

REDES QUE ABRAZAN
CAJA DE HERRAMIENTAS

RELACIONES AFECTIVAS, VÍNCULOS SALUDABLES Y BUEN TRATO

REDES QUE ABRAZAN CAJA DE HERRAMIENTAS

AUTORIDADES

Lic. Maximiliano Pullaro
Gobernador.

Tec. María Victoria Tejeda
Ministra de Igualdad y Desarrollo Humano.

Psi. Andrea Travaini
Secretaria de Mujeres, Género y Diversidad.

Abog. María Paula Spina
Directora Provincial de Políticas contra
la Violencia por Cuestiones de Género.

EQUIPO DE REDACCIÓN

María Paula Spina
Abog.

Daniela Rucci
Lic. en Psicología

Carina Depaoli
Psicologa Social

Santa Fe, 2026.



ÍNDICE

00. • Prólogo institucional	Pág. 04
01. • Introducción	Pág. 05
02. • Perspectiva de género, diversidad sexual y prevención de violencias.	Pág. 07
03. • Conceptos clave para comprender los vínculos.	Pág. 15
04. • Derechos que nos cuidan.	Pág. 32
05. • Qué hacer ante una situación de violencia.	Pág. 39
06. • Pautas para la acción.	Pág. 49
07. • Experiencias y buenas prácticas	Pág. 54
08. • De la teoría a la práctica.	Pág. 58
09. • Monitoreo y evaluación.	Pág. 64
10. • Bibliografía, recursos y herramientas culturales	Pág. 69

PRÓLOGO INSTITUCIONAL

00.

La construcción de vínculos afectivos saludables, basados en el respeto, el cuidado, la autonomía y la igualdad, forma parte de una agenda de prevención que para la Secretaría de Mujeres, Género y Diversidad de la Provincia de Santa Fe resulta profundamente estratégica.

Las violencias por motivos de género no aparecen de un día para otro ni se reducen únicamente a sus expresiones más extremas. Muchas veces se incuban en prácticas cotidianas, en mandatos culturales naturalizados y en modos de vincularnos que reproducen desigualdades, silencios, controles o formas de sufrimiento que necesitan ser revisadas a tiempo.

A veces empiezan con algo que parece pequeño: un mensaje que exige respuesta inmediata, una revisión del celular presentada como prueba de amor, un comentario que descalifica pero se disfraza de chiste, un enojo porque alguien decidió salir, vestirse de determinada manera o pasar tiempo con otras personas. También pueden aparecer como una presión que incomoda, pero que cuesta nombrar; o como un vínculo que, en lugar de hacer lugar, empieza a encerrar.

Por eso, trabajar sobre relaciones afectivas, vínculos saludables y buen trato implica mucho más que hablar de la vida privada de las personas. Implica construir una política pública de prevención que permita reconocer señales tempranas, desarmar mandatos, fortalecer la autonomía, promover el consentimiento, acompañar a tiempo y generar condiciones para que las relaciones sean más libres, igualitarias y respetuosas.

Desde la Secretaría entendemos que prevenir también es generar herramientas concretas para pensar los vínculos, abrir preguntas, habilitar conversaciones y fortalecer redes de cuidado en escuelas, instituciones, territorios y comunidades. En ese marco impulsamos la línea **Redes que abrazan**, una propuesta orientada a acercar materiales claros, situados y útiles para quienes trabajan todos los días en la promoción de derechos, la prevención de las violencias y el acompañamiento comunitario.

Sabemos que los vínculos se construyen en contextos sociales concretos, atravesados por desigualdades, estereotipos, experiencias diversas y condiciones materiales de vida. También sabemos que no alcanza con señalar aquello que está mal: hace falta generar espacios de escucha, encuentro y reflexión; fortalecer capacidades institucionales; y reconstruir tramas comunitarias que muchas veces se encuentran debilitadas.

En esa tarea, el trabajo territorial, la articulación entre instituciones, la cercanía del Estado y el compromiso de las comunidades son fundamentales. Promover vínculos más respetuosos, libres y cuidados es una forma concreta de ampliar derechos. Sostener esa tarea desde políticas públicas, materiales accesibles y herramientas para la acción forma parte del compromiso que asumimos para construir una provincia más igualitaria, más justa y más humana.

Andrea Travaini

SECRETARIA DE MUJERES, GÉNERO Y DIVERSIDAD
Ministerio de Igualdad y Desarrollo Humano
Provincia de Santa Fe

01.

Introducción



INTRODUCCIÓN

Esta caja de herramientas forma parte de la línea **Redes que abrazan** y fue elaborada como un material de apoyo para espacios de formación, sensibilización y trabajo territorial sobre relaciones afectivas, vínculos saludables y buen trato.

Está dirigida a equipos técnicos, referentes comunitarios, agentes estatales, instituciones educativas, organizaciones sociales, áreas locales de género y diversidad, y a todas aquellas personas que desarrollan acciones vinculadas a la promoción de derechos, la prevención de las violencias y el fortalecimiento de redes de cuidado.

El material reúne conceptos básicos, marcos normativos, propuestas metodológicas, recursos pedagógicos y orientaciones prácticas para acompañar el abordaje de estas temáticas desde una perspectiva de género, diversidad y derechos humanos. Su propósito no es ofrecer respuestas cerradas, sino brindar herramientas que permitan abrir conversaciones, ordenar intervenciones, promover la participación y acompañar procesos colectivos de reflexión y transformación.

La caja está organizada en distintos apartados que pueden trabajarse de manera integral o utilizarse de forma flexible, según las características del grupo, el territorio, la institución y los objetivos de cada actividad. A lo largo del recorrido se desarrollan contenidos sobre perspectiva de género y diversidad, vínculos saludables, consentimiento, comunicación, buen trato, amor romántico, señales de alerta, violencias en los vínculos, derechos que protegen, rutas de actuación y propuestas prácticas para talleres o espacios comunitarios.

También se incorporan dinámicas participativas, preguntas disparadoras, recursos culturales y orientaciones para la acción, con la intención de facilitar su uso en capacitaciones, encuentros institucionales, actividades con adolescentes y jóvenes, espacios comunitarios o instancias de trabajo con equipos.

Desde el enfoque de **Redes que abrazan**, trabajar esta temática implica reconocer que los vínculos también se aprenden, se revisan y se transforman. Por eso, este material busca acompañar la tarea de quienes promueven relaciones basadas en el respeto, la autonomía, el consentimiento, la comunicación y el cuidado mutuo, entendiendo que la prevención de las violencias comienza mucho antes de sus formas más extremas.

Construir vínculos más saludables no es una responsabilidad individual ni una tarea aislada. Es una construcción social, institucional y comunitaria que requiere escucha, participación, compromiso colectivo y presencia activa del Estado.

02.

**Perspectiva de género,
diversidad sexual y
prevención de violencias.**

Las relaciones afectivas constituyen uno de los espacios donde se construyen las experiencias más significativas de la vida social. En ellas se ponen en juego emociones, expectativas, formas de cuidado, prácticas de poder y sentidos culturales sobre el amor, el deseo y la convivencia.

Durante la adolescencia y juventud, los vínculos adquieren un papel central en los procesos de construcción de la identidad. En esta etapa de la vida, las personas exploran nuevas formas de relación, amplían sus espacios de socialización y pertenencia y comienzan a experimentar relaciones sexo-afectivas con mayor autonomía.

Sin embargo, los modos en que se construyen estos vínculos no se desarrollan en un vacío social. Están profundamente atravesados por **mandatos culturales, normas sociales y desigualdades estructurales**, particularmente vinculadas al género.

Desde esta perspectiva, las identidades de género y las orientaciones sexo-afectivas también son diversas y forman parte de la complejidad de la experiencia humana. Reconocer esta diversidad implica comprender que no existe una única manera válida de ser, sentir, amar o vincularse.

Algunos conceptos fundamentales permiten abordar esta temática de manera clara



La **identidad de género** refiere a la vivencia interna y personal del género tal como cada persona la siente, la cual puede coincidir o no con el sexo asignado al nacer. Esta identidad forma parte del núcleo más íntimo de la subjetividad y debe ser respetada en todos los ámbitos.



La **orientación sexual o sexo-afectiva** se vincula con la atracción emocional, afectiva o sexual hacia otras personas. Esta dimensión puede expresarse de múltiples maneras, tanto en vínculos sostenidos en el tiempo como en relaciones ocasionales o encuentros sin continuidad afectiva. No se trata de una elección ni de una etapa, sino de una dimensión constitutiva de la identidad.

Reconocer esta diversidad de formas vinculares resulta fundamental para abordar cuestiones vinculadas al consentimiento, el cuidado, la comunicación y la prevención de las violencias en distintos tipos de relaciones, más allá de que exista o no un compromiso afectivo estable.



La **expresión de género** refiere a la manera en que cada persona manifiesta su identidad a través de su apariencia, su forma de hablar, su vestimenta o sus modos de vincularse. Esta expresión puede o no ajustarse a los estereotipos tradicionales de género.

Desde una perspectiva de derechos, el reconocimiento de la diversidad sexual y de género implica garantizar el respeto por la identidad autopercibida, el uso del nombre y pronombre elegidos, y el acceso a una vida libre de discriminación.

Trabajar esta dimensión en espacios de formación permite



- ✓ Visibilizar identidades y experiencias diversas.
- ✓ Desnaturalizar discursos excluyentes.
- ✓ Promover el respeto y el buen trato.
- ✓ Fortalecer entornos seguros e inclusivos.

Construir vínculos saludables desde una perspectiva de diversidad implica reconocer a cada persona como sujeto de derechos, con la posibilidad de expresar su identidad y vivir sus vínculos de manera libre, respetuosa y sin violencias.

Las investigaciones sobre violencias por motivos de género muestran que muchas de las situaciones de violencia comienzan en etapas tempranas de los vínculos, a través de prácticas naturalizadas que inicialmente pueden ser interpretadas como gestos de cuidado, interés o amor. Desde una perspectiva de derechos, el reconocimiento de la diversidad sexual y de género implica garantizar el respeto por la identidad autopercebida, el uso del nombre y pronombre elegidos, y el acceso a una vida libre de discriminación.

Entre estas prácticas se encuentran



1. Control sobre la vestimenta o las amistades



2. Revisión de redes sociales digitales o del teléfono celular



3. Exigencia de disponibilidad permanente



4. Descalificación emocional o burlas



5. Presión sexual



6. Aislamiento de redes afectivas

Estas conductas, cuando se sostienen en el tiempo, pueden derivar en formas más graves de violencia psicológica, física o sexual.

En la actualidad, las violencias también se expresan en entornos digitales. El control mediante redes sociales digitales, la exigencia de respuesta inmediata, el monitoreo de conexiones, la difusión no consentida de imágenes o mensajes y el hostigamiento virtual constituyen formas de violencia digital que afectan especialmente a adolescentes y jóvenes.

Por este motivo, la promoción de **vínculos afectivos saludables** constituye una estrategia fundamental para la prevención de las violencias por motivos de género.

El trabajo en formación y sensibilización permite



- ✓ Problematizar mitos del amor romántico.
- ✓ Promover relaciones basadas en el respeto y la autonomía.
- ✓ Visibilizar la diversidad de identidades y orientaciones.
- ✓ Fortalecer redes de cuidado y apoyo.



2.1. POR QUÉ HABLAR DE VÍNCULOS TAMBIÉN ES PREVENIR VIOLENCIAS: ALGUNOS DATOS CLAVE.

Hablar de vínculos saludables, consentimiento, buen trato y señales de alerta no es un ejercicio teórico ni una conversación secundaria. Es una forma concreta de prevención. Las estadísticas oficiales muestran de manera persistente que las violencias más graves contra las mujeres ocurren, en gran medida, en el marco de relaciones previas, lazos afectivos, vínculos familiares o contextos de convivencia. Es decir: muchas veces la violencia extrema no irrumpe desde afuera, sino que se construye dentro de relaciones donde antes hubo control, humillación, aislamiento, amenazas o violencias naturalizadas.

En Argentina, el Registro Nacional de Femicidios de la Justicia Argentina informó que en

En 2024 hubo

228

víctimas directas de femicidio

19

víctimas de femicidio vinculado

lo que da un total de

247

víctimas letales de violencia de género.

El mismo informe señala que en al menos

86%

de los casos, la víctima directa tenía un vínculo previo con el agresor.

Esto permite advertir que las situaciones más extremas de violencia suelen producirse en relaciones cercanas y no en hechos aislados cometidos por personas desconocidas.

Dentro de este universo, el

54%

correspondía a parejas, exparejas u otras relaciones sexo-afectivas,

mientras que el

16%

eran familiares.

Los datos oficiales también muestran que estos hechos ocurren, en gran medida, en ámbitos privados o de convivencia.



