Comunicado a la Opinión Pública

¿Por qué la violencia contra las mujeres continúa ocurriendo, a pesar de décadas de sensibilización?

- *De acuerdo con el Instituto Nacional de Salud de Colombia (INS), a cifras de septiembre de 2026, se han registrado 109.833 casos sospechosos de violencia de género e intrafamiliar, de los cuales 12,175 son calificados como violencia psicológica.*

- *De acuerdo con Colpsic - Colegio Colombiano de Psicólogos, si bien existen campañas de sensibilización, esto no necesariamente transforma las condiciones que la hacen posible.*

Bogotá. Noviembre de 2026. Por décadas, las mujeres han sido violentadas dentro de sus entornos, ya sea por parejas sentimentales, familiares e incluso personas de sus entornos laborales; es un flagelo que no pareciera no tener salida.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, OMS, un análisis demostró que, para septiembre de 2026, cerca de 263 millones de mujeres y niñas de 15 años o más han vivido violencia sexual por parte del género masculino.

En Colombia, las cifras también son alarmantes. Según el INS, hasta septiembre de 2026 se registraron 109.833 casos de sospecha de violencia de género e intrafamiliar, de los cuales 12.175 fueron clasificados como violencia psicológica.

A pesar de los esfuerzos por mitigar este tipo de violencia, la OMS reporta una reducción anual de apenas 0,2 % en la prevalencia de violencia física o sexual de pareja durante las últimas dos décadas.

De acuerdo con Marieth Lozano Sánchez, Subdirectora Nacional del Campo Psicología de la Salud de Colpsic - Colegio Colombiano de Psicólogos, si bien se han dado avances significativos en la visualización de la violencia contra la mujer, a través de campañas de sensibilización y otras estrategias, esto no necesariamente se ve reflejado en una reducción del fenómeno.

Según Lozano, hoy en día existe una mayor consciencia de las violencias, y de hecho hay un marco normativo para actuar ante un caso de conducta agresiva, pero eso no es inherente al acto mismo de la reducción de las violencias, porque, “conocer que una conducta es violenta no significa, necesariamente, haber cuestionado las creencias que la sostienen”.

“En nuestra sociedad todavía persisten formas de entender las relaciones de pareja en las que los celos se confunden con amor, el control con preocupación y la subordinación de las mujeres con una expresión de compromiso afectivo. Son creencias que muchas veces se transmiten en la familia, se refuerzan en los entornos sociales y terminan incorporándose a nuestra manera de relacionarnos”.

A esto se le suma el componente institucional, que tiene importantes retos, ya que muchas veces las mujeres denuncian, pero no son atendidas ni escuchadas a tiempo. De acuerdo con la experta, cuando un relato es cuestionado o juzgado, esto lleva a que se sigan legitimando los actos violentos, porque el victimario no va a tener consecuencias por sus actos.

“Por eso considero que el desafío no consiste únicamente en seguir sensibilizando. Sino que necesitamos transformar las maneras en que aprendemos a vincularnos, ejercer el poder, resolver los conflictos y reconocer la autonomía de las mujeres. Y esa transformación debe comenzar mucho antes de que aparezca la primera manifestación de violencia”, añade Lozano.

En este sentido, la experta asegura que no existe un perfil psicológico plenamente identificable en un individuo que es violento, ya que algunas actitudes pueden derivarse de traumas emocionales, dificultades para regular las emociones e inseguridad.

“En muchos casos encontramos creencias relacionadas con el derecho a controlar, imponer condiciones o limitar la autonomía de la mujer. Cuando ella cuestiona esas expectativas, la violencia puede convertirse en un mecanismo para recuperar el control”, explica.

Sin embargo, aclara que sentir celos o apego no necesariamente convierte a una persona en un atacante, o lo lleva a actos violentos contra la mujer, sino lo que hace con dichas emociones y como las exterioriza, por eso, desde la psicología, es clave entender el comportamiento para entender la conducta agresiva sin que esto justifique un hecho de agresión.

Para poder entender a un victimario violento es importante comprender que cuando un niño crece en un entorno de violencia física, donde gritar, golpear y amenazas son el pan de cada día, puede creer que estas son formas de ejercer el poder.

