empujar, jalonear

Pellizcar, arañar

Golpear "jugando"

Caricias agresivas

Manosear

Destruir artículos personales

Controlar, prohibir
(amistades, familiares, dinero, lugares, apariencia, actividades, celular, mails y redes sociales)

Intimidar, amenazar

Humillar en público

Ridiculizar, ofender

Descalificar

Culpabilizar

Acechar/Stalkear redes sociales

Celar

Ignorar, ley del hielo

Mentir, engañar

Chantajear

Bromas hirientes



ICEBERG DE LAS VIOLENCIAS POR RAZONES DE GÉNERO

FORMAS EXPLÍCITAS

FORMAS SUTILES

The diagram is an iceberg floating in a blue sky with white clouds. The top, smaller portion of the iceberg is labeled 'FORMAS EXPLÍCITAS' (Explicit Forms) and contains the following terms: Femicidio, Violación, Hostigamiento sexual, Gritos, Realización de prácticas sexuales no deseadas, Golpes, Contacto sexual no deseado, Acoso sexual, Amenazas, Ridiculización, Insultos, Destrucción de objetos personales, Humillaciones, Lenguaje sexista, and Slut shaming. The larger, submerged portion is labeled 'FORMAS SUTILES' (Subtle Forms) and contains: Intimidación por identidad sexo/género, Subordinación de mujeres en el ámbito académico, Controlar amistades, Comentarios sexuales no deseados, Manterrupting, Apropiación de proyectos académicos, Burlarse del cuerpo de las personas, No respetar pronombres, Comparaciones destructivas, Restricción a la autodeterminación, Descalificar por expresión de género, Invisibilización, Celotipia, Exclusión por maternidad, Chantaje, Marginación, Descuido reiterado, Culpabilizar, Revisar celular, Comentarios basados en estereotipos de género, Chistes misóginos, Gaslighting, Negación de los sentimientos, and Comunicación visual sexista.

Femicidio

Violación

Hostigamiento sexual

Gritos

Realización de prácticas sexuales no deseadas

Golpes

Contacto sexual no deseado

Acoso sexual

Amenazas

Ridiculización

Insultos

Destrucción de objetos personales

Humillaciones

Lenguaje sexista

Slut shaming

Intimidación por identidad sexo/género

Subordinación de mujeres en el ámbito académico

Controlar amistades

Comentarios sexuales no deseados

Manterrupting

Apropiación de proyectos académicos

Burlarse del cuerpo de las personas

No respetar pronombres

Comparaciones destructivas

Restricción a la autodeterminación

Descalificar por expresión de género

Invisibilización

Celotipia

Exclusión por maternidad

Chantaje

Marginación

Descuido reiterado

Culpabilizar

Revisar celular

Comentarios basados en estereotipos de género

Chistes misóginos

Gaslighting

Negación de los sentimientos

Comunicación visual sexista



ICEBERG DE LAS VIOLENCIAS POR RAZONES DE GÉNERO

¿Qué es la violencia por razones de género?

De acuerdo con el *Protocolo para la atención integral de casos de violencia por razones de género en la UNAM*, la violencia por razones de género se define como toda “acción u omisión contra cualquier persona o grupo de personas motivadas por su sexo, orientación sexual o identidad de género que tenga como consecuencia un trato denigrante, discriminatorio, daño o sufrimiento” (2022).