Otro dato importante es que los femicidios rara vez aparecen sin antecedentes. Según el mismo registro, en al menos el 17% de los casos existían denuncias formales previas realizadas por las víctimas contra los agresores. Además, en al menos el 31% de los vínculos se relevaron hechos previos de violencia de género surgidos de la causa judicial, aunque no hubieran sido denunciados formalmente. Esto refuerza una idea central para esta caja de herramientas: muchas veces existen señales previas —como control, amenazas, aislamiento o maltrato— que ya estaban presentes, aunque no siempre hubieran sido identificadas o acompañadas a tiempo.

En la provincia de Santa Fe, los datos preliminares elaborados de manera conjunta por el Observatorio de Género y el Observatorio de Seguridad Pública muestran una tendencia consistente con este escenario. La infografía 2025 sobre muertes de mujeres por usos intencionales de la violencia registra 30 muertes violentas de mujeres en la provincia, de las cuales 16 fueron femicidios y 2 transfemicidios. Dentro del universo de femicidios y transfemicidios, el 72,2% fue perpetrado por parejas o exparejas y el 72,2% ocurrió en domicilios particulares. Nuevamente, los datos muestran que la violencia más extrema aparece principalmente en relaciones cercanas y en espacios domésticos.

La misma infografía provincial señala además que el 60% de todas las muertes violentas intencionales de mujeres de la provincia se produjo en el departamento Rosario y el 20% en el departamento La Capital. También indica que el 58,6% de las víctimas tenía entre 20 y 39 años. Estos datos permiten identificar algunas concentraciones territoriales y etarias que resultan importantes para pensar estrategias de prevención, acompañamiento e intervención situadas.

Lejos de tratarse de hechos aislados o inesperados, estos datos muestran que las violencias por motivos de género suelen construirse de manera progresiva y en el marco de vínculos cercanos. Por eso, reconocer señales tempranas, fortalecer redes de cuidado y generar herramientas de prevención constituye una tarea fundamental para intervenir antes de que las situaciones se agraven.

Argentina, 2024: cifras destacadas

247

Víctimas de letales de violencia de género.

86%

De las víctimas directas tenía vínculo previo con el agresor.

17%

De los casos tenía denuncias previas formales.

228

Víctimas directas de femicidio.

54%

Correspondía a parejas, exparejas u otras relaciones sexo-afectivas.

31%

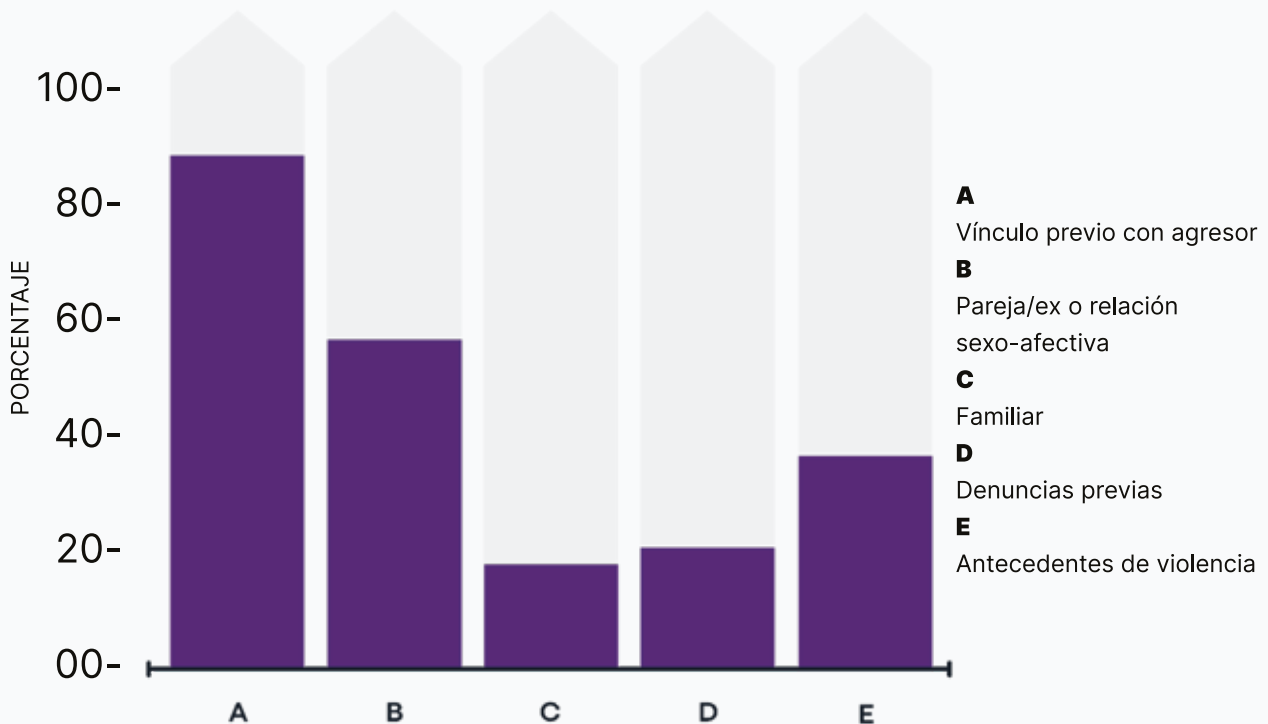
Registraba antecedentes de violencia no formalmente denunciados.



204 Niñas, niños y adolescentes estaban a cargo de víctimas directas de femicidio.

Argentina 2024 | indicadores clave sobre femicidios

Gráfico 1. Indicadores clave del RNFJA 2024



Santa Fe, 2025: Cifras destacadas

30

Muertes violentas de mujeres

16

Femicidios

16

Transfemicidios

72,2%

De los femicidios transfemicidios fue cometido por pareja o expareja.

72,2%

Ocurrió en domicilio particular.

60%

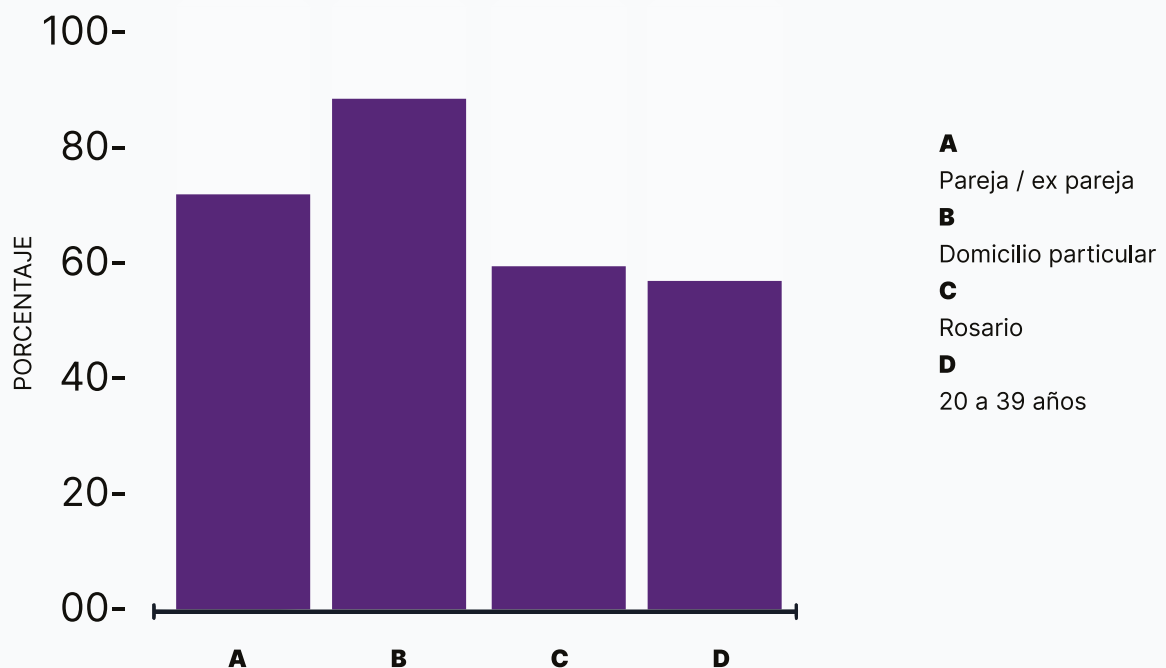
De todas las muertes violentas internacionales se concentró en Rosario.

58,6%

De las víctimas tenía entre 20 y 39 años.

Santa Fe 2025 | indicadores clave

Gráfico 2. Indicadores clave de la infografía provincial 2025.



QUÉ MUESTRAN LOS DATOS.

Estos números no deben leerse solo como una acumulación de casos. Lo que muestran, con claridad, es una estructura. La violencia más extrema contra las mujeres ocurre mayoritariamente en contextos donde ya existían vínculos previos, desigualdades de poder, antecedentes de violencia y escenarios domésticos o íntimos.

Esto permite comprender por qué trabajar el control, los celos, la humillación, la manipulación, la violencia psicológica, la dependencia, la violencia digital y las señales tempranas no es llegar antes a un problema menor: es intervenir antes de que la violencia escale.

Desde esta perspectiva, promover vínculos saludables no implica idealizar las relaciones ni negar los conflictos. Implica reconocer que la prevención de las violencias empieza mucho antes de sus formas más extremas. Empieza cuando una comunidad puede nombrar lo que duele, cuando una institución sabe escuchar, cuando una persona identifica señales de alerta y cuando existen herramientas públicas, redes de cuidado y respuestas oportunas para actuar a tiempo.

Fuentes oficiales utilizadas para esta síntesis

- ✓ **Corte Suprema de Justicia de la Nación**

Registro Nacional de Femicidios de la Justicia Argentina 2024.

- ✓ **Gobierno de la Provincia de Santa Fe / Observatorio de Seguridad Pública /**

Ministerio Público de la Acusación – datos preliminares 2025 sobre muertes violentas de mujeres.



03.

**Conceptos clave
para comprender
los vínculos.**



3.1 RELACIONES AFECTIVAS.

Las relaciones afectivas refieren a los vínculos que las personas construyen con otras a partir de la cercanía emocional, el cuidado, el reconocimiento y el sentido de pertenencia. Estas relaciones constituyen un aspecto central de la vida social, ya que en ellas se configuran modos de sentir, de comunicarse y de vincularse con otras personas.

Las relaciones afectivas pueden adoptar múltiples formas y no se limitan únicamente a las relaciones de pareja. Incluyen las amistades, los vínculos familiares, las relaciones sexo-afectivas, los lazos comunitarios y las redes de apoyo que se construyen en distintos espacios de la vida cotidiana. En todos estos casos, se ponen en juego emociones, expectativas, formas de cuidado y también relaciones de poder.

Desde una perspectiva de género, resulta fundamental reconocer que no existe una única forma legítima de establecer relaciones afectivas. Los modos de amar, de vincularse y de construir afectos son diversos, y se encuentran atravesados por contextos culturales, sociales e históricos que influyen en las expectativas y prácticas de las personas.

Asimismo, es importante considerar que muchas de las ideas que circulan sobre el amor y los vínculos —como los mandatos del amor romántico o los roles tradicionales de género— pueden condicionar la manera en que las personas se relacionan, generando desigualdades o naturalizando situaciones de malestar o violencia.

Trabajar sobre las relaciones afectivas desde una perspectiva de derechos implica promover vínculos basados en el respeto, la autonomía, la comunicación y el cuidado mutuo, reconociendo la diversidad de experiencias y garantizando que todas las personas puedan vincularse de manera libre y sin violencias.

3.2 VÍNCULOS SALUDABLES.

Los vínculos saludables son aquellos que se construyen sobre la base del respeto mutuo, la comunicación, la confianza y el reconocimiento de la autonomía de cada persona. En este tipo de relaciones, ninguna de las partes ejerce control, imposición o violencia sobre la otra, sino que se promueve el bienestar individual y compartido. Este apartado presenta el marco general del vínculo saludable; los apartados siguientes desarrollan el buen trato como práctica cotidiana y las relaciones saludables como pautas concretas para observar y trabajar en actividades.

Un vínculo saludable implica la posibilidad de expresar emociones, necesidades y desacuerdos sin temor a ser juzgado, desvalorizado o agredido. Supone también la capacidad de escuchar a la otra persona, reconocer sus límites y construir acuerdos que contemplen las necesidades de ambas partes.

Desde esta perspectiva, el cuidado no se entiende como control ni como sacrificio unilateral, sino como una práctica recíproca que se construye en el diálogo y en el reconocimiento del otro o la otra como sujeto de derechos. Esto implica respetar los tiempos, decisiones, vínculos y proyectos personales, evitando prácticas que limiten la libertad o la autonomía.

Asimismo, los vínculos saludables habilitan la posibilidad de sostener otras relaciones significativas, como amistades, espacios familiares o comunitarios, sin que esto sea motivo de conflicto o celos. La confianza y la libertad constituyen pilares fundamentales para el desarrollo de relaciones más igualitarias.

