

VIOLENCIA DE PAREJA

Apuntes para la
prevención en el
ámbito universitario

IBERO
PUEBLA



Defensoría
de **Derechos**
Universitarios



VIOLENCIA DE PAREJA

**Apuntes para la prevención
en el ámbito universitario**

**Diagnóstico de las
relaciones entre
estudiantes en la
IBERO Puebla
2025**

PRESENTACIÓN

La violencia de pareja o en el noviazgo es un problema de salud pública y ha sido ampliamente estudiado. Sin embargo, esta violencia aterrizada en el ámbito universitario mexicano ha sido poco atendida pese a su alarmante incidencia (Fernández de Juan-Teresa, 2022) y a que se han realizado numerosas mediciones con población escolarizada.

Inicialmente, esta investigación obedeció a una solicitud realizada a la Defensoría de Derechos Universitarios (DDU) por el Comité para el Cuidado de la Integridad Personal y Comunitaria de la IBERO Puebla, a partir de un resolutivo de caso emitido en 2024, con la finalidad de **generar propuestas preventivas**. No obstante, de cara a las responsabilidades de la DDU establecidas en el Protocolo para Prevenir, Atender, Investigar y Sancionar Faltas Disciplinarias y/o Violencia de Género y la Ley General de Educación Superior que establece: **“Emisión de diagnósticos [...] para la prevención, atención, sanción y erradicación de todos los tipos y modalidades de violencia”** (artículo 43, fracción I, inciso a), este ejercicio busca seguir fortaleciendo el conocimiento de esta realidad para tener intervenciones tempranas, con independencia de las competencias directas de la instancia. Es decir, aunque la violencia de pareja suele ocurrir al exterior de las universidades, **es indispensable prevenir y acompañar estos casos con orientaciones certeras**.





En ese marco, se buscó reconocer la frecuencia de casos expuestos ante la DDU y sus características, toda vez que hay diversas formas de relación entre estudiantes, cruzadas por condiciones de sexo, género, clase, condiciones sociales y emocionales, entre otras. Se realizaron revisiones normativas, investigaciones e instrumentos para desarrollar un apartado teórico y metodológico. Al tratarse de un primer estudio exploratorio institucional para identificar la incidencia de esta violencia, sus tipos, lugares de ocurrencia y principales factores que la generan, así como el reconocimiento de los daños e impactos de quienes la han experimentado, se generó un instrumento *ad hoc*, aplicado a la Comunidad Estudiantil bajo consideraciones éticas y de confidencialidad. Asimismo, se consultó sobre las rutas tomadas frente a experiencias directas de violencia o ante quién o qué autoridades institucionales acudirían en caso de vivir alguna situación de violencia, tanto al interior de la Universidad como al exterior.

Estos primeros resultados y propuestas preventivas se dirigen principalmente a la Comunidad Estudiantil, pero trascienden a las personas que les acompañan en sus trayectorias universitarias. Este ejercicio permitirá desarrollar una campaña focalizada en la violencia de pareja durante los años subsecuentes.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo general:

- Analizar la incidencia de la violencia de pareja en estudiantes universitarios para conocer los tipos de violencia generada y las afectaciones en las personas receptoras.



Objetivos específicos:

- Reconocer las nuevas formas de relación de noviazgo, de pareja o relaciones sexoafectivas entre estudiantes universitarios y si la violencia de pareja subsiste en dichas relaciones y de qué forma.
- Identificar los factores de riesgo que están presentes en quienes generan violencia de pareja o en el noviazgo.
- Analizar los daños e impactos que esta violencia tiene en las personas receptoras.
- Reconocer los tipos de acciones que toman las personas victimizadas tanto al interior de la Universidad como al exterior.
- Desarrollar medidas preventivas y acciones directas para realizar intervenciones cuidadas y atenciones pertinentes.

ANTECEDENTES RELEVANTES

México

- En 2007 se realizó por primera vez la Encuesta Nacional sobre Violencia en el Noviazgo
- En 2021, la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) reportó lo siguiente:
 - La violencia psicológica es la de mayor prevalencia a lo largo de una relación (35.4%).
 - El 78% de las mujeres de 15 años y más que experimentaron violencia física y/o sexual por parte de su pareja, no solicitaron apoyo ni presentaron queja o denuncia.
 - Solo el 8% presentaron una queja o denuncia por violencia.
 - Entre los motivos por los que las mujeres no denunciaron, destacan: “Se trató de algo sin importancia que no le afectó”; “Por miedo de las consecuencias”; “Por vergüenza”; “No sabía cómo ni dónde denunciar”, etc.

En la IBERO Puebla

Diagnóstico 2020: De las violencias universitarias a la búsqueda de espacios dignos. ¿Qué sabemos y cómo reaccionamos en la IBERO Puebla?

Este estudio dio pistas sobre la violencia de género y las situaciones de acoso por parte de exparejas. La conducta de mayor incidencia fue la violencia psicológica, que abarcaba insultos, humillaciones, control por parte de parejas, etc. Sin embargo, la violencia de pareja solo fue identificada por un 4% de la población participante.

Identificar para transformar: Construyendo universidades libres de violencia. Principales resultados del diagnóstico 2023-2024

En este diagnóstico se identificó la prevalencia de la violencia psicológica entre estudiantes. Sin embargo, no se sabe si estas violencias fueron por parte de una pareja. De igual forma, se encontró que el estudiantado experimenta violencias por parte de su pareja o de amistades con mayor frecuencia en fiestas y reuniones, es decir, al exterior de la Universidad.

“Tuve 2 relaciones de noviazgo y una informal, y en las tres sufrí de algún tipo de violencia”

(Respuesta estudiante mujer)



APROXIMACIONES TEÓRICAS

La violencia de pareja no se vincula únicamente a conductas generadas en relaciones prematrimoniales o violencias entre parejas adolescentes como anteriormente se creía; las relaciones de pareja se han resignificado. La literatura refiere algunos de los siguientes tipos de relaciones:

Relaciones íntimas
(Ismail, Berman y Ward-Griffin, 2007).

**Relaciones con atracción sexoafectiva
o personas que salen juntas**
(Tobar Lasso, M.J., Nieto Betancurt,
Arias Rodríguez, G. M., 2023).