“Pero quiero hacer una precisión muy importante: haber crecido en un hogar violento no significa estar condenado a reproducir la violencia. Muchas personas que experimentaron estas situaciones durante su infancia construyen relaciones respetuosas y desarrollan un rechazo profundo hacia cualquier forma de maltrato”, aclara Lozano.

En este sentido, es importante realizar la prevención desde etapas tempranas, formando niños, niñas y adolescentes que sepan que amar no significa poseer a alguien y que estar en desacuerdo con alguien no puede justificar una agresión. No se trata solamente de enseñarles a identificar la violencia, sino de ofrecerles experiencias relacionales distintas a aquellas que históricamente la han normalizado.

Negación y justificación, actitudes del agresor

De acuerdo con la experta, una persona que comete actos violentos contra una mujer utiliza dos mecanismos recurrentes para evitar ser juzgado: la negación o minimización del hecho y la justificación o culpar al otro de sus actos, estrategias que pueden ser inconscientes o un acto deliberado para exonerarse de la responsabilidad.

Un agresor puede aceptar parcialmente lo que pasó, no niega como tal el hecho, pero le reduce importancia con frases como “solo fue un empujón”, “estábamos discutiendo” o “no fue para tanto”.

También suele culpar al otro y no asumir su responsabilidad con frases como “ella me provocó”, “me hizo perder el control” o “si no hubiera hecho eso, nada habría pasado”.

Desde mi perspectiva, uno de los mayores riesgos aparece cuando el agresor empieza a considerar que sus emociones le otorgan legitimidad para violentar. Es decir, cuando cree que sentirse traicionado, frustrado o rechazado justifica castigar a la otra persona.

El trabajo está entonces no solo en el reconocimiento del error o en una disculpa, sino en analizar las razones del comportamiento para poder lograr un cambio real, que sí puede darse, en algunos casos.

“Un cambio significativo implica que la persona reconozca plenamente su responsabilidad, deje de justificar sus comportamientos, cuestione sus creencias sobre el poder y el control, y desarrolle formas de relacionarse que respeten la autonomía de

la otra persona. También implica aceptar las consecuencias de sus actos, incluso cuando eso signifique que la relación termine", explica la psicóloga.

Cómo intervenir desde la psicología

De acuerdo con Lozano Sánchez, existen varias formas de respuesta, desde la psicología, ante el comportamiento violento de un hombre hacia una mujer, siempre y cuando se identifique los patrones y posibles razones para la agresión.

Las intervenciones cognitivo-conductuales, por ejemplo, permiten trabajar sobre creencias que justifican la violencia, interpretaciones distorsionadas de las situaciones de pareja, dificultades de regulación emocional y repertorios conductuales asociados con la agresión.

También existen programas específicos para hombres que ejercen violencia de pareja, que incorporan el cuestionamiento de las relaciones de poder, los mandatos tradicionales de masculinidad, la responsabilización por las conductas violentas y el desarrollo de formas de relación no coercitivas.

En cuanto a la prevención para que este tipo de hechos no sigan ocurriendo, la subdirectora de Colpsic afirma que el principal desafío está en transformar la prevención como transmisión de la información a prevenir como comprender la manera en que nos relacionamos como seres humanos.

"Desde la psicología necesitamos fortalecer las intervenciones preventivas en las familias, las instituciones educativas, los entornos comunitarios y los espacios laborales. No mediante actividades aisladas, sino a través de procesos sostenidos que permitan revisar creencias, desarrollar habilidades y modificar prácticas cotidianas", dice la experta.

Y concluye: "La violencia contra las mujeres no se reproduce únicamente porque una generación les enseñe a los hombres a ejercerla. También se reproduce cuando, como sociedad, seguimos encontrando razones para justificarla, minimizarla o guardar silencio frente a ella. Transformar esa realidad exige mucho más que reconocer que la violencia está mal. Exige revisar nuestras propias prácticas, cuestionar los modelos de relación que transmitimos y asumir una responsabilidad colectiva frente a su prevención".

Noviembre de 2026
Colpsic
Colegio Colombiano de Psicólogos