Desde una perspectiva de género, promover vínculos saludables implica cuestionar los mandatos culturales que asocian el amor con la posesión, el control o la dependencia, y construir formas de vinculación basadas en la equidad, el respeto y el cuidado mutuo.

3.3 BUEN TRATO.

El buen trato es la expresión cotidiana e institucional de los vínculos saludables. Refiere a una forma de vincularse basada en el respeto, la consideración y el reconocimiento de la dignidad de todas las personas. Se expresa en acciones cotidianas que promueven el cuidado, la escucha, la empatía y la no violencia en los distintos espacios de la vida social.

Practicar el buen trato implica reconocer al otro o la otra como sujeto de derechos, con necesidades, emociones y límites propios. Supone comunicarse de manera respetuosa, evitar la descalificación, la humillación o el maltrato, y generar condiciones que favorezcan el bienestar común.

El buen trato no es únicamente una cuestión individual, sino también una práctica social y colectiva. Se construye en los vínculos cotidianos, pero también en los espacios institucionales y comunitarios, donde es necesario promover entornos libres de discriminación, violencia y desigualdad.

Desde una perspectiva de género, el buen trato adquiere una dimensión política, ya que implica cuestionar prácticas naturalizadas que reproducen jerarquías, estereotipos o formas de violencia. Promover el buen trato es, en este sentido, una estrategia fundamental para la prevención de las violencias y la construcción de relaciones más igualitarias.

Fomentar el buen trato implica no solo evitar el daño, sino también generar activamente condiciones de respeto, cuidado y reconocimiento, contribuyendo a la construcción de vínculos más saludables y comunidades más justas.

3.4 DIVERSIDAD SEXUAL Y DE GÉNERO.

Las identidades de género y las orientaciones sexo-afectivas constituyen dimensiones fundamentales en la construcción de la subjetividad y en las formas de vinculación entre las personas. Estas dimensiones, como toda construcción subjetiva e identitaria, se configuran en contextos sociales, culturales e históricos determinados. Reconocer su diversidad implica comprender que las maneras de ser, sentir, expresar y vincularse no responden a un único modelo, sino que forman parte de una pluralidad de experiencias legítimas.

Durante mucho tiempo, las normas sociales han establecido modelos únicos y rígidos sobre el género y la sexualidad, basados en la idea de que solo existen dos géneros posibles —masculino y femenino— y una única orientación considerada “normal”, la heterosexualidad. Estas miradas reduccionistas han invisibilizado otras identidades y formas de vincularse, generando desigualdades, exclusión y distintas formas de violencia.

Desde una perspectiva de derechos humanos y respeto por la diversidad, la diversidad sexual y de género reconoce la existencia de múltiples identidades y expresiones, tales como personas trans, no binarias, lesbianas, gays, bisexuales, entre otras. Esta diversidad no constituye una excepción ni una anomalía, sino una expresión legítima de la pluralidad humana.

La sigla **LGBTIQ+** se utiliza para nombrar y visibilizar la diversidad de orientaciones sexuales, identidades de género y expresiones de género que existen en la sociedad. Cada una de sus letras refiere a distintas experiencias y formas de nombrarse, y el signo “+” reconoce que existen muchas otras identidades que también forman parte de esta diversidad.



La **L** refiere a personas **lesbianas**, es decir, mujeres que sienten atracción afectiva, emocional o sexual hacia otras mujeres.

La **G** refiere a personas **gays**, generalmente varones que sienten atracción afectiva, emocional o sexual hacia otros varones. En algunos contextos, el término también puede utilizarse de manera más amplia.

La **B** refiere a personas **bisexuales**, es decir, aquellas que sienten atracción afectiva, emocional o sexual hacia más de un género.

La **T** refiere a personas **trans**, cuya identidad de género no coincide con el sexo asignado al nacer. Esto incluye a mujeres trans, varones trans y otras identidades que no se ajustan a la correspondencia tradicional entre sexo y género.

La **I** refiere a personas **intersex**, es decir, aquellas que nacen con características biológicas (cromosomas, genitales, hormonas) que no encajan en las definiciones típicas de “masculino” o “femenino”.

La **Q** puede referirse a **queer** o **cuir**, un término que algunas personas utilizan para cuestionar y desafiar las categorías tradicionales de género y sexualidad, o para nombrar identidades que no se sienten representadas por otras categorías.

El signo **+** incluye otras identidades y orientaciones, como personas no binarias, asexuales, pansexuales, entre otras, reconociendo que la diversidad es amplia y en constante construcción.

Desde una perspectiva de derechos, el uso de esta sigla no solo permite nombrar la diversidad, sino también visibilizar las desigualdades y violencias que históricamente han afectado a estas poblaciones. Promover su reconocimiento implica garantizar el respeto, la inclusión y el ejercicio pleno de derechos en todos los ámbitos de la vida social.

3.5 AMOR ROMÁNTICO Y MANDATOS CULTURALES.

El modelo de amor romántico constituye una construcción cultural que ha sido difundida históricamente a través de la literatura, el cine, la música y los medios de comunicación.

Este modelo suele promover ideas como



1.La existencia de una “media naranja”.

La creencia de que existe una única persona destinada a completarnos, lo que puede generar dependencia emocional.

2.La necesidad de sacrificio por amor.

La idea de que amar implica renunciar a deseos propios o tolerar malestar.

3.La idea de que los celos son prueba de amor.

Legitima el control y la posesividad.

4.La dependencia emocional como demostración de afecto.

Coloca a la pareja como centro exclusivo de la vida

5.La idealización de la pareja como centro de la vida.

Dificulta reconocer situaciones de maltrato o desigualdad

Desde la perspectiva de género, estos mitos pueden generar relaciones desiguales, donde se naturalizan prácticas de control, dependencia o subordinación. Estos mandatos no solo influyen en cómo pensamos el amor, sino también en cómo actuamos en nuestras relaciones. Muchas veces dificultan poner límites, reconocer situaciones de maltrato o pedir ayuda a tiempo, ya que ciertas conductas violentas pueden interpretarse erróneamente como demostraciones de amor, cuidado o compromiso.

3.6 RELACIONES SALUDABLES.

A modo de guía práctica, una relación saludable se caracteriza por una serie de señales concretas. Esto no significa que no existan conflictos, desacuerdos o tensiones, sino que pueden atravesarse sin miedo, sin control, sin humillación y con respeto por los límites de cada persona:

- ✓ **Respeto mutuo:** implica reconocer a la otra persona como alguien con deseos, decisiones, tiempos y límites propios. Supone no invadir, no imponer y no desvalorizar.
- ✓ **Comunicación abierta:** permite expresar emociones, necesidades, acuerdos y desacuerdos sin temor a represalias. Incluye la escucha activa, la validación de lo que la otra persona siente y la posibilidad de construir acuerdos.
- ✓ **La autonomía:** implica que cada persona puede sostener su individualidad dentro del vínculo. Esto incluye tomar decisiones propias, tener espacios personales y desarrollar intereses por fuera de la relación.
- ✓ **Cuidado recíproco:** se basa en el acompañamiento, la empatía y la responsabilidad afectiva. No implica control ni vigilancia, sino presencia y respeto por el bienestar de la otra persona.
- ✓ **Libertad para sostener otros vínculos:** permite sostener otros lazos significativos (amistades, familia, redes comunitarias) sin restricciones ni celos. Los vínculos saludables no aíslan, sino que fortalecen las redes.
- ✓ **Posibilidad de expresar emociones:** sin recibir juicios o descalificaciones favorece vínculos más genuinos y seguros

3.7 CONSENTIMIENTO.

El consentimiento es un concepto central para comprender los vínculos, la sexualidad y la prevención de las violencias. Implica la aceptación libre, voluntaria, informada y explícita de participar en una situación.

Desde una perspectiva de derechos, constituye el elemento fundamental que permite diferenciar entre una relación basada en el deseo y la autonomía, y una situación de violencia.

Para que exista consentimiento, éste debe darse en condiciones que garanticen la libertad de decisión de las personas. Esto implica que no puede estar atravesado por presiones, manipulación, miedo o coerción, y debe ser expresado de manera activa, sin que pueda suponerse o deducirse. Asimismo, el consentimiento es siempre reversible, lo que significa que puede retirarse en cualquier momento, aun cuando previamente se haya otorgado.

En este sentido, es fundamental comprender que el consentimiento no puede inferirse del silencio, de la falta de resistencia o de la existencia de un vínculo previo. Tampoco puede considerarse válido cuando la persona accede en un contexto de presión, intimidación o temor, ni cuando se encuentra en una situación que limita su capacidad de decidir libremente. Tal como señalan los estándares internacionales en materia de derechos humanos, el consentimiento debe analizarse siempre en relación con el contexto en el que ocurre la situación, y no de manera aislada.

Uno de los aportes más relevantes de este enfoque es el reconocimiento de que las relaciones desiguales de poder afectan directamente la posibilidad de consentir. Situaciones en las que existen diferencias de edad, jerarquías institucionales, dependencia económica o emocional, o vínculos atravesados por violencia previa, pueden generar condiciones en las cuales el consentimiento se encuentra viciado o directamente ausente. En estos casos, aun cuando no exista una negativa explícita, no puede hablarse de un consentimiento pleno, ya que la decisión se encuentra condicionada.

Asimismo, es importante destacar que el consentimiento puede verse anulado en contextos donde medien la fuerza, la amenaza, la coacción, la intimidación o el abuso de poder. Estas situaciones no siempre se expresan de manera visible o física, sino que muchas veces operan a través de formas de presión psicológica o manipulación emocional que restringen la autonomía de la persona. En estos casos, lo que aparece como consentimiento puede ser en realidad una forma de adaptación frente al miedo o a las posibles consecuencias, lo que constituye una situación de violencia.

Desde esta perspectiva, el consentimiento no debe entenderse como la ausencia de un “no”, sino como la presencia clara, libre y sostenida de un “sí”. Promover el consentimiento implica, entonces, fortalecer la autonomía, el respeto por el propio cuerpo y el reconocimiento del otro o la otra como sujeto de derechos. Se trata de una herramienta clave para la construcción de vínculos saludables, basados en el respeto, la igualdad y la libertad, y para la prevención de las violencias en todos los ámbitos de la vida social.

El consentimiento debe ser

1. **Claro:** expresado activamente, no asumido.
2. **Informado:** con conocimiento de la situación.
3. **Libre de presiones:** sin presiones, manipulación ni coerción.
4. **Reversible** en cualquier momento.



Es fundamental comprender que

1. El silencio no es consentimiento
2. El consentimiento puede retirarse en cualquier momento.
3. Nadie tiene obligación de acceder.



3.8 COMUNICACIÓN AFECTIVA, ASERTIVA Y EFECTIVA.

La comunicación constituye un eje central en la construcción de los vínculos. No se trata únicamente de transmitir información, sino de una práctica relacional a través de la cual las personas expresan emociones, necesidades, deseos, acuerdos y desacuerdos. En este sentido, una comunicación afectiva, asertiva y efectiva resulta fundamental para promover relaciones saludables, basadas en el respeto, la escucha y el reconocimiento mutuo.

La **comunicación afectiva** refiere a la capacidad de expresar y compartir emociones de manera genuina, así como de reconocer y validar las emociones de las otras personas. Implica habilitar espacios donde sea posible decir lo que se siente sin temor a recibir juicios, descalificaciones o indiferencia. Este tipo de comunicación fortalece la confianza, favorece la cercanía emocional y permite construir vínculos más seguros y empáticos.

Por su parte, la **comunicación asertiva** se vincula con la posibilidad de expresar pensamientos, sentimientos y necesidades de forma clara, directa y respetuosa, sin agredir ni someterse. Supone un posicionamiento subjetivo en el que la persona puede sostener su palabra, poner límites y defender sus derechos sin vulnerar los de los demás. La asertividad se ubica entre dos formas de comunicación que suelen generar malestar en los vínculos: la pasividad, que implica silenciar o postergar las propias necesidades, y la agresividad, que implica imponerlas sin consideración por el otro o la otra.

La **comunicación efectiva**, en tanto, se refiere a la capacidad de lograr que el mensaje sea comprendido tal como se intenta transmitir. Esto implica no solo claridad en la expresión, sino también la utilización de recursos adecuados al contexto, la escucha activa, la atención al lenguaje verbal y no verbal, y la disposición a construir significados compartidos. Una comunicación es efectiva cuando facilita el entendimiento, reduce los malentendidos y habilita la construcción de acuerdos.

Estos tres aspectos —afectivo, asertivo y efectivo— no funcionan de manera aislada, sino que se articulan entre sí. Una comunicación puede ser clara pero no afectiva, o afectiva pero poco efectiva. Por ello, promover una comunicación integral implica trabajar simultáneamente en la expresión emocional, la claridad del mensaje y el respeto por uno mismo y por los demás.