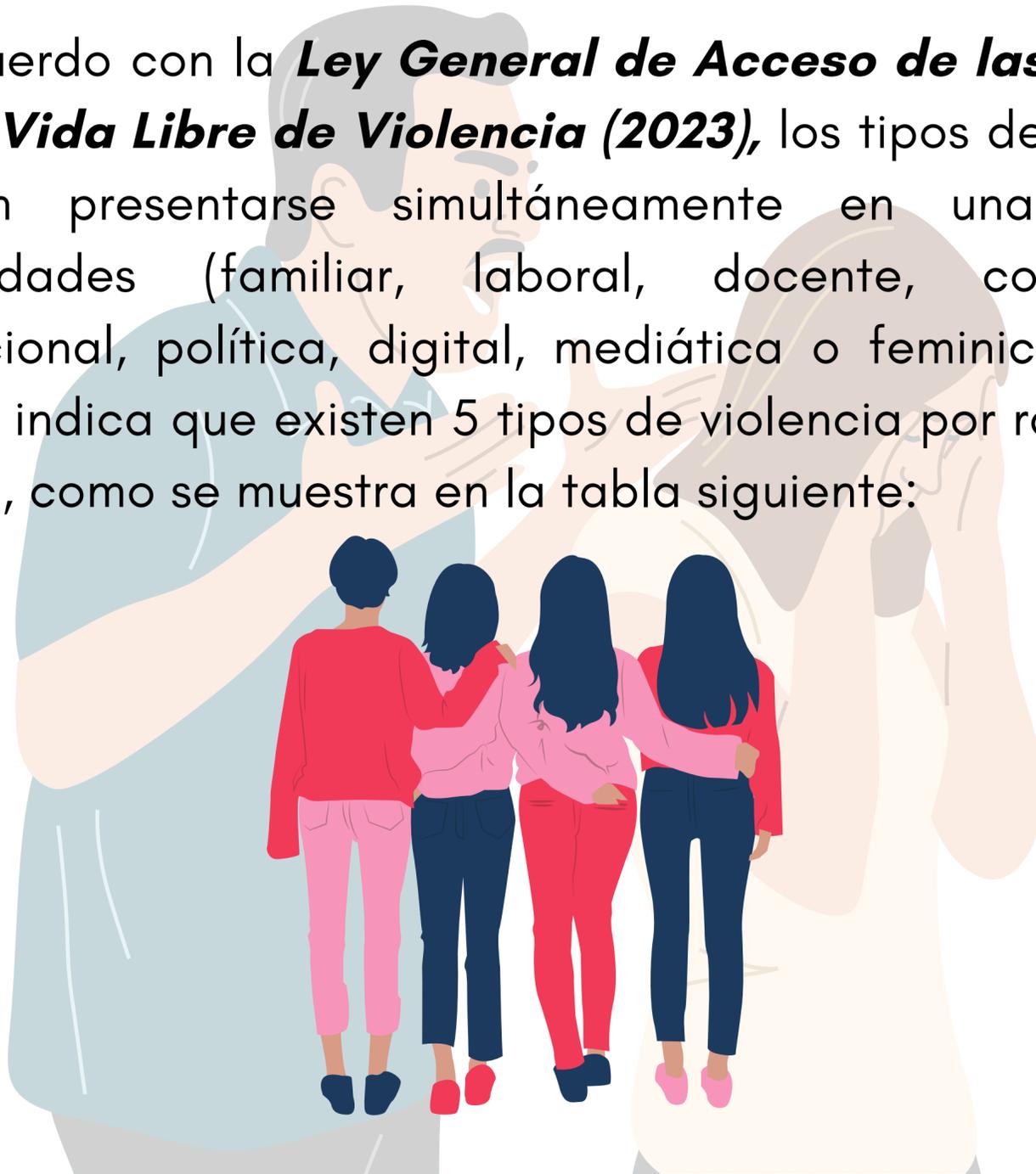
Metáfora del iceberg

El iceberg de la violencia de género, iniciado por Amnistía Internacional, se utiliza para dar a entender que hay violencias que son más difíciles de notar (**formas sutiles**) y otras que son más fáciles (**formas explícitas**). De esta manera, se presentó como un nuevo acercamiento en el que no se interpreta la violencia como gradual o progresiva, ni que hay acciones que valen más que otras, sino que es toda una estructura compleja que requiere atención en todos los ámbitos de la vida humana.



ICEBERG DE LAS VIOLENCIAS POR RAZONES DE GÉNERO

De acuerdo con la **Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (2023)**, los tipos de violencia pueden presentarse simultáneamente en una o más modalidades (familiar, laboral, docente, comunitaria, institucional, política, digital, mediática o feminicida). Esta ley nos indica que existen 5 tipos de violencia por razones de género, como se muestra en la tabla siguiente:



Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (2023)

Tipo de violencia	Conductas	
	Sufiles	Explícitas
Violencia psicológica	<i>Gaslighting, mansplaining, maninterrupting, bropiating, no respetar pronombres, condicionar, celar, revictimizar, controlar, devaluar, restringir, indiferencia, ley del hielo, slutshaming.</i>	Intimidar, amenazar, insultar, humillar, rechazar, abandonar, culpabilizar, ridiculizar, insultar, chantajear.
Violencia física		Infringir daño al cuerpo con algún objeto, arma o sustancia, privar de la libertad, aislamiento forzoso, empujar, jalonear, golpear, patear, pellizcar, mutilar, asesinar.
Violencia sexual		Violar, tocar el cuerpo sin consentimiento, acosar, hostigar, difundir contenido íntimo a través de medios digitales sin que la otra persona esté enterada.
Violencia patrimonial		Destrucción de bienes personales, toma de objetos personales sin permiso.
Violencia económica		Controlar, limitar, condicionar el dinero, obtener un salario desigual o injusto por el mismo trabajo.

ICEBERG DE LAS VIOLENCIAS POR RAZONES DE GÉNERO



¡No fomentes el **slut shaming**!