**Personas que salen en citas aisladas
o de carácter sexual**
(Lavoie, Robitaille y Hebert, 2000).

- Además, algunos delitos como el de violencia familiar incluyen las relaciones en el noviazgo y la relación de hecho, es decir, que “hagan vida en común, en forma constante y permanente o mantengan una relación de pareja, aunque no vivan en el mismo domicilio” (Código Penal para el estado de Puebla, artículo 284 Bis, fracciones I y VI).
- La violencia hacia las mujeres en una relación de pareja continúa siendo la de mayor incidencia. Sin embargo, las investigaciones e informes revelan que hay mujeres que violentan a sus parejas (violencia psicológica). Además, esta violencia no es exclusiva de parejas heterosexuales, sino que también se genera entre parejas de la diversidad sexogenérica (Pick, S., Leenen, I., Givaudan, M., & Prado, A., 2010).
- Alrededor de las investigaciones también han surgido debates importantes desde los feminismos y las formas en que se alimenta la idea del amor romántico y se reproducen estructuras de poder en instituciones como el noviazgo. Otras líneas, como la de las masculinidades, analizan las formas de control y dominación aprendidas en culturas patriarcales y machistas.

APROXIMACIONES TEÓRICAS

La violencia de pareja (*dating violence*) incluye los actos que dañan o lastiman a otra persona en una relación de noviazgo.

Tipos de violencia con mayor recurrencia en las relaciones de pareja, identificadas en las investigaciones:

Violencia digital
(violación a la
intimidad sexual)

Violencia sexual

Violencia física

Violencia psicológica

Existen diversas clasificaciones y taxonomías para explicar la violencia en las relaciones de pareja; entre estas, la de Kelly y Johnson (citados en Navarro-Góngora, 2014).

Violencia situacional: imposición de criterios y control simétrico

Violencia de control coercitivo: control de una persona sobre la otra; cronicidad y daño

De resistencia violenta: reacción defensiva de quien la sufre

Violencia ocasionada por la terminación de la relación

NOTAS METODOLÓGICAS

Diseño

- Estudio exploratorio, descriptivo y correlacional

Participantes

- Muestra intencionada: estudiantes de licenciatura inscritos/as en el periodo Primavera 2025
- Respondieron 715 estudiantes de licenciatura
- 677 aceptaron continuar voluntariamente
- 11= género no conformista / 396= mujeres / 265= hombres

Técnica: cuestionario

- Adaptación y diseño, a partir de otros instrumentos y escalas

- **Construcción y validación del Cuestionario de Experiencias de Violencia en las Relaciones de Pareja y Familia en Estudiantes Universitarios (CEV-RPF).** Villafañe, A. A., Jiménez, M. I., De Jesús Carrasquillo, D. & Vázquez, R. A. (2012)
- **Cuestionario de Relaciones de Violencia de Pareja Universitarios (CRVPU).** (Fernández de Juan-Teresa, 2022, p. 2).
- **Escala de Violencia en el Noviazgo (DAS).** Evalúa diversas formas de violencia, como la física, emocional y sexual. Suele incluir preguntas sobre comportamientos controladores y agresivos.
- **Cuestionario de Evaluación de Relaciones (RQ):** Se utiliza para identificar patrones de comportamiento en relaciones que pueden ser problemáticos o abusivos.
- **Escala de Violencia en el Noviazgo, de Johnson:** Se centra en la violencia física y psicológica, permitiendo a las personas encuestadas reflexionar sobre sus experiencias en la relación.
- **Escala de Control de Relaciones (RCS):** Mide comportamientos de control y manipulación, que son señales comunes de violencia en el noviazgo.
- **Inventario de Relaciones Abusivas (ABI):** Se enfoca en identificar la naturaleza y la severidad del abuso en las relaciones de pareja.
- **Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares, ENDIREH (INEGI) 2021**

CREENCIAS SOBRE QUÉ ES UNA RELACIÓN DE NOVIAZGO

ANTES DE LEER, RESPONDE

**¿Qué es para ti una
relación de noviazgo?**



CREENCIAS SOBRE QUÉ ES UNA RELACIÓN DE NOVIAZGO

Contrasta tus respuestas con las percepciones del alumnado

Crecer juntos.

Una relación de noviazgo, para mí, es un espacio seguro. Un refugio.

Es un vínculo de confianza y afecto entre dos personas.

No es una prisión sino un refugio.

La unión de 2 personas por elección.

Una relación amorosa formal.

Una relación afectiva entre dos individuos, en la cual ambas partes acceden a formar parte de ella sin alguna influencia externa, y porque realmente desean estar con la otra parte; dicha relación debe ser recíproca y respetuosa.

Una relación romántica con exclusividad.

Un vínculo afectivo donde dos personas se cuidan mutuamente.

Pérdida de tiempo.

Un compromiso.

Un acompañamiento en donde dos personas se encuentran enamoradas.

La creación de amor entre una pareja.

Apoyo de las dos partes. Cuidado de paz mental.

Relación en la que compartes intimidad con una persona [...] se esperaría que no sea tóxico.

Un estado de bienestar personal y plenitud que busca ser acompañado por otra persona para construir momentos, etapas, vivencias.

CREENCIAS SOBRE QUÉ ES UNA RELACIÓN DE NOVIAZGO

- En las 677 respuestas identificamos solo a una persona que refirió no saber qué es una relación de noviazgo, porque no lo había experimentado. Casi en su totalidad, las y los participantes refirieron que se trata de un vínculo, relación o compromiso ligado a la idea de acuerdos de apoyo, cuidados y respeto.
- Las personas participantes perciben que el amor, la libertad, el respeto, la confianza y el apoyo mutuo son los valores clave en estas relaciones de pareja.
- Más del 60% del alumnado participante mencionó la palabra ‘confianza’.
- La gran mayoría refieren un vínculo afectivo mutuo, es decir, entre dos personas y de forma recíproca; incluso, alrededor de 20 participantes consideraron que esta es una etapa de preparación para el matrimonio.
- Otro grupo de participantes se centró en la personalidad, el autoconocimiento y la madurez para poder ser un soporte y cuidar de otra persona.
- De manera indirecta, la gran mayoría rechaza la idea de control, posesión y dependencia, al aspirar a que esta sea una relación basada en decisiones, libertad y comunicación.
- Alrededor de 20 personas mencionaron la condición libre de toxicidad, seguridad y paz. Es decir, el noviazgo debe ser un lugar seguro, un refugio.
- Algunas personas ya expresan una idea negativa sobre estas relaciones, quizá por experiencias previas y con base en factores como el tiempo invertido, el miedo y la idea de sufrir algún daño.
- Por otro lado, también hay respuestas de personas que tienen claridad sobre lo que no quisieran que sucediera en ese noviazgo: “No es una posesión”, “No debe obstaculizar”, “Ser lastimado/a”, la relación “no debe restar”, “Daño emocional o dependencia”.