Desde una perspectiva de género, la comunicación está atravesada por mandatos culturales que influyen en cómo las personas expresan, gestionan y habilitan sus emociones. Históricamente, a las mujeres se les ha asignado un lugar vinculado al cuidado, la escucha y la contención emocional, promoviendo muchas veces actitudes asociadas a la complacencia o al silenciamiento de las propias necesidades. Esto puede dificultar la expresión de límites, desacuerdos o malestares por temor al conflicto, al rechazo o a ser consideradas “exageradas”.

En el caso de los varones, los mandatos de género suelen desalentar la expresión de emociones consideradas “vulnerables”, como la tristeza, el miedo o la inseguridad, privilegiando formas de comunicación asociadas a la firmeza, el autocontrol o la autoridad. Expresiones como “los varones no lloran”, “tenés que ser fuerte” o “no seas débil” funcionan como reguladores de la emocionalidad y limitan la posibilidad de desarrollar una comunicación afectiva plena. En muchos casos, esto favorece modos de vinculación donde el enojo, el silencio o el control aparecen como formas predominantes de expresar malestar.

Estas construcciones culturales no solo afectan la manera en que las personas se comunican, sino también la calidad de los vínculos, ya que pueden reproducir desigualdades, dificultar el diálogo y obstaculizar la construcción de relaciones más igualitarias y cuidadas.

Asimismo, estos mandatos no afectan únicamente a mujeres y varones en términos binarios, sino que impactan de manera particular en las personas de la diversidad sexual y de género, quienes muchas veces ven cuestionada o invalidada su forma de expresarse, hablar o vincularse. En estos casos, la comunicación también puede estar atravesada por experiencias de discriminación, silenciamiento o deslegitimación.

Estos mandatos culturales se expresan en frases, prácticas y expectativas cotidianas que moldean la forma en que las personas se comunican en los vínculos. En el caso de las mujeres, es frecuente encontrar mensajes como “mejor no digas nada para no generar conflicto”, “tenés que entenderlo”, “no seas exagerada” o “calladita estás más linda”. Estas ideas refuerzan una comunicación orientada a la complacencia, donde muchas veces se prioriza el bienestar del otro por sobre la propia necesidad, dificultando la expresión de límites, desacuerdos o malestares.

También operan mandatos que promueven la sobrecarga emocional, como “tenés que sostener la relación”, “si algo anda mal es porque no pusiste suficiente de vos” o “las mujeres son más emocionales”. Esto puede llevar a que las mujeres asuman el rol de mediadoras, responsables del clima afectivo del vínculo, incluso en situaciones de desigualdad o maltrato.

En relación a los varones, aparecen con fuerza mandatos como “los varones no lloran”, “tenés que ser fuerte”, “no seas débil”, “no hables de tus sentimientos” o “arreglalo solo”. Estas construcciones limitan la expresión emocional y favorecen formas de comunicación más cerradas, donde el silencio, la evasión o el enojo se convierten en modos predominantes de expresar malestar. En muchos casos, la dificultad para comunicar emociones puede derivar en conductas de control, imposición o distanciamiento afectivo.

3.9 CELOS Y CONTROL.

Los celos suelen interpretarse culturalmente como una señal de amor o interés. Sin embargo, cuando se utilizan para justificar vigilancia, restricciones, sospechas permanentes o pedidos de prueba, pueden convertirse en prácticas de control y constituir formas de violencia.

Ejemplos de control en los vínculos

- ⚠ Revisar el celular
- ⚠ Exigir ubicación permanente
- ⚠ Controlar amistades
- ⚠ Limitar actividades
- ⚠ Pedir contraseñas



Estas prácticas pueden naturalizarse como cuidado, pero en realidad implican una vulneración de la autonomía.

También es importante revisar los mandatos de exclusividad, el sentido de propiedad y los estereotipos de exigencia que suelen aparecer en los vínculos. Sentir celos no habilita revisar, prohibir, controlar ni exigir pruebas de amor. Cuando se usa la incomodidad como argumento para limitar amistades, salidas, formas de vestir, tiempos personales o uso del celular, el vínculo deja de apoyarse en la confianza y comienza a organizarse alrededor del miedo, la vigilancia o la posesión. Estas formas de control pueden presentarse como microviolencias o micromachismos y muchas veces se naturalizan en nombre del cuidado.

3.10 VIOLENCIAS EN LOS VÍNCULOS.

¿ES UN CONFLICTO O UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA?

Los conflictos forman parte constitutiva de los vínculos humanos. Son situaciones en las que aparecen diferencias de intereses, necesidades, deseos o puntos de vista entre las personas. Lejos de ser necesariamente negativos, los conflictos pueden constituir oportunidades de crecimiento, aprendizaje y transformación, siempre que sean abordados de manera respetuosa y no violenta.

Desde esta perspectiva, es importante diferenciar **conflicto de violencia**. Mientras que el conflicto implica una diferencia o tensión entre partes, la violencia supone el ejercicio de poder para someter, controlar o dañar a otra persona. No todos los conflictos derivan en violencia, pero una mala gestión de los mismos puede escalar hacia formas violentas si no se cuenta con herramientas adecuadas para su abordaje.

En relación a los varones, aparecen con fuerza mandatos como “los varones no lloran”, “tenés que ser fuerte”, “no seas débil”, “no hables de tus sentimientos” o “arreglalo solo”. Estas construcciones limitan la expresión emocional y favorecen formas de comunicación más cerradas, donde el silencio, la evasión o el enojo se convierten en modos predominantes de expresar malestar. En muchos casos, la dificultad para comunicar emociones puede derivar en conductas de control, imposición o distanciamiento afectivo.

3.9 CELOS Y CONTROL.

Los celos suelen interpretarse culturalmente como una señal de amor o interés. Sin embargo, cuando se utilizan para justificar vigilancia, restricciones, sospechas permanentes o pedidos de prueba, pueden convertirse en prácticas de control y constituir formas de violencia.

La gestión no violenta de los conflictos implica desarrollar habilidades para

- ✓ Reconocer las propias emociones y necesidades.
- ✓ Expresar desacuerdos de manera clara y respetuosa.
- ✓ Escuchar activamente a la otra persona.
- ✓ Construir acuerdos posibles.
- ✓ Tolerar la diferencia sin recurrir al daño o la imposición.

En este sentido, la comunicación afectiva y asertiva se vuelve una herramienta central para prevenir la escalada del conflicto hacia la violencia.

Una gestión pacífica de los conflictos también requiere cuestionar los mandatos culturales que asocian el conflicto con la confrontación o la dominación. En muchos casos, especialmente en los varones, se promueve la idea de que “tener razón” o “ganar una discusión” es más importante que comprender o resolver la situación. En otros casos, particularmente en las mujeres, se refuerza la evitación del conflicto, promoviendo el silencio o la postergación de las propias necesidades.

Ambas posiciones —la imposición y la evitación— dificultan la construcción de vínculos saludables. Por ello, promover formas de resolución basadas en el diálogo, la empatía y el respeto permite construir relaciones más equitativas.

Gestionar los conflictos de manera cuidada implica también reconocer cuándo una situación deja de ser un conflicto y se transforma en violencia. Cuando existe miedo, control, desigualdad de poder o daño sostenido, ya no se trata de un desacuerdo, sino de una situación que requiere intervención, acompañamiento y, en muchos casos, acceso a recursos institucionales.

Las violencias pueden adoptar múltiples formas:



Violencia Psicológica

La violencia psicológica refiere a aquellas conductas que buscan dañar la autoestima, generar inseguridad, controlar o someter a la otra persona a través de mecanismos emocionales. Puede manifestarse mediante insultos, humillaciones, desvalorización, amenazas, manipulación, aislamiento de redes afectivas o culpabilización constante.

Esta forma de violencia no deja marcas físicas, pero tiene un profundo impacto en la salud emocional, pudiendo generar ansiedad, miedo, confusión, dependencia y pérdida de confianza personal. Muchas veces se presenta de manera progresiva y naturalizada, lo que dificulta su reconocimiento.



Violencia Física

La violencia física implica el uso de la fuerza contra el cuerpo de otra persona, con el objetivo de provocar daño, dolor o intimidación. Incluye empujones, golpes, sacudidas, quemaduras, uso de objetos para agredir, entre otras formas.

Suele ser una de las formas más visibles de violencia, aunque generalmente no aparece de manera aislada, sino que está precedida por otras formas de violencia, como la psicológica o simbólica. Además del daño físico, genera consecuencias emocionales profundas y situaciones de riesgo para la integridad de la persona.



Violencia Sexual

La violencia sexual comprende cualquier acción que vulnere el derecho de una persona a decidir libremente sobre su cuerpo y su sexualidad. Incluye situaciones de abuso, coerción, presión para mantener relaciones sexuales, tocamientos no consentidos, violación o cualquier práctica sexual sin consentimiento.

También puede manifestarse dentro de vínculos de pareja, donde el consentimiento es igualmente indispensable. La idea de que en una relación afectiva existe una obligación sexual constituye una forma de violencia. El consentimiento debe ser siempre libre, explícito y reversible.



Violencia económica /patrimonial

Se expresa a través de acciones que buscan controlar, limitar o afectar la autonomía económica de una persona, así como el acceso y uso de sus bienes o recursos. Puede manifestarse mediante la restricción del dinero, la prohibición de trabajar o estudiar, el control de ingresos, la administración unilateral de los recursos, la destrucción o retención de documentos personales, o el daño a bienes propios.

Estas prácticas generan dependencia económica, dificultan la toma de decisiones y limitan la posibilidad de salir de situaciones de violencia. Muchas veces se presentan de forma naturalizada dentro de los vínculos, por lo que su reconocimiento es fundamental para garantizar la autonomía y el ejercicio pleno de derechos.

Las violencias pueden adoptar múltiples formas:



Violencia Simbólica

La violencia simbólica se expresa a través de mensajes, valores, estereotipos y representaciones sociales que reproducen y legitiman la desigualdad y la subordinación, especialmente hacia las mujeres y las personas de la diversidad sexual y de género.

Se manifiesta en discursos, chistes, publicidades, contenidos mediáticos o prácticas culturales que refuerzan roles de género rígidos, naturalizan la discriminación o justifican otras formas de violencia. Al ser menos evidente, suele estar profundamente naturalizada, lo que dificulta su cuestionamiento.



Violencia Digital

En entornos digitales o facilitada por tecnologías: La violencia digital comprende aquellas prácticas de violencia que se ejercen a través de tecnologías, redes sociales digitales y otros medios digitales. Puede incluir el control de redes sociales digitales, la exigencia de contraseñas, la revisión del celular, el envío de mensajes intimidatorios, la difusión de contenido íntimo sin consentimiento, el acoso en línea o la vigilancia constante.

Esta forma de violencia tiene un impacto significativo, ya que trasciende los espacios físicos y puede sostenerse de manera permanente, afectando la privacidad, la seguridad y el bienestar emocional de las personas.



Violencia Política

La violencia política comprende aquellas acciones, conductas u omisiones que buscan obstaculizar, limitar o anular la participación y el ejercicio de los derechos políticos de las mujeres y personas de la diversidad sexual y de género. Puede manifestarse a través del hostigamiento, la deslegitimación de la palabra, la difusión de mensajes ofensivos, la invisibilización, la exclusión de espacios de decisión o la presión para abandonar cargos o candidaturas.

Esta forma de violencia se expresa tanto en ámbitos institucionales como en espacios partidarios, comunitarios o digitales, y muchas veces se apoya en estereotipos de género que cuestionan la capacidad, autoridad o legitimidad de quienes participan en la vida política. Su reconocimiento es clave para garantizar una participación plena, libre de violencias y en condiciones de igualdad.



Muchas de estas formas de violencia comienzan con prácticas aparentemente pequeñas o naturalizadas, conocidas como **microviolencias o micromachismos**. Reconocer estas señales tempranas es clave para prevenir situaciones de mayor gravedad.

3.11 VIOLENCIA VICARIA Y NIÑEZ EXPUESTA A VIOLENCIA.

La violencia vicaria es una forma de violencia de género en la que una persona ejerce daño sobre una mujer a través de sus hijas, hijos u otros vínculos afectivos significativos. En estos casos, niñas, niños y adolescentes no son solo testigos de la violencia, sino que pueden convertirse en víctimas directas, siendo utilizados como medio para castigar, controlar o generar sufrimiento.