El *slut shaming* es una forma de violencia que consiste en señalar públicamente a una mujer por su supuesta actividad sexual con el fin de avergonzarla, dañar su reputación y regular su sexualidad. Puede implicar el uso de fotografías y/o videos y lenguaje denigrante. (OEA)

Fuentes de consulta:

Manual para prevenir el mansplaining, maninterrupting, gaslighting y bropiating (2023). Secretaría de las Mujeres del Estado de México.

La violencia de género en línea contra las mujeres y niñas: Guía de conceptos básicos, herramientas de seguridad digital y estrategias de respuesta. Secretaría General de la Organización de los Estados Americanos.

No dejes pasar el **maninterrupting**

“Sucede cuando una mujer habla y un hombre la interrumpe bruscamente, sin esperar a que ella termine, de modo que la conversación gira en torno a él”. (De la Garza y Derbez, 2021, p. 63)

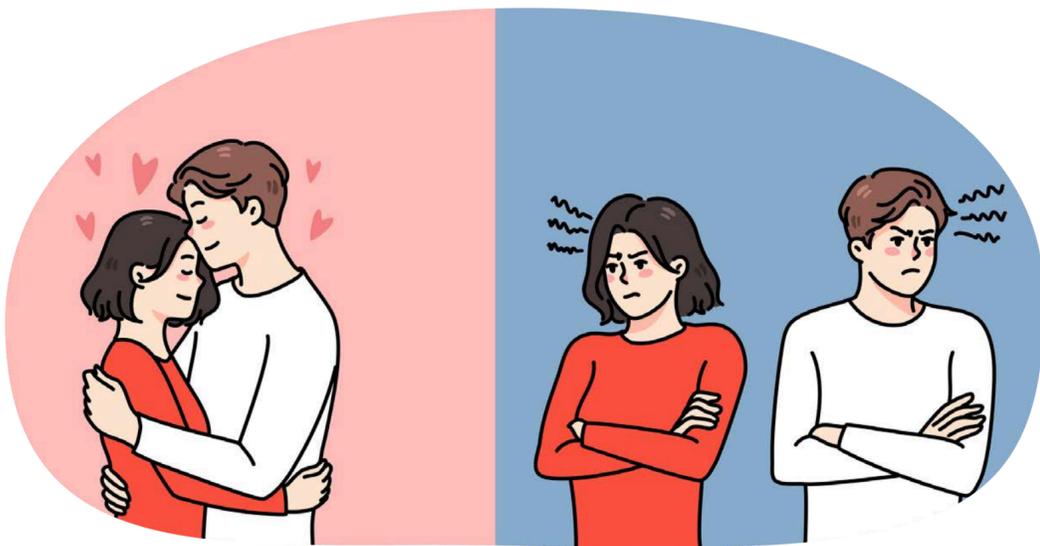
¿Sabes qué es el **gaslighting**?

Es un tipo de violencia emocional muy sutil a través de la cual se manipula a una persona para que dude de su percepción, de su memoria o de su propio juicio. (De la Garza y Derbez, 2021)





RED FLAGS: VIOLENCIA DE GÉNERO EN PAREJA



¿Cómo vives#tu vida en pareja?

Un paso crucial en la prevención de la violencia de género dentro de la UNAM es reconocer que, en un entorno patriarcal y cisheteronormativo*, las relaciones entre los miembros de la universidad pueden experimentar diversas formas de violencia.

Es importante que sepas que si tú pareja (no importa el sexo) llega a presentar algunas de estas conductas (o similares), constituye una forma de violencia por razones de género:



*Cisheteronormatividad: Expectativa o creencia de que todas las personas son o deben ser cisgénero (que su identidad de género coincide con su sexo asignado al nacer) y heterosexuales (que tienen atracción emocional y afectiva por personas de un género diferente al suyo), asumiendo éstas como las únicas opciones normales y/o aceptables. Esto genera condiciones de discriminación y maltrato hacia personas que viven su identidad, expresión de género y orientación sexual fuera de lo que se ha impuesto como la norma. (CONAPRED, 2016, p. 15 y 21; CIGU, Glosario 1era consulta LGBTTTIQ+, p.3).

¿Cómo vives tu vida en pareja?

Minimiza, invalida y te hace dudar de tus propias emociones con comentarios como "estás exagerando", "estás loca", etc. (gaslighting).

