



PÍLDORAS CONTRA  
LA VIOLENCIA DE GÉNERO

# LA VIOLENCIA PERINATAL



Columbares



**Edita:**

Asociación Columbares

[www.columbares.org](http://www.columbares.org)

**Redacción de contenidos:**

Equipo del programa Mujeres Seguras y Libres

Isabel María Cánovas García

Rosana Terrés González

**Coordinación de la publicación:**

Ouafa Kyali Bouaouda

Azucena Martínez Díaz

**Financia:**

Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, Secretaría de Estado de Migraciones, Dirección General de Atención Humanitaria e Inclusión Social de la Inmigración y cofinanciado con fondos de la Unión Europea.

**Contacto:**

C/ Adrián Viudes, 9 Beniaján 30570 Murcia

Teléfono: 868 975 487 Ext. 1322

Correo: [segurasylibres@columbares.org](mailto:segurasylibres@columbares.org)

<https://mujeressegurasylibres.org>

**Impresión:**

Nextcolor SLU

Depósito Legal: MU 1622-2024



**Columbares** es una entidad sin ánimo de lucro **comprometida con la inclusión social, la educación y la cultura** que tiene como misión **apoyar a las personas** con el fin de mejorar su calidad de vida y **promover una sociedad más justa, inclusiva y sostenible.**

Desde el proyecto **Mujeres Seguras y Libres**, ponemos en marcha la iniciativa **“Píldoras contra la violencia de género”**, un conjunto de tres recursos educativos audiovisuales destinados a trabajar con la población migrante la violencia de género en términos de sensibilización y prevención.

En estas páginas encontrarás todo lo necesario para poder trabajar con tus usuarias el tema de la “píldora” que hemos creado y puesto a vuestra disposición. En este material de apoyo podrás encontrar conceptos clave, actividades y dinámicas experienciales a realizar, y datos contrastados que te ayudarán a mejorar tus intervenciones.



# VIOLENCIA PERINATAL

## RESUMEN:

Se muestra parte de los efectos psicológicos de la violencia de género durante el periodo perinatal en una mujer en el curso de su embarazo.

## CONCEPTOS CLAVE

### Violencia perinatal:

Conjunto de prácticas y actitudes violentas que sufren las mujeres durante el embarazo, el parto y el puerperio. Estas acciones, ejercidas por profesionales de la salud, familiares o parejas, pueden ser físicas, psicológicas, sexuales o institucionales, y tienen un impacto profundo en la salud física y mental tanto de la madre como del bebé.

La violencia perinatal es otra forma de violencia de género que se manifiesta de diferentes formas, entre ellas se encuentran:

- » **Violencia física:** agresiones físicas, negación de auxilio.
- » **Violencia psicológica:** insultos, humillaciones, amenazas, negación de información, culpabilización y control sobre las decisiones relacionadas con el embarazo, el parto, el puerperio y/o el periodo de lactancia.
- » **Violencia sexual:** abusos sexuales durante el embarazo, el parto o el puerperio.

- » **Violencia institucional:** políticas y prácticas hospitalarias que vulneran los derechos de las mujeres y que habitualmente se entrecruzan con discriminación por raza, etnia o clase social.
- » **Violencia obstétrica:** prácticas médicas invasivas y no consensuadas, maltrato durante el parto, procedimientos médicos dolorosos sin anestesia adecuada (como episiotomías sin justificación, cesáreas innecesarias, separación inmediata del bebé, negación de acompañamiento durante el parto, entre otras).

### Salud sexual y reproductiva:

Es un aspecto esencial de la salud en general y abarca un amplio espectro de cuestiones relacionadas con el cuerpo, la sexualidad, la reproducción, el embarazo, el parto y la salud postnatal. Es un derecho humano fundamental que permite a las personas tomar decisiones libres y responsables sobre su salud sexual y reproductiva, sin coacción ni discriminación.



# ACTIVIDAD INICIAL DE REFLEXIÓN

Se trabajará directamente sobre el vídeo y el contenido que se ha visualizado.

## Preguntas guía para el debate:

Vamos a hablar de las **emociones** y las primeras impresiones que nos ha provocado el video:

- » Di una palabra que refleje lo que te ha provocado ver el video.
- » Qué emociones crees que transmite.
- » Di una palabra que describa cada uno/a de los personajes del mismo. (Voces en Off).
- » ¿Qué crees que sienten los personajes masculinos y femeninos del video?

## Respecto al contenido del video:

- » ¿Qué pasa en el video?
- » ¿Qué creéis que pretende reflejar?
- » ¿Has presenciado o te ha sucedido alguna vez alguna escena como las que refleja el video?
- » ¿Qué cambiarías del video o qué escenas añadirías?

## Respecto al contexto del video:

- » ¿Crees que refleja la vida real?
- » ¿Qué valores de la sociedad reflejan estas escenas?
- » Imagina cómo sería este video si estuviera grabado desde la perspectiva de los personajes varones que participan en el mismo.

# 1. DINÁMICAS EXPERIENCIALES RELACIONADAS CON EL TEMA TRATADO

## ACTIVIDAD 1: Mi historia, mi parto.

**OBJETIVO:** Mostrar la diversidad de experiencias y circunstancias frente al parto y visibilizar algunos de los mitos sobre esta experiencia.