Esta forma de violencia puede expresarse de distintas maneras en la vida cotidiana. Por ejemplo:

- ✓ Amenazar con quitarle a los hijos o hijas
- ✓ Hablar mal de la madre delante de ellos o ellas para dañar el vínculo
- ✓ Impedir o dificultar el contacto con la madre
- ✓ Utilizar a los hijos e hijas para transmitir mensajes o generar conflicto
- ✓ Manipular emocionalmente a niñas, niños o adolescentes para ponerlos en contra
- ✓ Incumplir acuerdos de cuidado como forma de castigo

Si bien la violencia vicaria forma parte de las violencias por motivos de género, en esta caja de herramientas se decidió otorgarle un apartado específico debido a la gravedad de sus consecuencias y a la necesidad de visibilizarla de manera particular. Su reconocimiento resulta fundamental porque involucra no solo el ejercicio de violencia hacia las mujeres, sino también la afectación directa de niñas, niños y adolescentes, quienes muchas veces quedan invisibilizados dentro de las situaciones de violencia doméstica. Incorporar esta problemática de manera diferenciada permite fortalecer la prevención, la detección temprana y el abordaje integral desde una perspectiva de derechos y de protección de las niñeces.

En los casos más graves, la violencia puede escalar a situaciones de daño físico hacia las niñas, niños o adolescentes.

Reconocer la violencia vicaria implica comprender que el daño no se dirige únicamente a la mujer, sino que impacta directamente en niñas, niños y adolescentes, afectando sus vínculos, su bienestar emocional y su desarrollo.

Asimismo, es fundamental reconocer que niñas, niños y adolescentes expuestos a situaciones de violencia de género en el ámbito doméstico también son víctimas de esas violencias, aun cuando las agresiones no estén dirigidas directamente hacia ellos o ellas. Vivir en entornos atravesados por el miedo, el control, las amenazas, el conflicto permanente o las agresiones tiene impactos profundos en el desarrollo emocional, psicológico y social. La violencia de género no afecta únicamente a quien la recibe de manera directa, sino que repercute en toda la dinámica familiar y especialmente en las niñeces, condicionando sus formas de vincularse, su sensación de seguridad y sus posibilidades de desarrollo integral.

Entre las principales consecuencias se encuentran

- ✓ Dificultades en la regulación emocional
- ✓ Sentimientos de miedo, culpa o inseguridad
- ✓ Problemas en la construcción de vínculos
- ✓ Naturalización de la violencia como forma de relación
- ✓ Afectación en la autoestima y la autonomía

Desde una perspectiva de derechos, niñas, niños y adolescentes son sujetos plenos de derechos y deben ser protegidos frente a toda forma de violencia, tal como lo establece la normativa nacional e internacional.

3.12 MICROMACHISMOS.

Los micromachismos son prácticas cotidianas, muchas veces sutiles o naturalizadas, a través de las cuales se reproducen desigualdades de género en los vínculos, en la convivencia y en la vida social. El concepto refiere a prácticas sutiles y muchas veces naturalizadas de dominio, control o desvalorización que se ejercen en los vínculos cotidianos. Estas conductas no suelen manifestarse de manera explícita o violenta, pero producen efectos concretos sobre la autonomía, la autoestima, la capacidad de decisión y el bienestar de las mujeres, sosteniendo relaciones desiguales de poder.

Se los llama “micro” no porque sean poco importantes, sino porque suelen aparecer de forma casi imperceptible, fragmentada o legitimada por la costumbre. Pueden expresarse en comentarios, chistes, silencios, interrupciones, decisiones tomadas unilateralmente, sobrecarga de tareas de cuidado, minimización de lo que la otra persona siente o pequeñas formas de control que se justifican como normales, inevitables o incluso amorosas. En ese sentido, los micromachismos no son hechos aislados: forman parte de una trama cultural que sostiene jerarquías y distribuye de manera desigual el poder en los vínculos.

En las relaciones afectivas, estas prácticas pueden aparecer, por ejemplo, cuando una persona da por sentado que la otra debe adaptarse, ceder, explicar de más, sostener emocionalmente, encargarse del cuidado o tolerar situaciones que no serían igualmente aceptadas del otro lado. También se expresan cuando se invalida una emoción, se ironiza sobre un límite, se ridiculiza una queja o se espera disponibilidad afectiva permanente como si fuera una obligación natural.

Reconocer los micromachismos es importante porque muchas formas más visibles de violencia no comienzan de golpe, sino que se apoyan en estas prácticas previas, pequeñas y repetidas, que van erosionando la autonomía y el buen trato. Poder nombrarlas, revisarlas y cuestionarlas es una forma concreta de prevención.

Algunos ejemplos frecuentes de micromachismos pueden ser

- ✓ Interrumpir o desacreditar sistemáticamente la palabra de la otra persona;
- ✓ Esperar que una mujer sea quien organice, cuide o sostenga emocionalmente el vínculo;
- ✓ Controlar con quién habla, cómo se viste o cómo usa su tiempo bajo la excusa del cuidado;
- ✓ Minimizar malestares diciendo que “está exagerando” o “se hace problema por todo”;
- ✓ Naturalizar que ciertas tareas o responsabilidades “le corresponden” por ser mujer.

3.13 RESPONSABILIDAD AFECTIVA.

La responsabilidad afectiva refiere a la capacidad de vincularse reconociendo que lo que hacemos, decimos, prometemos, callamos o evitamos también tiene efectos sobre otras personas. No implica controlar lo que el otro siente ni hacerse cargo de todo, pero sí asumir que los vínculos requieren cuidado, honestidad, registro del impacto que generamos y un mínimo de coherencia entre lo que expresamos y lo que hacemos. En debates contemporáneos sobre ética de los vínculos, la responsabilidad afectiva aparece asociada a la reciprocidad, al cuidado mutuo y a la necesidad de construir relaciones menos desiguales y menos dañinas.

Desde una mirada psicológica, la responsabilidad afectiva puede pensarse como una forma de madurez vincular. Supone reconocer el propio deseo sin utilizarlo como excusa para dañar, confundir o manipular a otra persona. También implica poder comunicar límites con claridad, evitar sostener expectativas que no se desean asumir, no utilizar el silencio como forma de castigo y no aprovecharse de la vulnerabilidad ajena.

Desde esta perspectiva, amar implica necesariamente una dimensión de cuidado y responsabilidad sobre el impacto que nuestras acciones tienen en los demás. Un vínculo saludable es aquel que no utiliza la confianza, la intimidación o el afecto como herramientas para lastimar. Así, la responsabilidad afectiva puede entenderse no como una norma moral rígida, sino como una práctica ética basada en el respeto, la empatía y el cuidado mutuo dentro de las relaciones.

La responsabilidad afectiva tampoco debe confundirse con disponibilidad total, sobreexplicación constante o sacrificio. No se trata de anularse para no incomodar a nadie, sino de construir relaciones donde haya respeto, consideración y palabra. Desde perspectivas feministas, esta noción también invita a revisar cómo los vínculos pueden reproducir desigualdades cuando una persona queda sistemáticamente a cargo del sostén emocional mientras la otra se reserva la libertad, la ambigüedad o la distancia sin hacerse responsable de sus efectos.

Cuando se trata de niñas, niños y adolescentes, la responsabilidad afectiva no puede pensarse solo como un acuerdo ético entre pares: existen obligaciones adultas de cuidado, protección y garantía de derechos. Las personas adultas y las instituciones tienen una responsabilidad reforzada de no dañar, escuchar, acompañar y activar recursos de protección cuando corresponda.

Algunos ejemplos frecuentes de micromachismos pueden ser

- ✓ Interrumpir o desacreditar sistemáticamente la palabra de la otra persona;
- ✓ Esperar que una mujer sea quien organice, cuide o sostenga emocionalmente el vínculo;
- ✓ Controlar con quién habla, cómo se viste o cómo usa su tiempo bajo la excusa del cuidado;
- ✓ Minimizar malestares diciendo que “está exagerando” o “se hace problema por todo”;
- ✓ Naturalizar que ciertas tareas o responsabilidades “le corresponden” por ser mujer.

Practicar la responsabilidad afectiva implica, entre otras cosas

- ✓ Comunicar con claridad lo que se quiere y lo que no;
- ✓ No sostener engaños, ambigüedades o expectativas que puedan dañar;
- ✓ Registrar cómo impactan nuestras decisiones en la otra persona;
- ✓ Poner límites sin humillar ni desaparecer como forma de castigo;
- ✓ Revisar si en el vínculo hay reciprocidad, cuidado y respeto.

3.14 EL VÍNCULO CON UNA MISMA O UNO MISMO: AMOR PROPIO, AUTOESTIMA Y CUIDADO PERSONAL.

Hablar de vínculos saludables también implica mirar el vínculo que cada persona construye consigo misma. La manera en que una persona se percibe, se valora, reconoce sus necesidades y registra sus límites influye en la forma de relacionarse con otras personas.

Esto no significa responsabilizar individualmente a quien atraviesa una situación de violencia, ni suponer que todo depende de la voluntad personal. Las formas de quererse, cuidarse y vincularse también están atravesadas por mandatos de género, desigualdades, experiencias previas y condiciones sociales. Por eso, fortalecer el amor propio y la autoestima debe pensarse siempre desde una perspectiva de derechos, cuidado y acompañamiento.

El amor propio no implica autosuficiencia ni la obligación de “estar bien” todo el tiempo. Tiene que ver con poder reconocerse como una persona valiosa, merecedora de respeto, cuidado y buen trato. También supone poder identificar aquello que hace daño, expresar límites, pedir ayuda cuando algo no está bien y no justificar situaciones de malestar en nombre del amor, la costumbre o el miedo a quedarse sin ese vínculo.

Desde una perspectiva de género, es importante reconocer que muchas mujeres fueron educadas en modelos de amor ligados al sacrificio, la entrega permanente, la complacencia o la postergación de sus propias necesidades. Estos mandatos pueden dificultar el reconocimiento de situaciones de maltrato, dependencia, desigualdad o violencia. Por eso, trabajar el vínculo con una misma también implica desarmar la idea de que amar significa soportar, callar o renunciar a los propios proyectos.

Construir un vínculo más cuidado con una misma o uno mismo es parte de la construcción de relaciones más libres, igualitarias y saludables. No se trata de resolverlo todo en soledad, sino de fortalecer la autonomía, las redes de apoyo y la posibilidad de reconocer que nadie merece ser controlado, humillado o lastimado en nombre del amor.

Fortalecer el vínculo con una misma o uno mismo puede implicar

- ✓ Reconocer lo que hace bien y lo que lastima;
- ✓ Validar las propias emociones y necesidades;
- ✓ Poner límites sin culpa;
- ✓ Sustener espacios, proyectos y vínculos por fuera de la pareja;
- ✓ Pedir ayuda cuando algo no está bien;
- ✓ Recordar que nadie necesita ser “completado” por otra persona para valer;
- ✓ Construir redes de apoyo y cuidado.

04.

**Derechos que
nos cuidan.**

Hablar de vínculos saludables, consentimiento, diversidad, buen trato y prevención de las violencias no implica solo pensar en experiencias personales o en formas de relacionarnos en la vida cotidiana. También supone reconocer que existen derechos que protegen nuestra dignidad, nuestra autonomía, nuestra identidad y la posibilidad de construir relaciones libres de violencias y discriminación.

Las normas que se presentan en este apartado no funcionan como un agregado externo a los conceptos trabajados antes. Por el contrario, ayudan a darles sustento y profundidad. Cuando hablamos de consentimiento, de respeto por la diversidad, de buen trato, de autonomía, de adolescencias, de prevención de las violencias y de responsabilidad institucional, estamos hablando también de derechos reconocidos por leyes nacionales y provinciales.

4.1. UN PUNTO DE PARTIDA: LOS VÍNCULOS TAMBIÉN SON UNA CUESTIÓN DE DERECHOS.

Los vínculos no pertenecen solamente al ámbito de lo privado. La manera en que nos relacionamos está atravesada por normas sociales, mandatos culturales, desigualdades y también por derechos. Por eso, cuando una relación se construye desde el respeto, la escucha, la libertad y el cuidado, no se trata solo de un ideal deseable: también se trata de un modo de ejercer derechos. Y cuando aparece el control, la humillación, la discriminación, la coerción o la violencia, no estamos ante un simple problema de carácter o de incompatibilidad, sino ante posibles vulneraciones de derechos que requieren ser reconocidas y abordadas.

Pensar los vínculos desde una perspectiva de derechos permite salir de dos errores frecuentes: creer que lo que pasa en una relación siempre debe resolverse “puertas adentro”, y suponer que ciertas prácticas de control, celos, discriminación o presión forman parte natural del amor, la convivencia o la adolescencia. Este enfoque ayuda a comprender que el respeto, la autonomía, el consentimiento y la no violencia no son concesiones dentro de un vínculo, sino condiciones básicas para que ese vínculo sea saludable.

4.2. EDUCACIÓN, AFECTIVIDAD Y PREVENCIÓN TEMPRANA: LEY NACIONAL N.º 26.150 DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL

La Ley Nacional N.º 26.150 establece el derecho de niñas, niños y adolescentes a recibir Educación Sexual Integral en todos los niveles del sistema educativo. Su aporte a esta caja de herramientas es fundamental porque ofrece un marco para trabajar muchos de los temas desarrollados en los capítulos anteriores: afectividad, consentimiento, cuidado del cuerpo, diversidad, igualdad y ejercicio de derechos.