Esta exploración sobre cómo las y los estudiantes conciben las relaciones de pareja es fundamental, ya que pueden dar lugar a prácticas de control o dinámicas de poder que, si no se cuestionan, tienden a normalizarse y volverse crónicas desde las primeras etapas de la relación.

A partir de las respuestas, fue posible agrupar estas percepciones en tres líneas:

- **Integridad y seguridad**
- **Autonomía y libertad**
- **Transparencia y reciprocidad (cuidados)**

¿QUÉ ES PARA TI LA VIOLENCIA DE PAREJA?

La gran mayoría de participantes relacionó este concepto con violencia física y psicológica. Una mínima parte de la población sumó la violencia sexual, económica y digital. A continuación, se presentan algunas de las respuestas más significativas, las cuales se integraron en las siguientes categorías:

- “No estar bien y estar como en una montaña rusa”.
- “Gritos, celos tóxicos, ser posesivo, golpes, hablarte groseramente”.
- “Faltarle al respeto a alguien y agredir física y verbalmente a alguien, afectando no solo su integridad sino su seguridad”.
- “Inicia desde el ataque hacia la persona por decisiones casuales y se escala hasta atentar contra la seguridad de vida de la persona”.
- “Es donde te hacen sentir mal a propósito, donde te agreden físicamente o mentalmente”.
- “Manipulación, celos excesivos, chantaje emocional, humillaciones, insultos, control sobre la vestimenta”.
- “Que peguen, se griten, humillen, etc”.
- “Golpes, gritos y celos injustificados/extremos”.
- “Es cuando una de las dos personas maltrata o lástima a la otra, llega a haber violencia con palabras, golpes, gritos, etc”.
- “Falta de respeto, violencia verbal, física y psicológica”.
- “Faltas de respeto, ley del hielo, gritos, golpes, violencia psicológica, hacerte menos”.
- “Hacer algo sin consentimiento del otro. Un abuso sexual. Forzar a la otra persona a hacer cosas que no quiere y hacerlo sentir menos”.
- “Que te humillen, te hagan sentir menos, te ignoren, te mientan y te oculten cosas, que invaliden tus sentimientos. Pueden agredirte tanto física como mentalmente”.



¿QUIÉN HA VIVIDO VIOLENCIA DE PAREJA?

**Amistades que
experimentaron
violencia**

54% = Sí
26% = No
**20% = No estoy
segura/o**

**He vivido
violencia**

17% = Sí
73% = No
**10% = No estoy
segura/o**

**He ejercido
violencia**

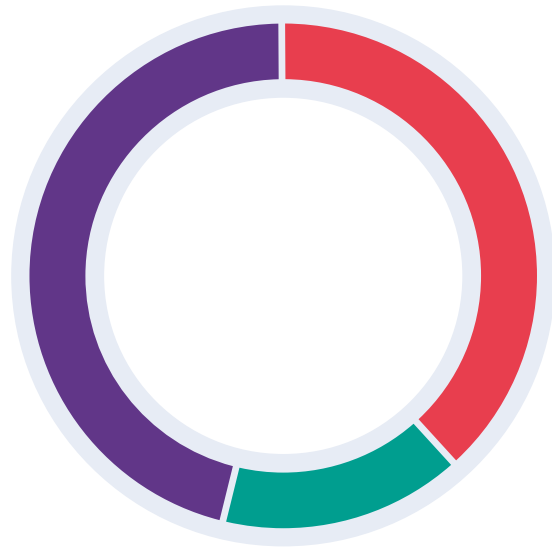
4.7% = Sí
56% = No
**39% = No estoy
segura/o**

Para las y los participantes fue más sencillo identificar la violencia experimentada por otras personas que reconocer violencias recibidas o, más aún, que han llegado a violentar a alguien. Del total de la población que respondió estar en una relación de pareja, solo el 4.7% refirió que sí ha llegado a violentar.

Es importante recalcar que estas preguntas se centraron en experiencias de los últimos 12 meses, por lo que es probable que más personas hayan vivido violencia a lo largo de su vida o la hayan ejercido, pero no recientemente.

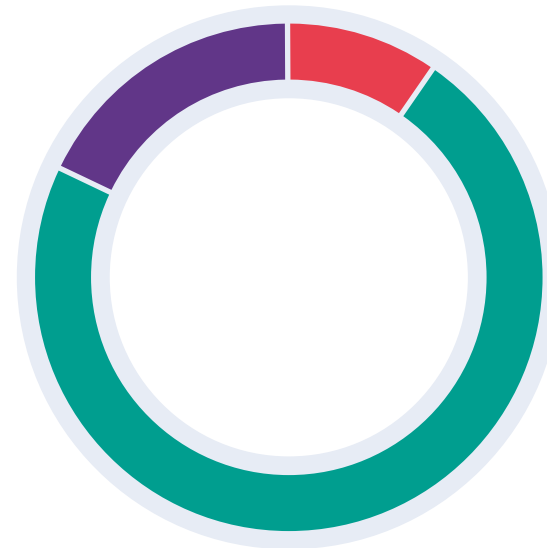
EXPERIENCIAS DE VIOLENCIA

Noviazgo o relación sexoafectiva en los últimos 12 meses



- **38%**
Novia/o
- **15%**
Relación sexoafectiva
- **47%**
No tienen novia/o ni han vivido violencia en los últimos 12 meses

Experiencias de violencia de pareja en los últimos 12 meses



- **10%**
No están seguras/os
- **73%**
No han vivido violencia de pareja
- **17%**
Sí han vivido violencia

- Las relaciones sexoafectivas incluyen: relaciones íntimas, citas casuales, salir con alguien, “casi algo” y no están exentas de estas prácticas.
- El 73% de la población no ha experimentado violencia en una relación de pareja o sexoafectiva. El porcentaje de personas que refirieron no estar seguras también es importante. Esta incertidumbre implicará una tarea sustantiva en el diseño de la propuesta preventiva toda vez que la falta de respuesta podría estar vinculada a no contar con información adecuada.