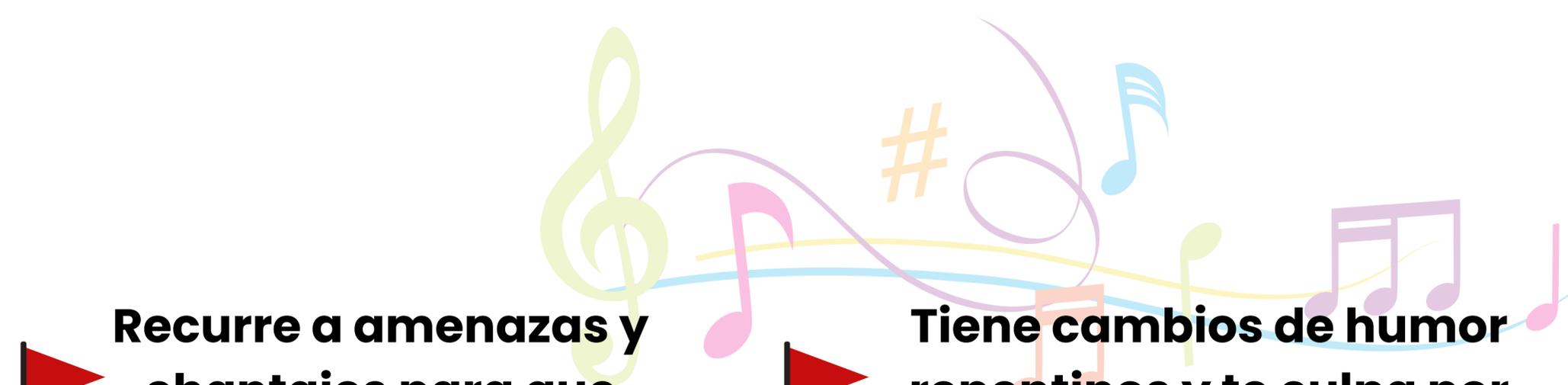
Menosprecia las actividades que realizas o las opiniones que expresas sugiriendo que son menos importantes que lo que hace esa persona.



Te reclama por dedicar tiempo a actividades o a personas ajenas a su relación.

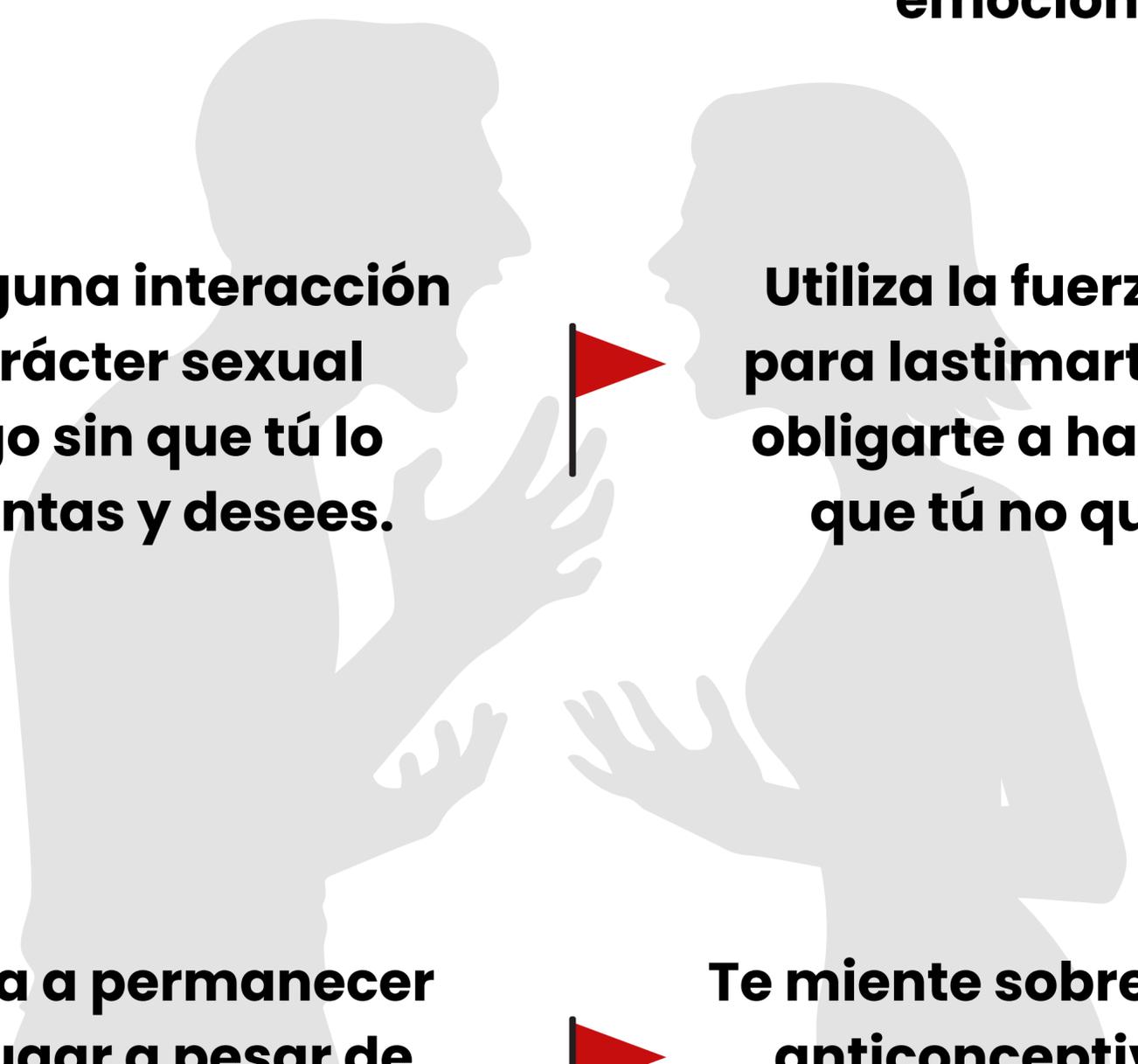
Te pide, ya sea de forma directa o con insinuaciones, que luzcas de cierta manera y no como tú deseas