La ESI propone una mirada integral de la sexualidad. No se limita a aspectos biológicos o reproductivos, sino que incorpora dimensiones psicológicas, sociales, afectivas y éticas. Entre sus ejes se encuentran la valoración de la afectividad, el cuidado del cuerpo y la salud, la igualdad de género, el respeto por la diversidad y el ejercicio de derechos. Por eso resulta especialmente valiosa para pensar la prevención temprana de las violencias y la construcción de vínculos más respetuosos desde edades tempranas.

¿Por qué importa en esta caja de herramientas?

Porque ayuda a sostener la idea de que los vínculos también se aprenden. Y que educar en afectividad, respeto, consentimiento y diversidad es una forma concreta de prevenir desigualdades, naturalizaciones y violencias.



Acceso a la ley

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26150-121222/texto>



4.3. NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES COMO SUJETOS DE DERECHO: LEY NACIONAL N.º 26.061.

La Ley Nacional N.º 26.061 de Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes resulta especialmente importante cuando esta caja de herramientas se trabaja con adolescencias o cuando las situaciones de malestar, control o violencia involucran a personas menores de 18 años. Su aporte principal es claro: niñas, niños y adolescentes son sujetos plenos de derecho y deben poder ejercerlos de manera plena, efectiva y permanente.

Esta ley protege, entre otros, el derecho a la dignidad, a la identidad, a la intimidad, a la integridad física, psíquica, sexual y moral, a ser oídos y a que su interés superior sea una consideración primordial en toda decisión que los involucre. También organiza un Sistema de Protección Integral y establece que toda persona que tome conocimiento de malos tratos o de situaciones que afecten la integridad de niñas, niños o adolescentes debe comunicarlo a la autoridad local de aplicación.

¿Por qué importa en esta caja de herramientas?

Porque cuando se trabaja con adolescencias no alcanza con hablar en términos generales de cuidado o prevención. Es necesario reconocer que existen derechos específicos, obligaciones reforzadas de protección y un marco legal que exige escuchar, acompañar y actuar ante situaciones de vulneración.



Acceso a la ley

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/110778/texto>



4.4. EL DERECHO A VIVIR VÍNCULOS LIBRES DE VIOLENCIA: LEY NACIONAL N.º 26.485, LEY PROVINCIAL N.º 13.348 Y LEY PROVINCIAL N.º 11.529.

La Ley Nacional N.º 26.485 constituye uno de los marcos centrales para comprender las violencias por motivos de género. Su importancia está en que reconoce que la violencia no es un hecho aislado ni un problema meramente individual, sino una problemática estructural vinculada con relaciones desiguales de poder. Además, define tipos y modalidades de violencia y garantiza derechos como recibir protección, medidas urgentes, información clara y acompañamiento especializado.

Esto resulta especialmente relevante para esta caja de herramientas porque permite leer de otro modo muchas de las situaciones trabajadas en el capítulo conceptual. Cuando hablamos de control, humillación, aislamiento, manipulación, presión sexual, violencia simbólica o violencia digital, no estamos nombrando solo malestares vinculares: estamos describiendo prácticas que pueden formar parte de un continuo de violencia reconocido normativamente.







En Santa Fe, la Ley Provincial N.º 13.348 retoma ese marco y organiza una política provincial de protección integral para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres. La provincia destaca además que, en función de su decreto reglamentario, el término mujeres comprende a quienes sienten subjetivamente su identidad o expresión de género mujer, cualquiera sea su orientación sexual. Esto vuelve especialmente importante esta norma para pensar vínculos, identidades y diversidad desde una perspectiva situada en el territorio santafesino.

Junto con ello, la Ley Provincial N.º 11.529 de Violencia Familiar sigue siendo una herramienta muy importante cuando la violencia se produce dentro del grupo familiar o en vínculos de convivencia. La norma comprende lesiones o malos tratos físicos o psíquicos ejercidos por integrantes del grupo familiar y permite realizar presentaciones de forma verbal o escrita ante cualquier juez o ante el Ministerio Público. También prevé medidas urgentes como la exclusión del agresor del hogar, la prohibición de acceso al domicilio, al lugar de trabajo o estudio de la persona agredida, el reintegro al domicilio, la fijación provisoria de alimentos, tenencia y comunicación, y la articulación con asistencia especializada.

¿Por qué importa en esta caja de herramientas?

Porque ayudan a reconocer cuándo una situación dejó de ser solo un malestar o un conflicto y pasó a configurar una violencia que vulnera derechos y exige intervención, protección y acompañamiento. También permiten entender que, frente a estas situaciones, el Estado no solo puede actuar: tiene la obligación de hacerlo.

Accesos a las normas

-  **Ley 26.485** <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26485-152155/texto> 
-  **Ley 13.348 (Santa Fe)** <https://www.argentina.gob.ar/normativa/provincial/ley-13348-123456789-0abc-defg-843-3100svorpyel/actualizacion> 
-  **Ley 11.529 (Santa Fe)** <https://www.santafe.gov.ar/index.php/web/content/download/73602/357272/file/ley-violencia-familiar.pdf> 

4.5. AUTONOMÍA, IGUALDAD Y PLURALIDAD FAMILIAR: CÓDIGO CIVIL Y COMERCIAL DE LA NACIÓN.

El Código Civil y Comercial de la Nación también ofrece un marco muy importante para pensar los vínculos desde una perspectiva de derechos. Aunque no se trata de una ley específica sobre prevención de violencias, sí organiza las relaciones familiares a partir de principios que dialogan directamente con muchos de los conceptos trabajados en esta caja de herramientas: la autonomía, la igualdad, el respeto por la dignidad de las personas, la diversidad de formas familiares y la construcción de proyectos de vida compartidos sin subordinación.

En materia de matrimonio, el Código establece que pueden casarse dos personas, sin distinción de sexo, lo que refuerza una concepción igualitaria y no discriminatoria de los vínculos. Además, dispone que los cónyuges se comprometen a desarrollar un proyecto de vida en común basado en la cooperación, la convivencia y la asistencia mutua. Esta formulación es especialmente valiosa porque deja atrás modelos jerárquicos y refuerza una idea de vínculo fundada en la reciprocidad y en la igualdad, no en la subordinación ni en el control.

En el caso de las uniones convivenciales, el Código reconoce también que las parejas no casadas pueden construir una unión afectiva con un proyecto de vida común. Allí aparece con fuerza la idea de autonomía de la voluntad: las personas convivientes pueden celebrar pactos para organizar algunos aspectos de su vida en común. Pero esa autonomía no es absoluta: el propio Código establece que esos pactos no pueden contrariar el orden público, ni el principio de igualdad entre quienes conviven, ni afectar los derechos fundamentales de cualquiera de sus integrantes. De este modo, el Código muestra que la libertad en los vínculos no puede usarse para justificar desigualdades, abusos o renunciaciones a derechos básicos.

Otro aporte importante del Código es la protección de la vivienda familiar y el reconocimiento de responsabilidades compartidas durante la convivencia, como la asistencia mutua y la contribución a los gastos del hogar. Estos aspectos son relevantes porque permiten pensar los vínculos no solo desde lo afectivo, sino también desde sus condiciones materiales y de cuidado, desarmando la idea de que las desigualdades en la vida cotidiana son “naturales” o ajenas al derecho.

Por todo esto, el Código Civil y Comercial resulta una herramienta útil para esta caja de herramientas: no solo porque regula formas familiares diversas, sino porque expresa un modelo de relaciones basado en la igualdad, la autonomía, la cooperación, el respeto y la pluralidad. Leído junto con las normas sobre violencias, identidad, niñez y formación, ayuda a mostrar que construir vínculos saludables no es solo una aspiración ética o afectiva: también es una orientación jurídica y social que reconoce a todas las personas como sujetos plenos de derecho.

¿Por qué importa en esta caja de herramientas?

Porque permite sostener que los vínculos saludables no se basan en la posesión, la jerarquía o la dependencia, sino en la autonomía, la igualdad, la cooperación y el reconocimiento mutuo. También ayuda a mostrar que existen distintas formas legítimas de organizar la vida afectiva y familiar, todas merecedoras de protección y respeto.



Acceso al Código Civil y Comercial:

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/235975/texto>



4.6. IDENTIDAD, DIVERSIDAD Y TRATO DIGNO: LEY NACIONAL N.º 26.743 DE IDENTIDAD DE GÉNERO.

La Ley Nacional N.º 26.743 reconoce el derecho de toda persona al reconocimiento de su identidad de género, al libre desarrollo conforme a ella y a ser tratada de acuerdo con esa identidad. También garantiza la rectificación registral del sexo, el cambio de nombre de pila e imagen cuando no coincidan con la identidad autopercebida, sin exigir cirugías ni tratamientos médicos como requisito.

Esta ley resulta clave para este material porque sostiene normativamente lo trabajado en los capítulos sobre diversidad sexual y de género. No se trata solo de promover tolerancia o aceptación, sino de afirmar que el respeto por la identidad y la expresión de género es un derecho. Por eso, un vínculo saludable no puede construirse sobre la negación, la burla, la corrección forzada, la invisibilización o el hostigamiento hacia la identidad de otra persona.

¿Por qué importa en esta caja de herramientas?

Porque da un respaldo claro a la idea de que el respeto por la identidad autopercebida, el nombre, los pronombres y la expresión de género no son detalles secundarios, sino condiciones fundamentales para construir vínculos más libres, respetuosos e inclusivos.



Acceso a la Ley

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ley-26.743-identidad-de-genero_0.pdf



4.7. FORMACIÓN PARA TRANSFORMAR PRÁCTICAS INSTITUCIONALES: LEY NACIONAL N.º 27.499 (LEY MICAELA)

La Ley Micaela establece la capacitación obligatoria en género y violencias contra las mujeres para todas las personas que integran los tres poderes del Estado. Su objetivo es que quienes diseñan e implementan políticas públicas lo hagan con perspectiva de género, promoviendo la igualdad y mejorando la prevención y el abordaje de las violencias.

En relación con esta caja de herramientas, la Ley Micaela es importante porque recuerda que los vínculos, las desigualdades y las violencias no son asuntos que deban quedar librados únicamente a la sensibilidad personal o a la buena voluntad de cada institución. También requieren equipos formados, prácticas revisadas y políticas públicas capaces de escuchar, comprender e intervenir sin reproducir prejuicios ni revictimización.

¿Por qué importa en esta caja de herramientas?

Porque reafirma que construir vínculos más igualitarios también exige transformar miradas institucionales, capacitarse y fortalecer herramientas públicas de prevención y acompañamiento.



Acceso al Código Civil y Comercial

<https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=318666>



Capacitaciones en Santa Fe

<https://www.santafe.gob.ar/leymicaela/>



4.8. ¿QUÉ DERECHOS NOS CUIDAN EN NUESTROS VÍNCULOS?

Todo lo desarrollado hasta aquí permite afirmar algo central: en nuestros vínculos tenemos derecho al respeto, a la dignidad, al consentimiento, a la autonomía, a la identidad, a la no discriminación y a vivir libres de violencias. Esto vale para relaciones de pareja, familiares, amistosas, escolares, comunitarias, laborales y también para los vínculos que se construyen en entornos digitales.

En nuestras relaciones tenemos derecho a

- ✓ Ser tratadas y tratados con respeto y dignidad;
- ✓ Expresar lo que sentimos, pensamos y necesitamos;
- ✓ Decir que no y poner límites;
- ✓ Vivir vínculos libres de violencia;
- ✓ Tomar decisiones sobre nuestro propio cuerpo;
- ✓ Recibir información, orientación y acompañamiento ante situaciones de violencia;
- ✓ Que se respete nuestra identidad de género y nuestra orientación sexual;
- ✓ Sostener nuestra autonomía, nuestros proyectos y nuestros vínculos;
- ✓ Construir relaciones basadas en el consentimiento;
- ✓ Pedir ayuda cuando algo no está bien.

Reconocer estos derechos fortalece la autonomía, ayuda a poner nombre a situaciones de vulneración y permite construir relaciones más igualitarias, más respetuosas y más libres. También permite recordar que los derechos no dependen del tipo de vínculo ni se negocian en función del cariño, la costumbre o la convivencia: son inherentes a todas las personas.

05.

**Qué hacer durante
una situación**

No siempre es fácil reconocer qué hacer cuando aparece una situación de violencia. A veces hay miedo, vergüenza, culpa, confusión o dificultad para poner en palabras lo que está pasando. En otras ocasiones, quienes acompañan tampoco saben con claridad cuál es el primer paso, a qué recurso conviene acudir o cómo actuar sin exponer más a la persona afectada. Por eso, este apartado busca ofrecer orientaciones generales para reconocer señales de alerta, ordenar una primera respuesta y acercar recursos concretos disponibles en la provincia de Santa Fe.