DATOS CLAVE EN LAS EXPERIENCIAS DE VIOLENCIA



10

Hombres



77

Mujeres

87
personas
han vivido violencia en
su relación de pareja

24.13%

en relaciones sexoafectivas

75.86%

en relaciones de noviazgo

65.5%

por parejas externas

34.4%

por parejas de la Universidad

77%

de los casos indican que se presentó
el ciclo de violencia

18

personas han amenazado con
suicidarse en caso de rompimiento de
la relación (11 mujeres y 7 hombres)

7

parejas son de orientación
homosexual (gay) y bisexual

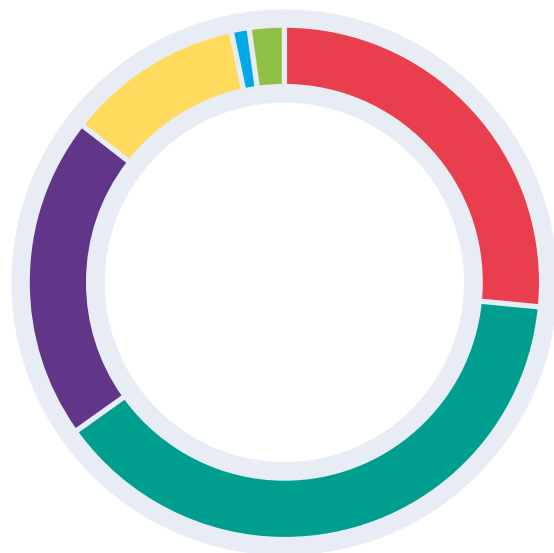
80

parejas son heterosexuales

- El 4.4 % de las personas que generaron violencia en su pareja son integrantes de esta Universidad.
- La mayoría de estas violencias ocurrieron en relaciones de noviazgo.
- Un dato alarmante son las amenazas de suicidio para continuar en la relación.
- El 77% de las personas experimentó el ciclo de violencia que a continuación se detalla.

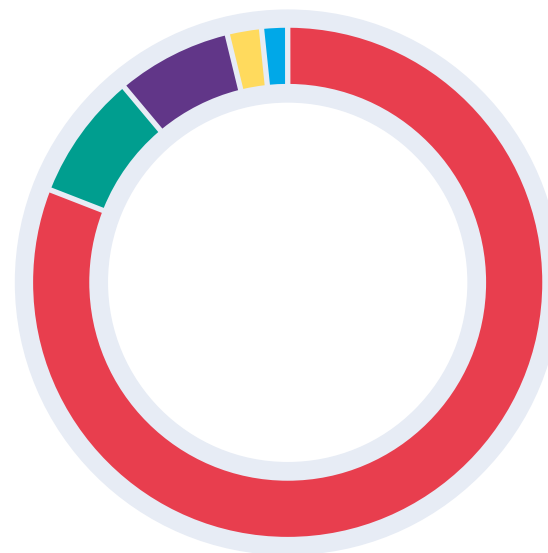
DATOS CLAVE EN LAS EXPERIENCIAS DE VIOLENCIA

Tipos de violencia



- **39%**
Psicológica
- **26%**
Física
- **21%**
Física y psicológica
- **11%**
Psicológica y sexual
- **2%**
Otra
- **1%**
Psicológica y digital

Lugares en donde ocurrió la violencia



- **78%**
Casa, departamento
- **8%**
Mensajería
- **6.9%**
Casa, aula, fiesta y estacionamiento
- **2.3%**
Auto
- **1.6%**
Antro

“En todos lados, él pensaba que yo era una fácil o algo, pero queda claro que no me respetaba porque hacía comentarios ofensivos a mi persona”.

Respuesta de estudiante mujer.



DINÁMICA DE LA VIOLENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA

Como se pudo advertir, el 80% de las parejas experimentó dinámicas propias del Ciclo de la Violencia. Leonor Walker (2009) describe que la violencia se expresa a través de un patrón de conductas cíclicas que van desde la acumulación de tensión hasta su explosión, seguido de un momento conocido como “luna de miel”, que se caracteriza por la expresión de arrepentimiento, detalles o expresiones de afecto.

Una persona que vive violencia va experimentando serios efectos en su salud física, social, económica y psicológica a lo largo del tiempo, que en combinación con otros aspectos sociales influyen en que desarrolle lo que se conoce como “indefensión aprendida”. Quien recibe el abuso entra en modo supervivencia, en un estado de hiperalerta constante, lo que dificulta que pueda salir de una relación violenta o tome decisiones para terminarla.



Esto se **repetirá** una y otra vez **aumentando** el **peligro, daños y consecuencias**. Tu vida e integridad pueden estar en **RIESGO**.

LUNA DE MIEL

- Se arrepiente y pide perdón.
- Demuestra su cariño, interés y amabilidad.
- Te da regalos.
- Justifica lo que hace por su historia.
- Promete que cambiará.
- Te pide ayuda para cambiar.
- Crees que puedes cambiarle con tu amor, que eres la única persona que le entiende.
- Confías en que volverá a ser como cuando se conocieron.

EXPLOSIÓN

- Siente que está perdiendo el control y explota.
- Te grita, humilla y/o golpea. Esto te paraliza y llena de miedo.
- Te cuestionas si tú estás mal; piensas y piensas qué es lo que estás haciendo mal.