**PARTICIPANTES:** entre 10 y 15 participantes.

**CONSIGNAS DE PARTIDA Y DESARROLLO:** Cada participante comparte su experiencia de embarazo, parto y postparto, destacando los aspectos positivos y negativos que vamos anotando en un papelógrafo o en la pizarra. Esto permite visibilizar las diferentes realidades y detectar posibles situaciones de violencia.

Si hay mujeres que no han dado a luz, pueden compartir sus expectativas e ideas sobre ello.

Para ayudar a estructurar las intervenciones nos podemos apoyar en estos 4 puntos:

- Tus expectativas antes del parto.
- Momentos de alegría y dificultad.
- Lo que más te sorprendió del parto.
- Cómo ha cambiado tu vida después de tener un bebé.

Recordar a las participantes que no hay una manera correcta o incorrecta de contar tu historia. Lo importante es que sea auténtica y refleje tu experiencia.



## **ACTIVIDAD 2:**

### **Identificando la violencia - juego de roles.**

#### **OBJETIVO:**

Reconocer los diferentes tipos de violencia, sus consecuencias y recursos disponibles cuando está presente.

#### **PARTICIPANTES:**

Entre 10 y 15 participantes.

#### **CONSIGNAS DE PARTIDA:**

A partir de la escena que se desarrolla en el video, se presentan diferentes escenarios de violencia (ver conceptos clave) y se pide a las participantes que identifiquen los tipos de violencia presentes y las posibles soluciones y que lo escenifiquen ante el resto de compañeras.

La facilitadora hará hincapié en los signos y tipos de violencia presentes, en las posibles consecuencias de la violencia sobre la mujer y sus hijos e hijas y en los posibles recursos disponibles ante este tipo de violencia.



# CONCLUSIONES

Es importante hablar de violencia perinatal porque es una realidad que afecta a muchas mujeres en todo el mundo, porque contradice el mito arraigado de una maternidad idílica y porque provoca gran sufrimiento en las mujeres y en nuestras familias.

Es un problema de salud pública, ya que tiene consecuencias a largo plazo en la salud física y mental de las mujeres y sus bebés.

Además, es una violación de los Derechos Humanos, al igual que toda violencia de género, ya que las mujeres tenemos derecho a un parto respetuoso y a recibir una atención de calidad.

Por ello, la violencia perinatal es un **problema complejo** que requiere una intervención multidisciplinaria.

Es un problema cuyas **causas son diversas** y se entrelazan con factores sociales, culturales, económicos y políticos.

**Interseccional**, ya que se entrecruza con otras formas de discriminación, como la raza, la clase social y la orientación sexual.

La **cultura** es fundamental ya que mediatiza las normas y creencias culturales influyen en la forma en que se entiende y se ejerce la violencia perinatal (desde la desigualdad de género a los tabúes en torno a la sexualidad, el cuerpo femenino y el parto).

Implica un **enfoque integral y multidisciplinario** que aborde tanto las causas individuales como las estructurales.

La **prevención** de la violencia perinatal debe comenzar desde la infancia y abarcar todos los ámbitos de la vida de las mujeres.

## Consecuencias de la violencia perinatal:

- » **Efectos físicos:** traumatismos, infecciones, depresión posparto, trastornos alimentarios, disfunciones sexuales.
- » **Efectos psicológicos:** ansiedad, depresión, estrés postraumático, baja autoestima, dificultades para vincularse con el bebé.
- » **Efectos sociales:** aislamiento social, problemas en la relación de pareja.
- » **Efectos en el bebé:** bajo peso al nacer, dificultades en la lactancia materna, problemas de salud a largo plazo, dificultades en el desarrollo emocional.

## ¿Qué podemos hacer?

- » **Visibilizar el problema:** hablar abiertamente sobre la violencia perinatal y denunciar los casos.
- » **Empoderar a las mujeres:** proporcionar información sobre sus derechos y opciones durante el embarazo y el parto.
- » **Formar a los profesionales de la salud:** fomentar una atención centrada en la mujer y respetuosa con sus derechos.
- » **Modificar las políticas públicas:** promover leyes que protejan los derechos de las mujeres durante el periodo perinatal.





**Si necesitas información no dudes  
en contactar con nosotras:**

Instagram: @mujeressegurasylibres

Facebook: Mujeres Libres y Seguras

X: @mujereslibresy1

Web: [https://columbares.org/  
proyecto/mujeres-seguras-y-libres-2](https://columbares.org/proyecto/mujeres-seguras-y-libres-2)

y <https://mujeressegurasylibres.org>



Proyecto Mujeres Seguras y Libres:  
sensibilización y prevención de la Violencia  
de Género en Mujeres Inmigrantes

Organiza



Financia



Financiado por  
la Unión Europea

Proyecto Mujeres Seguras y Libres: Sensibilización y Prevención de la Violencia de Género en Mujeres Inmigrantes, organizado por Columbares y financiado por el Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, Secretaría de Estado de Migraciones y Dirección General de Gestión Migratoria, los Fondos de la Unión Europea, Programa Estatal de Inclusión Social, Garantía Infantil y Lucha contra la Pobreza (CCI 2021ES05SFPR003).