Cada situación es singular y requiere una lectura situada. No es lo mismo una urgencia que una consulta para ordenar lo que se está viviendo. No es lo mismo una persona adulta que una adolescente. No es lo mismo una violencia en el ámbito de pareja, familiar, escolar, laboral o digital. Sin embargo, sí hay algo que conviene sostener en todos los casos: frente a una situación de violencia, no corresponde minimizar, culpabilizar ni dejar sola a la persona.

5.1. ¿CÓMO DARTE CUENTA SI ESTÁS EN UN VÍNCULO VIOLENTO?

No siempre la violencia aparece de forma brusca ni empieza con sus manifestaciones más extremas. Muchas veces se construye de manera progresiva, a través de prácticas que al comienzo pueden confundirse con amor, cuidado, interés o preocupación. Un mensaje que exige respuesta inmediata. Un enojo cada vez que la otra persona sale o pasa tiempo con amistades. Una revisión del celular presentada como prueba de confianza. Una burla que se justifica como chiste. Un comentario que hace sentir culpa por poner límites. Estas situaciones, cuando se repiten y se profundizan, pueden formar parte de una dinámica de violencia.

Algunas preguntas pueden ayudar a revisar un vínculo

- ✓ ¿Sentís que tenés que medir constantemente lo que decís o hacés para evitar una reacción?
- ✓ ¿La otra persona controla con quién hablás, cómo te vestís, a dónde vas o cuánto tardás en responder?
- ✓ ¿Te revisa el celular, las redes o te pide contraseñas?
- ✓ ¿Usa los celos como justificación para limitarte o controlar tus decisiones?
- ✓ ¿Te hace sentir culpable por sostener tus amistades, tus proyectos o tus espacios propios?
- ✓ ¿Te humilla, te desvaloriza o minimiza lo que sentís?
- ✓ ¿Te presiona sexualmente o te hace sentir que le debés algo?
- ✓ ¿Te sentís cada vez más insegura, sola, confundida o atrapada dentro del vínculo?

Si estas situaciones aparecen de forma reiterada, no se trata de un detalle menor. Puede haber una dinámica de violencia que necesita ser nombrada y acompañada.

5.2. EL ICEBERG DE LA VIOLENCIA: LO QUE MUCHAS VECES NO SE VE AL PRINCIPIO.

Una manera útil de entender cómo se construye la violencia en los vínculos es pensarla como un iceberg. En la parte más visible suelen aparecer las formas más reconocidas: golpes, amenazas graves, agresiones físicas o situaciones extremas. Pero debajo de esa parte visible existe una base mucho más amplia de prácticas que suelen estar naturalizadas y que preparan el terreno para formas más graves de violencia.

En la parte menos visible del iceberg suelen aparecer

- ✓ Celos presentados como prueba de amor;
- ✓ Control de horarios, ropa, salidas o amistades;
- ✓ Exigencia de explicaciones permanentes;
- ✓ Revisión del celular o redes;
- ✓ Silencios o indiferencia como castigo;
- ✓ Humillaciones, burlas o comentarios hirientes;
- ✓ Manipulación emocional;
- ✓ Presión para responder de inmediato;
- ✓ Aislamiento de redes afectivas;
- ✓ Micromachismos y pequeñas prácticas de desvalorización.

En la parte menos visible del iceberg suelen aparecer

- ✓ Amenazas;
- ✓ Agresiones físicas;
- ✓ Violencia sexual;
- ✓ Destrucción de objetos;
- ✓ Persecución;
- ✓ Control extremo;
- ✓ Difusión de contenido íntimo;
- ✓ Violencia económica;
- ✓ Violencia vicaria.

La imagen del iceberg ayuda a comprender que no hace falta esperar a que ocurra una agresión extrema para pedir ayuda. Muchas veces la violencia ya estaba presente en señales previas que fueron justificadas o minimizadas.

5.3. SEÑALES DE ALERTA TEMPRANA.

Poder reconocer señales de alerta es una herramienta importante de prevención. No todas significan automáticamente que una relación sea violenta, pero sí pueden indicar que algo necesita ser revisado.

Algunas señales frecuentes son

- ✓ Te hace sentir culpable por poner límites;
- ✓ Se enoja si no respondés enseguida;
- ✓ Invalida lo que sentís o dice que exagerás;
- ✓ Espera que adaptes todo a sus necesidades;
- ✓ Usa el humor para ridiculizarte;
- ✓ No respeta tus tiempos, tus espacios o tus vínculos;
- ✓ Te presiona para hacer cosas que no querés;
- ✓ Transforma cualquier desacuerdo en una situación donde terminás pidiendo perdón;
- ✓ Te hace sentir que sin esa relación valés menos o quedás sola.

Estas señales no deben leerse aisladamente, sino en su repetición, intensidad y efecto sobre la persona. Lo importante es registrar si el vínculo amplía tu libertad o la reduce, si te hace sentir más segura o más en tensión, más acompañada o más atrapada.

5.4. LO PRIMERO: ESCUCHAR, CREER Y NO MINIMIZAR.

Cuando una persona cuenta que está atravesando una situación de violencia, una primera respuesta adecuada puede marcar una diferencia muy importante. Escuchar con respeto, no juzgar, no presionar, no interrogar de manera hostil y no responsabilizar a quien consulta son condiciones básicas para cualquier acompañamiento.

Esto implica evitar frases como

- ✓ “Seguro exagerás”;
- ✓ “Si seguís ahí será por algo”;
- ✓ “¿Por qué no te fuiste antes?”;
- ✓ “Capaz no quiso decir eso”;
- ✓ “Son cosas de pareja”;
- ✓ “No hagas nada, ya se le va a pasar”.

Acompañar bien no significa decidir por la otra persona ni obligarla a hacer una denuncia. Significa ayudar a ordenar lo que está viviendo, acercarle información clara, ofrecerse para buscar ayuda y, si hay riesgo o si se trata de niñas, niños o adolescentes, activar los recursos correspondientes.

5.5. SI HAY URGENCIA O RIESGO INMEDIATO.

Cuando existe peligro actual, agresiones en curso, amenazas con armas, violencia sexual reciente, encierro, restricción de la libertad o temor fundado de daño inminente, la prioridad es la seguridad. En esos casos corresponde llamar al 911, disponible las 24 horas, todos los días del año, en toda la provincia.

¿Cuándo conviene llamar al 911?

- ✓ Agresiones físicas o violencia en curso;
- ✓ Amenaza con armas o riesgo para la vida;
- ✓ Violencia sexual reciente o en desarrollo;
- ✓ Situaciones de encierro o restricción de la libertad;
- ✓ Gritos o pedidos de auxilio desde una vivienda.

¿Qué datos ayudan a una intervención rápida?

- ✓ Dirección exacta o referencias del lugar;
- ✓ Nombre de la persona afectada y del agresor, si se conocen;
- ✓ Si hay niñas, niños, adolescentes, personas mayores o personas con discapacidad;
- ✓ Si el agresor está presente o si tiene armas;
- ✓ Si hay personas heridas o si se necesita ambulancia;
- ✓ Si la persona puede salir del domicilio o abrir la puerta;
- ✓ Un número de contacto seguro para retomar la comunicación si se corta.

5.6. CUANDO NO HAY EMERGENCIA: ORIENTACIÓN, CONSULTA Y ACOMPAÑAMIENTO TERRITORIAL.

No todas las situaciones requieren una respuesta policial inmediata, pero eso no significa que deban esperar o tratarse como algo menor. Cuando la persona necesita ordenar lo que está viviendo, recibir orientación, conocer opciones o hablar con alguien especializado, puede recurrir a recursos de escucha, asesoramiento y acompañamiento. En estos casos, el primer paso puede ser acercarse a espacios de referencia cercanos, gratuitos y confidenciales.

Ruta 1. Áreas locales de género y diversidad

Las áreas locales de género y diversidad de municipios y comunas son una puerta de entrada cercana en el territorio. Permiten realizar consultas, recibir orientación y articular con otros recursos provinciales, municipales o comunitarios. Pueden acercarse la persona que atraviesa la situación, familiares, personas de confianza o integrantes de una institución que necesiten orientación para acompañar.

Estas áreas pueden brindar

- ✓ Atención gratuita, cercana y personalizada;
- ✓ Asesoramiento integral para construir un plan de acción;
- ✓ Acompañamiento en gestiones, denuncias, medidas de protección o acceso a ayudas;
- ✓ Articulación con salud, justicia, equipos especializados, programas sociales y redes comunitarias.



Para buscar el área local más cercana, consultar el mapa de áreas locales https://www.santafe.gob.ar/migyd/areas_locales/

Ruta 2. Línea 144: escucha y asesoramiento especializado

La Línea 144 brinda atención, contención y asesoramiento especializado, gratuito y confidencial, todos los días, durante las 24 horas. Es un recurso útil cuando la persona necesita orientación, conversar con alguien especializado o conocer qué pasos puede seguir, aun cuando no exista una emergencia inmediata.

Ruta 3. Acompañamiento interdisciplinario

El Centro de Asistencia a la Víctima (CAV) de la Defensoría del Pueblo es un recurso importante para acompañamiento psicológico, social y legal. Su función principal no es reemplazar la representación legal en una causa, sino ofrecer contención interdisciplinaria, orientación y derivación responsable. Puede acompañar a personas que atraviesan situaciones de violencia de género, violencia contra personas LGBTIQ+, maltrato, abuso sexual, violencia laboral o institucional, entre otras situaciones.

Más información sobre el CAV:

<https://www.defensoriasantafe.gob.ar/reclamos/asistencia-la-victima>

5.7. CUANDO LA SITUACIÓN INVOLUCRA A ADOLESCENTES.

Si la situación involucra a una adolescente o a un adolescente, conviene recordar que no se trata solo de una preocupación familiar o escolar: están en juego derechos específicos. En estos casos es importante escuchar sin juzgar, resguardar la intimidad, no revictimizar y activar la red de protección correspondiente. Esto vale especialmente cuando aparecen presiones, control, violencia entre pares, violencia digital, coerción sexual, exposición a violencia en el hogar o cualquier otra situación que afecte el bienestar y el desarrollo integral.

5.8. VIOLENCIA ENTRE PARES EN ADOLESCENCIAS.

Cuando hablamos de adolescencias, también es importante reconocer lo que sucede entre pares. Las amistades, los grupos, la escuela, el club, los espacios comunitarios y los entornos digitales ocupan un lugar central en esta etapa. Allí se construyen pertenencias, identidades y reconocimientos, pero también pueden aparecer exclusiones, humillaciones, burlas y hostigamientos que muchas veces se naturalizan.

La violencia entre pares puede expresarse como

- ✓ Burlas reiteradas;
- ✓ Humillaciones o rumores;
- ✓ Exclusión de grupos;
- ✓ Ridiculización de la apariencia o la identidad;
- ✓ Agresiones físicas o amenazas;
- ✓ Difusión de capturas, fotos o mensajes;
- ✓ Presión grupal para cumplir mandatos de masculinidad o feminidad;
- ✓ Violencia digital en grupos de mensajería o redes.

Reconocer esta dimensión permite intervenir tempranamente y no reducir todo a un simple conflicto. La repetición, la asimetría de poder, la vergüenza pública y el daño sostenido son indicadores importantes para diferenciar una discusión puntual de una situación de hostigamiento o violencia.

5.9. QUÉ HACER ANTE UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA DIGITAL.

La violencia digital también requiere una respuesta específica.

Si hay violencia digital, conviene

- ✓ No borrar nada ni bloquear de inmediato. Aunque el primer impulso sea eliminar todo, los mensajes, publicaciones o capturas son la prueba principal;
- ✓ Guardar capturas de pantalla completas. Conviene que se vea el nombre del perfil, la fecha, la hora y, si es posible, el enlace o la cuenta desde donde se produjo la agresión;
- ✓ Guardar los chats o hacer respaldo. Si se puede, exportar conversaciones o conservar el material en un formato que preserve la secuencia;
- ✓ Reportar el contenido en la plataforma, una vez resguardada la prueba;
- ✓ Denunciar. Puede hacerse en un CTD, por la web del MPA o por otras vías según el caso.

En ámbitos escolares, además, conviene no revictimizar, no volver a circular el material “para mostrar lo que pasó” y activar los protocolos de convivencia y cuidado correspondientes.

5.10. DÓNDE REALIZAR UNA DENUNCIA PENAL.

Denunciar es un derecho. La denuncia penal es el acto mediante el cual se pone en conocimiento del sistema penal un hecho que puede constituir delito, con el fin de que se inicie la investigación correspondiente.