ACUMULACIÓN DE TENSIÓN

- Haces lo que te pide para no tener problemas.
- Intentas que no se enoje.
- Le explicas una y otra vez.
- Le enseñas fotos, audios, llamadas para comprobar dónde estás.
- Guardas silencio o le intentas convencer de cómo son las cosas.
- Le amas, sientes que es buena persona y buscas comprender por qué es así.
- Se irrita cuando las cosas no son como quiere.
- Te hace sentir que eres culpable de su enojo, estrés o tensión.
- Puede insultarte, humillarte y/o amenazarte.

Fuentes

Navarro, J. (2015). Violencia en las relaciones íntimas. Una perspectiva clínica. Barcelona: Herder.
Walker, L. (2012). El síndrome de la mujer maltratada. Bilbao: Desclee De Brouwer.

¿QUÉ DIFERENCIAS ENCUENTRAS?



Expresiones de hombres hacia mujeres

“Tomar fotos íntimas sin mi consentimiento”

“me llamaba, puta, loca”

“Sí claro, muchas veces viví el tener que cambiarme de ropa porque según el lo único que quería era que me vieran o que me voltearan a ver”

“me enviaba por instagram fotos de modelos de lencería y me hacía sentir mal sobre mi físico”

“Se robó mi INE para que ya no saliera de antro”

“así te iras vestida?”

“se me prohibió salir de mi casa con ropa que a él no le parecía”

“Me ha llamado p**ta y ha dicho que le doy asco”

“llegó a empujarme en la calle y tirarme al piso, me dejó moretones, golpeó y tiró objetos en mi cuarto, haciendo ruido y preocupando a mis roomies”



Expresiones de mujeres hacia hombres

“En ocasiones siento que ha vulnerado mi privacidad, algunos insultos”

“En una discusión se desespera porque no pienso igual y eleva sus actitudes”

“Bloquear amiguitas”

“por limitaciones en relacionarme con otras personas que no estan asociadas directamente a nuestra relación”

“El querer hacer lo que esa persona quiere aunque yo no quiera”

“ella Bebia mucho y aveces usaba drogas entonces se ponía muy intensta y se enojaba con todos, no controlaba su enojo”

Sin duda, las expresiones utilizadas por unos y otras son totalmente diferentes. En el caso de las expresiones de hombres a mujeres, los estereotipos de género en torno a la imagen, vestimenta y los actos de control están atravesados por violencia física o psicológica con expresiones humillantes y estereotipos en razón de género.

FACTORES DE RIESGO ASOCIADOS A LA VIOLENCIA DE PAREJA

Respuestas del alumnado:

- “Me jaloneaba o manipulaba cuando consumíamos alcohol porque le daban celos porque otros chicos se acercaran a hablarme”.
- “El alcohol cuando estaba borracho me insultó muy feo y amenazó”.
- “Él era demasiado inseguro por lo que siempre estaba dudando de mí y siempre me hacía sentir mal por cualquier cosa que yo hacía y en algún momento yo sí notaba violencia psicológica”.
- “El uso de drogas (marihuana) y alcohol, así como el abuso de estos en compañía de ciertos amigos y el tiempo que pasaba con ellos hablando de manera negativa, provocaban que esta persona actuara de forma violenta y grosera en algunos momentos”.
- “Él tenía ansiedad y problemas de autoestima”.
- “Celos y manipulación”.
- “La cultura machista”.
- “Tenía problemas con su familia, de forma que se volvió muy codependiente de mí”.
- “Tenía muchos problemas personales y con su familia”.
- “El consumo de alcohol fue el problema principal”.

Integración a partir de percepciones y experiencias de quienes vivieron violencia

Socioculturales

- Cultura machista
- Entornos familiares y crianza

Individuales

- Manejo de emociones (“inseguridad”, “celos”, “frustración”, “ira”, “narcisismo”, “manipulación”, “ansiedad”, “baja autoestima”, etc.)
- Trastornos psicoemocionales (salud mental)
- Consumo y abuso de sustancias (alcohol y drogas)

Relaciones de pares

- Influencia negativa de amistades (“malas compañías”)

EL CONTROL MEDIANTE DISPOSITIVOS O REDES:

¿Te suena familiar?

Experiencias del alumnado

Prohibir o limitar relacionarse con otras personas

- No dejar salir con amistades o vengarse por hacerlo. Mensajes para no dejar salir con amistades o vengarse por hacerlo.
- No permitir comunicarse con hombres.
- Obligar a bloquear “amiguitas”.
- Eliminar amigos de redes sociales.
- No permitir estar a solas con amigos.

Vigilancia constante (lejana)

- Saber dónde y con quién se está.
- Saturación de mensajes.
- Marcar cada 5 o 10 minutos para saber la ubicación.
- Tener que responder mensajes para evitar que la pareja se enoje.

Vigilancia constante (cercana)

- Revisar el teléfono: redes sociales.
- Asomarse a ver quién escribe.
- Querer tomar el dispositivo.
- Controlar qué subir o no a redes sociales.
- Violar la privacidad: entrar a cuentas.

Manipular

- Hacer sentir que se tiene la culpa.
- Comentarios hirientes para controlar.
- Victimizarse y poner el peso en los hombros.
- “Qué feo que la pases bien si no estoy ahí”.

ALGUNAS PISTAS PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DIGITAL



Espacios de aprendizaje y sensibilización que promuevan una mirada crítica respecto a las redes sociodigitales y otras plataformas tecnológicas, y que contribuyan a la conformación de una cultura digital responsable, abordando temas como:

- Autocuidados digitales.
- Ciudadanía digital y ética en línea.
- Consentimiento en el ámbito digital.

Difusión y divulgación de información a través de distintos canales como pódcast, cápsulas, *reels*, etc., y en **cocreación con el estudiantado**, que favorezca:

- El ejercicio del derecho a la protección de datos personales.
- La identificación de las expresiones de la violencia en el ámbito digital.
- El conocimiento de herramientas para fortalecer la seguridad digital.
- El acceso a los canales de denuncia ante cualquier situación de violencia digital.

DAÑOS Y AFECTACIONES DERIVADAS DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA

En la mayoría de los casos, el daño o afectación no está en un solo campo sino en varios, lo que complejiza los procesos de restauración, acompañamiento y recuperación de una vida con calidad, seguridad y libertad. Las mujeres fueron quienes experimentaron daños en todos los ámbitos (salud, familiar y social) y de manera más prolongada.