Te pide en público que hagas algo para que sientas presión de aceptar.



Recurre a amenazas y chantajes para que permanezcas en la relación.

Tiene cambios de humor repentinos y te culpa por no poder controlar sus propias emociones.



Tiene alguna interacción de carácter sexual contigo sin que tú lo consientas y desees.

Utiliza la fuerza física para lastimarte o para obligarte a hacer algo que tú no quieres.

Te obliga a permanecer en un lugar a pesar de que tú expresas que no quieres estar ahí o de que muestras incomodidad.

Te miente sobre el uso de anticonceptivos o te presiona para que utilices alguno que tú no desees y que puede tener afectaciones en tu salud.



Hablemos "Breadcrumbing"

"Breadcrumbing" en español se traduce como "migajismo", y consiste en dar señales intermitentes de interés sin un compromiso real para avanzar en una relación, es decir, cuando alguien te da suficiente atención para mantener tu interés, pero no lo suficiente para desarrollar una relación seria o estable.

El "breadcrumbing" puede tener un impacto emocional insidioso, haciendo que las personas se sientan ansiosas, tristes, confusas, solas, inadecuadas, abandonadas, avergonzadas, desesperanzadas, esperanzadas, enojadas e indignas de amor o atención.

Te proporcionamos algunas señales de este tipo de violencia para tu autocuidado.