Salud mental y emocional

- Ansiedad y depresión
- Cansancio emocional
- Pérdida de la autoestima
- Bloqueo emocional y falta de concentración
- Hipervigilancia
- Dependencia emocional
- Inseguridad para tener otra relación: repetición
- Búsqueda de terapia especializada

“Actualmente después de haber terminado la relación y llevar unos meses en terapia me ha hecho darme cuenta de que realmente me hizo mucho daño, creó muchas inseguridades en mí y afectó mucho mi autoestima”.

(Respuesta de estudiante mujer)

Salud física y somatización

- Trastorno del sueño
- Alimentación y trastornos alimenticios
- Salud digestiva
- Rendimiento

“Bajé 20 kilos, vomitaba, me generaba ataques de ansiedad, depresión, cansancio excesivo, poco y bajo rendimiento al igual que problemas gastrointestinales”.

(Respuesta de estudiante mujer)

Ámbito familiar

- Enemistad con las familias, principalmente padre y madre

“Me mandó al psicólogo tuve depresión por meses, bajé de peso, me puso en contra de mis papás, perdí amistades, me sentía mal conmigo misma [...]”.

(Respuesta de estudiante mujer)

Social

- Aislamiento: perder amistades y dificultades para socializar
- Problemas para relacionarse
- Reproducción de ciertos comportamientos

“Psicológicamente y en mi seguridad personal profundamente, pero también deshaciendo mi círculo social”.

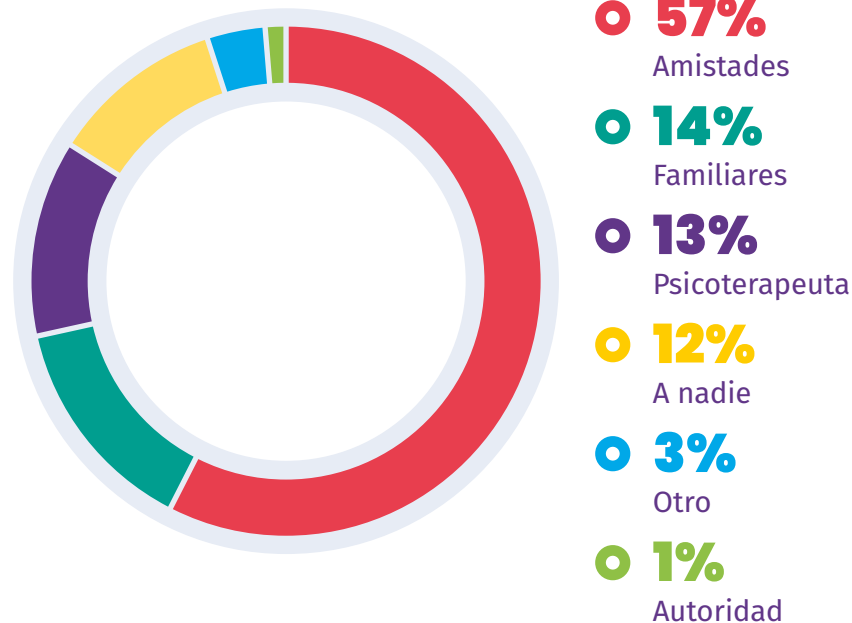
(Respuesta de estudiante hombre)

REDES DE APOYO

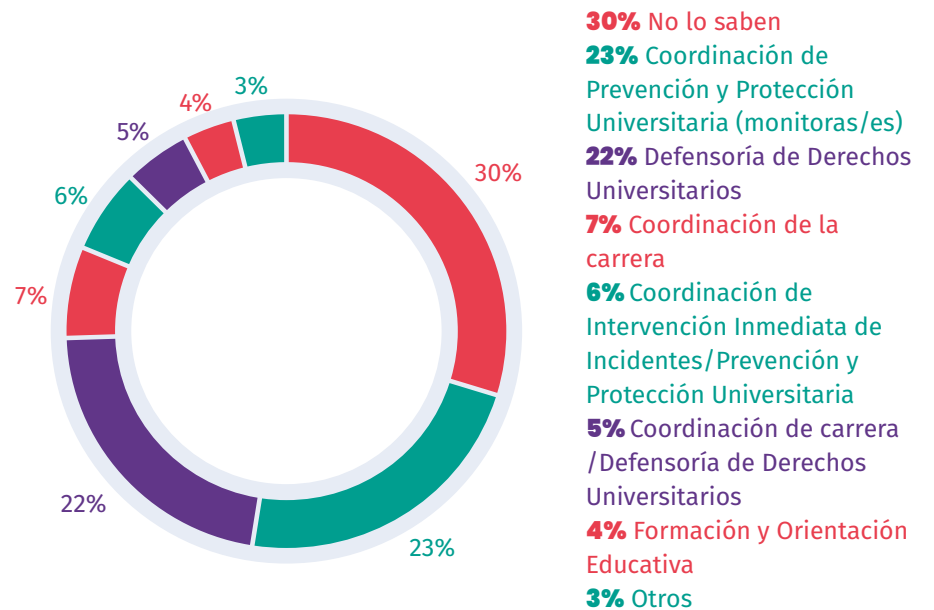
El 57% de las personas participantes que han tenido alguna experiencia de violencia solo lo han compartido con sus amistades y en segundo lugar con familiares. El dato de la red de amigos y amigas resulta revelador por la confianza tejida en sus pares. Sin embargo, este dato confirma la importancia de que el alumnado deconstruya mitos en torno a las relaciones de pareja y conozca las rutas de actuaciones para brindar orientaciones adecuadas.

En el caso de áreas o instancias de la Universidad, resultó preocupante que el mayor porcentaje de personas no supieran a dónde acudir. A la par, que pensarán en las figuras de personas monitoras, pues hay un imaginario de inmediatez en la solicitud, como se si redujera a una posible violencia física. Por otro lado, también resultó importante identificar que un 22% de las personas participantes identifica que la instancia competente para atender estas violencias es la Defensoría de Derechos Universitarios.