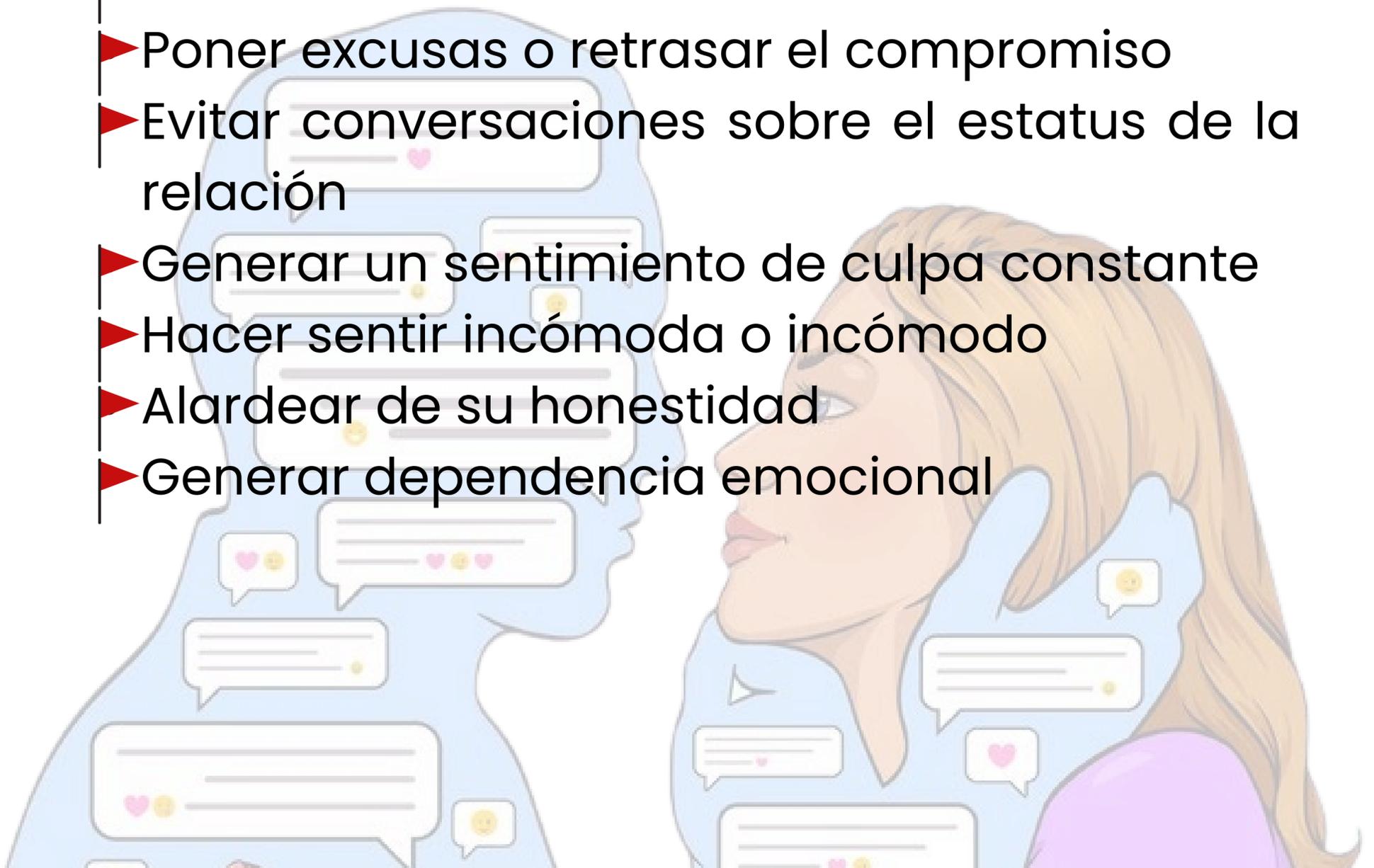


*Navarro, R., Larrañaga, E., Yubero, S., & Villora, B. (2020). Ghosting and breadcrumbing: Prevalence and association with online dating behavior among young adults. *Escritos de Psicología—Psychological Writings*, 13(2), 46–59.

Señales de "Breadcrumbing"

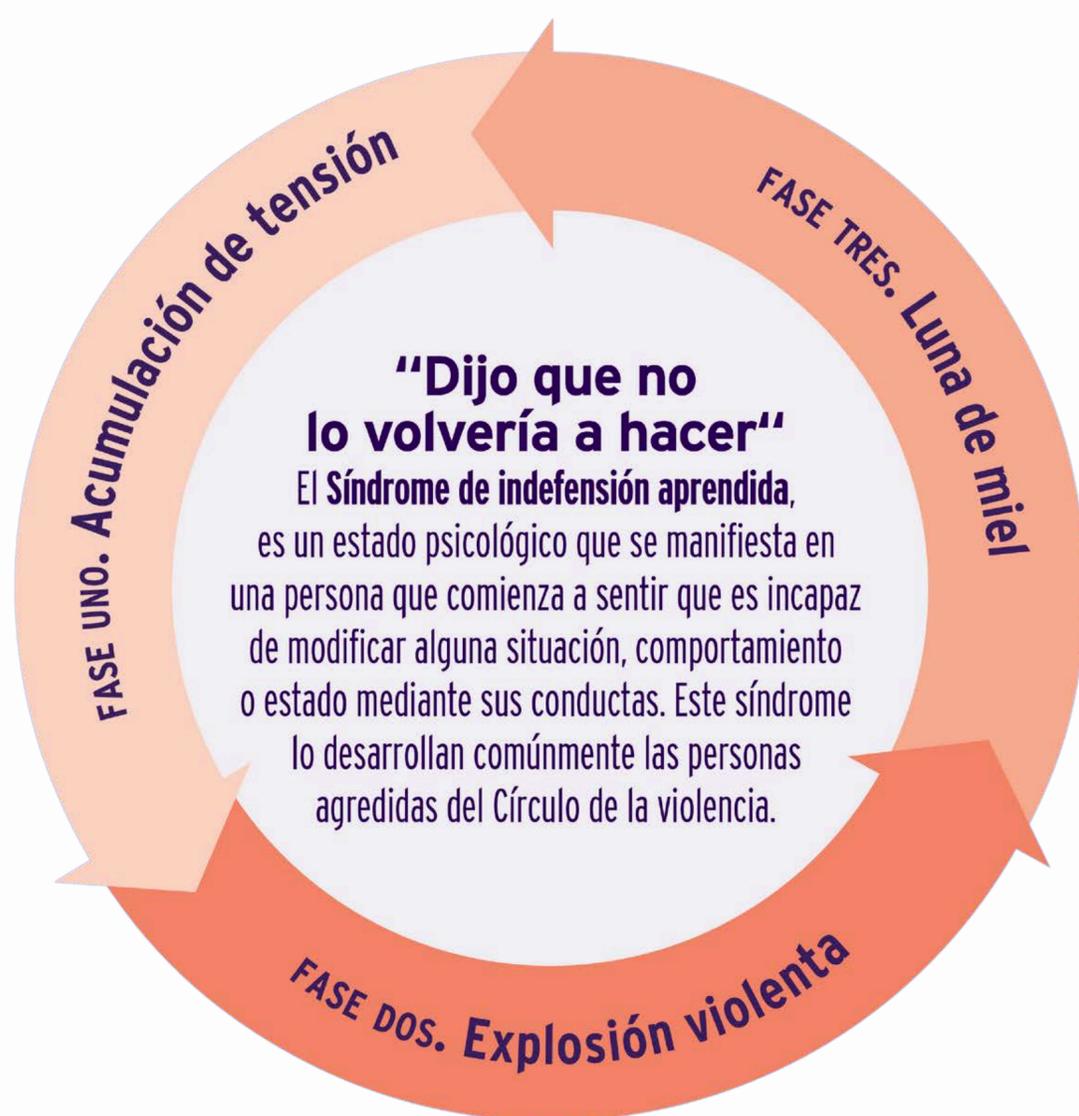
Algunas señales de "breadcrumbing" incluyen:

- ▶ Ser vago o inconcluso en cuanto a planes futuros
- ▶ Escribir muy de vez en cuando
- ▶ Sólo flirtear por redes sociales
- ▶ Tener un comportamiento en persona errático, incongruente y sin sentido
- ▶ Tener problemas para hablar de los sentimientos o de lo que sientes
- ▶ Dar falsas esperanzas sobre el futuro
- ▶ Expresar amor demasiado pronto
- ▶ Evitar la intimidad
- ▶ Poner excusas o retrasar el compromiso
- ▶ Evitar conversaciones sobre el estatus de la relación
- ▶ Generar un sentimiento de culpa constante
- ▶ Hacer sentir incómoda o incómodo
- ▶ Alardear de su honestidad
- ▶ Generar dependencia emocional



EXPLIQUEMOS EL CÍRCULO DE LA VIOLENCIA

En él se exponen patrones de comportamiento en las relaciones de pareja con trasfondo violento, perpetuando el ciclo a través del control físico, económico, sexual y emocional.



AGRESOR(A)



AGREDIDA(O)

COMPORTAMIENTO FASE UNO



- Da críticas continuas hacia su pareja.
- Agresión contenida.



- Angustia, soledad y miedo.
- Minimiza la agresión, negación.

COMPORTAMIENTO FASE DOS



- Explota por factores internos o intrapersonales.
- Le da "una lección" a su pareja.



- Incertidumbre continua
- Evita confrontación
- Genera acciones de separación

COMPORTAMIENTO FASE TRES



- Compensa su comportamiento violento
- Da regalos y es sumamente amable



- Autoimagen deteriorada
- Idealiza la relación
- Detiene las acciones de separación



PROTOCOLO FACULTAD DE MÚSICA PARA PREVENIR Y DENUNCIAR LA VIOLENCIA DE GÉNERO



¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

Es cualquier acción u omisión contra alguna persona integrante de la comunidad universitaria, derivada de su condición de género, orientación y/o preferencia sexual y que resulte en daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte.



CÓMO IDENTIFICARLA

- Violentómetro
- Iceberg de las violencias
- Círculo de la violencia
- Musikit por la Igualdad
- *765 Atención a personas en caso de violencia

ACÉRCATE



DEFENSORIA UNAM

55-4161-6048

genero@defensoria.unam.mx

www.defensoria.unam.mx



A QUIÉN ACUDIR EN CASO DE VIOLENCIA DE GÉNERO

- Solicitar y recibir apoyo y asesoría en la Defensoría de los Derechos Universitarios, Igualdad y Atención de la Violencia de Género
- Solicitar ayuda de las Personas Orientadoras Comunitarias (POC) de la FaM, quienes te brindarán orientación, contención y acompañamiento. Puedes encontrarlas en los siguientes medios:
 - Correo: poc@fam.unam.mx
 - Teléfono 55 5688 3358, extensiones 118 y 119
- Fuera de la UNAM: Si eres víctima de violencia o estás siendo testigo o conoces a una víctima cuya vida corre peligro, ante cualquier emergencia, marca al *76.
- También puedes denunciar a las autoridades competentes:
 - Si sufres violencia intrafamiliar, solicita asesoría jurídica a MUJERES SOS - 55 5658 1111
 - CONOCE LA INICIATIVA "LUNAS DE COYOACÁN", telefonos: 55 9130 0793 / 55 1545 4572



CÓMO RECIBIR AYUDA DE LA DEFENSORÍA DE LOS DERECHOS UNIVERSITARIOS

PUEDES INICIAR TU PROCESO DE QUEJA POR MEDIO DE:

1. PROCEDIMIENTO EN LÍNEA:

1.1. Llena el formulario digital con tus datos generales y el motivo de la queja.

1.2. Se canalizará la queja con un abogado asesor, quien dará respuesta a través de los medios de contacto registrados en el formulario.