Personas con quienes han hablado de la experiencia de violencia de pareja



Personas o áreas a las que solicitarían apoyo



PROPUESTA DE LA COMUNIDAD PARTICIPANTE EN TORNO A LA PREVENCIÓN

El 60% de las personas participantes proponen realizar pláticas, talleres y conferencias, es decir, procesos formativos focalizados porque sienten que no es un tema lo suficientemente conocido.

Otro grupo importante propone tener apoyo psicológico especializado para hablar de estos temas, vinculado a las emociones y la salud mental.

Se comparten algunas de las respuestas que concentran estas dos categorías.

“Talleres, conferencias, información como por ejemplo el violentómetro yo lo conocí en la Uni no sabía que existía”.
(Respuesta de estudiante)

“Que vinieran a cada salón a decirnos que hay ese apoyo, porque yo no sabía, mucha gente de la uni no checa sus correos ni nada, no esta enterada de nada (esta mal lo se, pero yo soy una de esas personas)”.
(Respuesta de estudiante)

“Me parece que sería una buena idea hacer pláticas obligatorias en las que hablen sobre casos, expliquen como puede empezar esta violencia etc y no solamente con poster, ya que en una plática obligatoria, algunas personas que esten viviendo una situación similar pueda sentirse identificada y decidir tomar acción ante estas situaciones tan delicadas”.
(Respuesta de estudiante)

“Siento que lo más que pueden hacer es mantenernos seguros de si en algún momento es necesario podemos buscar ayuda en la institución pero realmente no creo que se pueda prevenir un aspecto personal de esa manera”.
(Respuesta de estudiante)

“Que ella me empieza a agredir verbalmente, yo pido que me dejen en paz o que me den mi espacio, lo cual no obtengo, entonces me termino desesperando ante las faltas de respeto o agresiones, lo cual provoca lo que podría considerarse una reacción negativa o violenta, pero jamás llegando a lo físico por mi parte”.

(Respuesta de estudiante hombre)

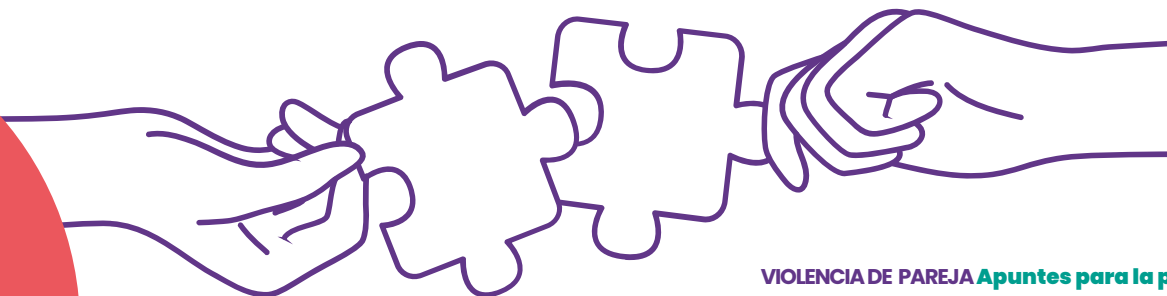


ALGUNAS CONCLUSIONES

- Este estudio confirma la importancia de medir y caracterizar esta conducta en ámbitos concretos como el educativo, para generar diseños preventivos en edades más tempranas.
- La identificación de estas violencias en parejas jóvenes puede favorecer la desmitificación y toxicidad en relaciones futuras. En casos de violencia familiar, se ha identificado esta correlación (Peñúñuri, L. Y. Y., Rasmussen, C. A. H., & Flores, Y. V. C., 2019).
- A diferencia de otras investigaciones de corte epidemiológico, se identificaron algunos imaginarios sobre las relaciones de pareja y en qué contextos sociales y culturales están sucediendo estas conductas, particularmente en las expresiones vinculadas con la imagen, las formas de vestir, los lugares donde ocurre y en qué condiciones ocurren estas violencias (Tobar, María José, Nieto, Lucy y Arias, Gina, 2022).
- Los resultados sobre los tipos de violencia son coincidentes con otras investigaciones. Las mujeres siguen siendo las principales víctimas. La violencia psicológica es la más experimentada, porque es cotidiana y silenciada, pero también alerta que haya una relación diádica entre violencia física y psicológica. Dichos actos llegan a naturalizarse al percibirse que suceden a otras parejas del entorno, ya sea directa o indirectamente, como las situaciones reflejadas en diversos medios de comunicación, películas, series, etc. En esta violencia psicológica se advirtieron principalmente humillaciones, celos y formas de control (ENDIREH, 2021, Tobar, María José, Nieto, Lucy y Arias, Gina, 2022; Hidalgo-Rasmussen, C. A., Javier-Juárez, S.P., Zurita-Aguilar, K. A. Chávez-Flores, Y. V., Rosales-Damián, G. y Torres-Chávez, L. J., 2024).

ALGUNAS CONCLUSIONES

- Es revelador que la prevención no solo deba focalizarse en las violencias específicas, es decir, en aprender a nombrar las violencias o identificarlas, sino en los mitos en torno a lo que debe ser una relación de pareja, los estereotipos de género y las relaciones desiguales. Si bien en un porcentaje importante está la idea de relaciones iguales, esas narrativas se contraponen a otros discursos y formas de relacionarse desde los roles asignados. Por ejemplo, la gran mayoría de las mujeres hablan de la confianza y el cuidado de la relación, a diferencia de los hombres. Coincidimos con otros estudios en que es necesario trabajar en el “arraigo de creencias” en el ámbito educativo (Cubillas, María José, Abril, Elba y Domínguez, Sandra, 2017, p. 127).
- Uno de los factores de riesgo que las personas identifican como causa de la violencia es el consumo de sustancias. Sin embargo, es importante señalar que, aunque tal conducta representa un agravante, la causa reside en el sistema de creencias de la persona, en los beneficios de utilizarla y en un sistema social que la refuerza y sostiene (Bancroft, 2017).
- En los casos del reconocimiento del ejercicio de violencia, también se identificó que dichas conductas suelen justificarse, generando responsabilidad hacia la otra parte. Esta es otra ventana de oportunidad para considerar campañas de prevención secundaria y la gestión de emociones. Trabajar en el ámbito preventivo en los mitos que existen sobre las causas de la violencia puede incidir en que quienes la ejercen comiencen a cuestionarla y dejen de justificarla.