FORMULARIO DERECHOS UNIVERSITARIOS



FORMULARIO VIOLENCIA DE GÉNERO



**Defensoría de los
Derechos Universitarios
Igualdad y Atención de
la Violencia de Género**

2. PROCEDIMIENTO TELEFÓNICO:

- 2.1. Comunícate a la Defensoría, al teléfono **5541616048**, y después marca la **opción 1 para derechos universitarios o 2 para violencia de género;**
- 2.2. Solicita una sesión de orientación al personal de la Defensoría;
- 2.3. Proporciona tus datos generales: nombre, domicilio, teléfono de contacto, edad, categoría académica, número de cuenta y/o trabajadora, entidad universitaria en la que se encuentra inscrito y/o adscrito, entre otros.
- 2.4. Habla con el abogado asesor con el que se te canalice, quien te brindará la orientación con base en la información proporcionada.

Después de realizar un análisis inicial, la Defensoría determina la procedencia o improcedencia del escrito de queja, y se le informa a la víctima sobre su determinación a través del medio autorizado para tales efectos.



REQUISITOS FORMALES PARA PRESENTAR UNA QUEJA FORMAL EN LA UNAM



1. Datos de identificación de la persona promovente o persona en situación de violencia y,
2. De ser posible, datos de identificación de la persona a quien se le atribuyen los actos de violencia por razones de género.
3. Suscripción de la narrativa de hechos con firma autógrafa o electrónica con validez jurídica y ratificación de la misma a través de un acta de hechos.

Es importante recopilar la información de la persona afectada y, si es posible, detalles sobre la persona responsable de los actos de violencia por razones de género. Además, solicitamos que la narrativa de los hechos sea firmada, ya sea de forma autógrafa o electrónica, para garantizar su validez legal. Posteriormente, se puede proceder con la ratificación a través de un acta de hechos

TOMA EN CUENTA QUE NO SE TRAMITAN QUEJAS ANÓNIMAS

Si la persona en situación de violencia no desea iniciar un procedimiento y manifiesta expresamente que únicamente requiere medidas precautorias, la Defensoría solicitará a la autoridad competente de la entidad académica o dependencia universitaria que implemente las medidas correspondientes.



DIRECTORIO DE NÚMEROS PARA TU SEGURIDAD

- Línea de atención a emergencias para mujeres: SOS Mujeres *765
- Línea violeta 248 149 5717
- Línea de mujeres 55 5658 1111 opción 3.
La atención es las 24 horas, los 365 días del año.
- **LUNAS Tina Modotti en Coyoacán**

COYOACÁN 1: Sede Copilco

Dirección: Leopoldo Salazar s/n, casi esq. Carlos González Peña, colonia Copilco el Alto, alcaldía Coyoacán, C.P. 04360
55 9154 8938

COYOACÁN 2: Sede Huayamilpas

Dirección: Av. Rey Nezahualcóyotl, s/n esq. Yaquis, colonia Ajusco Huayamilpas, alcaldía Coyoacán, C.P. 04300 (interior del Parque Ecológico Huayamilpas)
55 9130 0793 / 55 1735 7469



CENTROS DE JUSTICIA PARA LAS MUJERES

Son espacios de la Fiscalía General de Justicia donde se brindan servicios especializados a mujeres víctimas de violencia familiar y de género

• AZCAPOTZALCO

📍 Avenida San Pablo Xalpa 396,
Colonia San Martín Xochinahuac,
Azcapotzalco, 02125
☎ 55 5346 8394

• IZTAPALAPA

📍 Avenida 20 de Noviembre 29,
Manzana 227, Colonia Ixtlahuacán,
Iztapalapa, 09690
☎ 55 534 55737

• TLALPAN

📍 Manuel Constanzo 43 Manzana 63,
Lote 10 Miguel Hidalgo, Tlalpan, 14250
☎ 55 5200 9280

• MAGDALENA CONTRERAS

📍 Soledad, s/n, Pueblo San Bernabé Ocoatepec,
Magdalena Contreras, 10926
☎ 55 5346 8506 o 55 5346 8504

ÚNETE A PROMOVER UN AMBIENTE LIBRE DE VIOLENCIA

¡Hoy mismo!

55 5688 3358

Ext. 118 y 119

Horario de Servicio

Lunes a Viernes de 10:00 - 19:00 horas

PERSONAS ORIENTADORAS COMUNITARIAS

ENCUENTRANOS POR MEDIOS DIGITALES EN:



poc@fam.unam.mx



www.fam.unam.mx/genero/poc/