ESTE ESPACIO ES PARA TI

Piensa en los tipos de relaciones que has tenido

¿Cómo han sido
tus relaciones?

¿Has ejercido
violencia de
pareja?

¿Has
experimentado
violencia de
pareja?

¿Qué puedes
hacer para
cambiar eso?

ORIENTACIONES PARA EL CUIDADO Y ATENCIÓN DE ESTA VIOLENCIA

Revisa detenidamente la información disponible en: www.iberopuebla.mx/DDU y súmate a los espacios que ofrece la universidad para seguir aprendiendo sobre el tema.

Si piensas que estas viviendo violencia de pareja, acude a la DDU para conocer nuestra ruta de actuación.

Acude a la DDU para pedir una orientación y materiales para trabajar en pautas de cuidado.

La violencia de pareja no es normal y no se debe naturalizar.

Conoce más

“Pues que la gente que necesite ser escuchada le brinden todo el apoyo posible, yo he pensado ir a que me escuchen porque me siento muy solo estas semanas”.

(Respuesta de estudiante hombre)



REFERENCIAS

- Bancroft, L. (2017). ¿Por qué se comporta así?: Comprender la mente del hombre controlador y agresivo (R. Diéguez Diéguez, trad.). Paidós.
- Cariño, Iliana y Castillo, Noé (2020). De las violencias en el ámbito universitario a la búsqueda de espacios dignos: ¿Qué sabemos y cómo reaccionamos en la IBERO Puebla? Diagnóstico 2020, Universidad Iberoamericana Puebla.
- Código Penal para el Estado Libre y Soberano de Puebla (2025).
- Cubillas, María José, Abril, Elba y Domínguez, Sandra. Violencia de género en relaciones de noviazgo de estudiantes universitarios del norte de México. REencuentro. Análisis de Problemas Universitarios, vol. 28, núm. 74, pp. 127-148, 2017. Universidad Autónoma Metropolitana.
- INEGI (2021). Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares ENDIREH 2021 https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/endireh2021_presentacion_ejecutiva.pdf
- Fernández de Juan, T. (2022). Cuestionario de Relaciones de Violencia de Pareja entre Universitarios (CRVPU). Tijuana: El Colegio de la Frontera Norte.
- Herrera, Anabel y Cariño, Iliana (2024). Identificar para transformar: construyendo Universidades libres de violencia. Principales resultados del Diagnóstico 2023-2024.
- Hidalgo-Rasmussen, C. A., Javier-Juárez, S.P., Zurita-Aguilar, K. A. Chávez-Flores, Y. V., Rosales-Damián, G. y Torres-Chávez, L. J. (2024). Violencia en el noviazgo y su relación con consumo de drogas y conductas sexuales de riesgo, en una población joven mexicana. Health and Addictions / Salud y Drogas, 24(1), 58-71. <https://doi.org/10.21134/haaj.v24i1.824>
- Ismail, F., Berman, H., & Ward-Griffin, C. (2007). Dating violence and the health of young women: a feminist narrative study. Health Care for Women International, 28(5), 453-477. <https://doi.org/10.1080/07399330701226438>

REFERENCIAS

- Lavoie, F., Robitaille, L. y Hebert, M. (2000). Teen dating relationships and aggression an exploratory study. *Violence Against Women*, 6(1), 6-36.
- Ley General de Educación Superior (2021)
- Navarro-Góngora, J. (2014). *Violencia en las relaciones íntimas*. Herder.
- Peñúñuri, L. Y. Y., Rasmussen, C. A. H., & Flores, Y. V. C. (2019). Systematic review of dating violence questionnaires in ibero-america and evaluation of their measurement properties. *Ciencia e Saude Coletiva*, 24(6), 2249-2262. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018246.19612017>
- Pick, S., Leenen, I., Givaudan, M., & Prado, A. (2010). «Yo quiero, yo puedo...prevenir la violencia»: Programa breve de sensibilización sobre violencia en el noviazgo. *Salud Mental*, 33(2), 153–160.
- Protocolo para Prevenir, Atender, Investigar y Sancionar Faltas Disciplinarias y/o Violencia de Género, Universidad Iberoamericana Puebla (2022).
- TOBAR LASSO, M. J.; NIETO BETANCURT, L.; ARIAS RODRÍGUEZ, G. M. Revisión de literatura sobre violencia en el noviazgo de jóvenes en Colombia y América Latina, 2016-2020. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, [s. l.], v. 41, n. 1, p. 1–14, 2023. DOI 10.17533/udea.rfnsp.e347319. Disponible em: <https://of10fxdlp-y-https-research-eb-co-com.itmsp.museknowledge.com/linkprocessor/plink?id=111195f1-ce91-3f6a-a03c-54762043a833>. Acceso em: 14 jan. 2025
- Villafañe, A. A., Jiménez, M. I., De Jesús Carrasquillo, D. & Vázquez, R. A. (2012). Construcción y validación del Cuestionario de Experiencias de Violencia en las Relaciones de Pareja y Familia en Estudiantes Universitarios. *Universitas Psychologica*, 11(1), 207-215.
- Walker, L. E. A. (2009). *The battered woman syndrome* (3a ed.). Springer Publishing Company.

**Agradecemos
la colaboración
de todas las
personas que
participaron en
este proceso**



Defensoría
de **Derechos**
Universitarios

Universidad Iberoamericana Puebla
Diciembre 2025

**Violencia de pareja. Apuntes para la prevención
en el ámbito universitario**

DIRECTORIO

Dr. Alejandro Eduardo Guevara Sanginés
Rector

Mtro. Héctor Germán Báez Monterrubio
Director de Comunicación Institucional

Dra. Iliana Galilea Cariño Cepeda
Directora de la Defensoría de Derechos Universitarios

CONTENIDOS

Dra. Iliana Galilea Cariño Cepeda
Mtra. Yadira Vargas Granillo
Lic. Anabel Herrera Hernández

DISEÑO

Lic. Adriana Caso Domínguez
Diseño editorial

Lic. Roberto Pichardo Ramírez
Redactor de contenidos, Dirección de Comunicación Institucional

DICIEMBRE 2025