En situaciones de violencia por motivos de género, la denuncia penal puede ser una herramienta importante para dejar constancia de los hechos, activar la intervención del Ministerio Público de la Acusación, solicitar medidas de protección cuando correspondan e iniciar una investigación sobre posibles delitos, como amenazas, lesiones, abuso sexual, desobediencia judicial, daño, privación de la libertad u otros hechos previstos por la ley penal.

Es importante aclarar que realizar una denuncia penal no siempre es el único camino para recibir ayuda o acompañamiento. Una persona también puede acercarse a un área local de género, comunicarse con la Línea 144, pedir asesoramiento o solicitar acompañamiento especializado antes, durante o después de realizar una denuncia. Sin embargo, cuando los hechos pueden constituir delitos o existe riesgo, la denuncia permite activar canales formales de intervención penal.

En la provincia de Santa Fe, las denuncias penales pueden realizarse a través de distintos canales:

Centros Territoriales de Denuncia

Los Centros Territoriales de Denuncia son espacios de atención, orientación y recepción de denuncias vinculadas a hechos que pueden constituir delitos o contravenciones. Funcionan como una vía presencial alternativa a las comisarías y permiten realizar la denuncia en un ámbito accesible, con carga y derivación al sistema correspondiente.

Pueden ser una opción recomendable cuando la persona quiere realizar una denuncia y necesita una instancia presencial de orientación, acompañamiento y recepción formal de los hechos.

Centro de Denuncias 911 / Cd911

El Centro de Denuncias 911 es un canal telefónico que permite realizar denuncias penales por hechos presuntamente delictivos que no constituyen una emergencia. Está integrado al sistema 911, pero cumple una función distinta a la llamada de emergencia: permite recibir denuncias formales de manera telefónica, sin que la persona tenga que trasladarse a una dependencia policial, a un Centro Territorial de Denuncia o a otra oficina pública.

Este canal puede ser útil cuando la persona necesita denunciar un hecho que requiere intervención del sistema penal, pero no se encuentra frente a una situación de peligro inmediato. También puede facilitar el acceso a la denuncia cuando existen dificultades para trasladarse, barreras territoriales, horarios complejos o temor a concurrir presencialmente.

Es importante diferenciarlo de la llamada al 911 por emergencia. Si hay riesgo actual, agresión en curso, presencia del agresor, amenazas graves, uso de armas, violencia sexual reciente, encierro o peligro para la vida o la integridad física, corresponde llamar al 911 como línea de emergencia para solicitar intervención inmediata.

En cambio, si se trata de realizar una denuncia penal no urgente, puede utilizarse el Centro de Denuncias 911, de acuerdo con la cobertura y modalidad vigente en cada localidad.

Denuncia online ante el Ministerio Público de la Acusación

El Ministerio Público de la Acusación de la Provincia de Santa Fe cuenta con un sistema de denuncias online, disponible desde cualquier dispositivo con conexión a internet.

Esta vía puede ser útil cuando la persona no puede trasladarse, cuando necesita realizar una denuncia desde un lugar seguro o cuando busca una primera forma de acceso al sistema penal. En el formulario se deben consignar los datos disponibles y describir los hechos con la mayor claridad posible.

Comisarías y subcomisarías

Las denuncias también pueden realizarse en cualquier comisaría. La autoridad policial debe recibir la denuncia y darle el trámite correspondiente. Es recomendable solicitar una copia de la denuncia realizada.



Áreas de Investigación de Violencia de Género, Sexual y Familiar

En algunas localidades existen Áreas de Investigación de Violencia de Género, Sexual y Familiar, que son espacios especializados para la recepción, intervención e investigación de situaciones de violencia de género, violencia sexual y violencia familiar.

Estos equipos pueden brindar una atención más específica y adecuada al tipo de situación, recibir denuncias cuando corresponda, orientar sobre los pasos a seguir y articular con el Ministerio Público de la Acusación u otros organismos intervinientes.

Sin embargo, su existencia no limita el derecho a denunciar en otros lugares: si la persona no tiene cerca un área especializada, puede realizar la denuncia igualmente en cualquier comisaría, subcomisaría, Centro Territorial de Denuncia, Centro de Denuncias 911 o mediante la denuncia online del MPA.



911: situaciones de urgencia o riesgo inmediato

Cuando existe una situación de urgencia o riesgo inmediato, la prioridad es la protección. En esos casos corresponde llamar al 911 para solicitar intervención inmediata.

Esto puede ocurrir ante agresiones en curso, amenazas graves, presencia del agresor, riesgo para la vida o la integridad física, violencia sexual reciente, encierro, uso de armas, pedidos de auxilio o incumplimiento de medidas que requieran una respuesta rápida.

La llamada al 911 permite activar recursos policiales o de emergencia. Además, esas comunicaciones quedan registradas y pueden ser relevantes como antecedente para una intervención posterior. En caso de corresponder, luego de la intervención de emergencia podrá realizarse o formalizarse la denuncia penal por los canales correspondientes.

5.11. MEDIDAS DE PROTECCIÓN URGENTES.

Además de la denuncia, en muchos casos es importante pedir medidas urgentes de protección. Estas pueden servir para frenar la situación, proteger la integridad de la persona y evitar nuevas agresiones.

En Santa Fe, según el tipo de caso, pueden pedirse medidas como

- ✓ Exclusión del agresor del hogar;
- ✓ Prohibición de acercamiento;
- ✓ Reintegro de la persona al domicilio si debió irse por seguridad;
- ✓ Medidas vinculadas con alimentos, cuidado o comunicación;
- ✓ Otras medidas cautelares según la situación concreta.

Este tipo de herramientas permite entender que no hay que esperar a una situación extrema para pedir protección.

5.12. PATROCINIO LEGAL Y ORIENTACIÓN JURÍDICA.

Si la persona necesita orientación legal o patrocinio y no cuenta con recursos para pagar un estudio jurídico particular, existen distintas opciones:

- ✓ **Centros de Asistencia Judicial (CAJ)**, que pueden brindar acompañamiento jurídico;
- ✓ **Defensorías civiles**, especialmente para cuestiones de familia;
- ✓ **Consultorios jurídicos gratuitos**, como los universitarios o de colegios profesionales, según disponibilidad territorial.

5.13. ESPACIOS PARA FORTALECERTE Y NO TRANSITARLO EN SOLEDAD.

Salir de una situación de violencia no se reduce a hacer una denuncia. Muchas veces también implica recuperar la confianza, volver a sentir sostén, acceder a derechos, fortalecer redes y reconstruir autonomía. Por eso, además de los recursos de urgencia o denuncia, existen espacios de acompañamiento y orientación que cumplen una función importante en el proceso.

También es importante el acompañamiento a personas de la diversidad sexual a través de la Dirección Provincial de Igualdad y Diversidad Sexual, con equipos territoriales y acciones de orientación, escucha y articulación para situaciones de discriminación, violencia o vulneración de derechos.

5.14. SI ACOMPAÑÁS A OTRA PERSONA.

Muchas veces quien consulta no es la persona directamente afectada, sino una amiga, una compañera, una docente, un familiar o un referente preocupado. En esos casos, acompañar bien no significa decidir por la otra persona ni presionarla, sino ayudar a que pueda reconocer lo que le pasa, acercarle información clara, ofrecerse para buscar ayuda y, si hay riesgo, activar los recursos necesarios.

5.15. RUTA RÁPIDA PARA ORIENTARSE.

- ✓ **Si hay riesgo inmediato:** 911.
- ✓ **Si se necesita escucha y orientación:** Línea 144 o área local de género y diversidad.
- ✓ **Si se necesita acompañamiento interdisciplinario:** CAV u otro dispositivo especializado.
- ✓ **Si la persona quiere denunciar:** CTD, MPA u otras vías según el caso.
- ✓ **Si hay adolescentes involucrados:** activar protección, escuchar y articular con la red institucional correspondiente.
- ✓ **Si hay violencia digital:** preservar evidencia, no borrar, reportar y denunciar.

5.16. UNA IDEA IMPORTANTE PARA CERRAR.

Frente a una situación de violencia, no siempre hay una única respuesta ni un solo camino. A veces la prioridad será la emergencia. Otras veces será la escucha, la orientación, la denuncia o el acompañamiento interdisciplinario. Lo importante es no dejar sola a la persona, no minimizar lo que está viviendo y recordar que existen recursos, derechos y redes para actuar. Pedir ayuda no es exagerar: es una forma de cuidado y de ejercicio de derechos.

06.

**Pautas para
la acción**

Las relaciones más cuidadas no se construyen solo con buenas intenciones. También requieren aprendizaje, revisión de prácticas, palabras disponibles para nombrar lo que hace bien y lo que duele, y decisiones concretas en la vida cotidiana. Por eso, este apartado reúne algunas pautas para llevar a la práctica lo trabajado en los capítulos anteriores.

No se trata de recetas únicas ni de fórmulas cerradas. Cada vínculo, cada institución y cada comunidad tienen sus tiempos, sus tensiones y sus desafíos. Sin embargo, sí es posible construir orientaciones comunes que ayuden a fortalecer el respeto, la comunicación, la autonomía, la corresponsabilidad y el cuidado mutuo.

Promover vínculos saludables implica un trabajo continuo de revisión, aprendizaje y construcción colectiva. Muchas de las formas en que nos vinculamos fueron aprendidas a lo largo de la vida; por eso, transformarlas requiere tiempo, reflexión y compromiso. Estas propuestas buscan acompañar ese proceso con herramientas concretas para la vida cotidiana, los espacios institucionales y el trabajo territorial.

6.1. A NIVEL PERSONAL.

Construir vínculos más saludables comienza, muchas veces, por revisar las propias prácticas, creencias y formas de relacionarse. Esto implica preguntarse cómo nos comunicamos, cómo gestionamos los conflictos, qué lugar damos a nuestras emociones y de qué manera aprendimos a amar, a poner límites o a pedir cuidado.

Una primera acción posible es registrar lo que sentimos en distintas situaciones vinculares: identificar cuándo algo nos incomoda, nos hace bien, nos genera dudas o nos deja en alerta. Poder reconocer esas emociones es un paso importante para actuar en consecuencia y no seguir sosteniendo situaciones que nos dañan.

También es importante habilitar la palabra. Animarse a expresar lo que se necesita, lo que molesta o lo que no se desea no es generar conflicto: es cuidar el propio bienestar. Poner límites forma parte de una vida afectiva más libre y más respetuosa.

Otra práctica clave es revisar creencias naturalizadas, como la idea de que los celos son una muestra de amor, que hay que ceder siempre para sostener una relación, que expresar emociones es signo de debilidad o que el cuidado supone sacrificarse sin medida. Cuestionar estos mandatos ayuda a construir vínculos más libres y equitativos.

Del mismo modo, resulta fundamental respetar los límites de otras personas, comprender que cada quien tiene derecho a decidir sobre su cuerpo, su tiempo, sus vínculos y sus proyectos.

Algunas acciones cotidianas que pueden fortalecer este plano son

- ✓ Preguntarte cómo te sentís dentro de tus vínculos y no minimizar ese registro;
- ✓ Darte tiempo para identificar lo que querés y lo que no;
- ✓ Poner límites con claridad y sin culpa;
- ✓ Revisar si hay conductas de control, dependencia o desvalorización que se hayan naturalizado;
- ✓ Cuidar el vínculo con vos misma o con vos mismo: descanso, tiempo propio, redes de apoyo y proyectos personales también son parte del buen trato.

6.2. A NIVEL VINCULAR.

En los vínculos cercanos es posible incorporar prácticas concretas que favorezcan el buen trato y prevengan las violencias. Una de ellas es promover acuerdos explícitos, evitando suposiciones. Hablar sobre expectativas, necesidades, tiempos y límites ayuda a prevenir malentendidos y fortalece la confianza.

También es importante escuchar activamente, prestando atención no solo a lo que la otra persona dice, sino también a cómo lo expresa. Validar emociones no implica necesariamente estar de acuerdo, sino reconocer la experiencia del otro o de la otra sin ridiculizarla ni desautorizarla.

Frente a los conflictos, conviene evitar tanto la imposición como el silencio. El objetivo no es “ganar” una discusión, sino comprender, reparar cuando haga falta y construir soluciones posibles. Un vínculo saludable no elimina los desacuerdos, pero sí busca tramitarlos sin humillación, amenazas ni miedo.

Otra acción importante es registrar señales de alerta y no naturalizarlas como parte del amor o del cuidado. El control, los celos excesivos, la revisión del celular, la desvalorización, la manipulación emocional o el aislamiento no fortalecen un vínculo: lo vuelven desigual y dañino.

Algunas prácticas que pueden fortalecer el plano vincular son

- ✓ Hablar de lo que se espera del vínculo en lugar de darlo por supuesto;
- ✓ Preguntar antes de decidir por la otra persona;
- ✓ Respetar tiempos, silencios, espacios personales y redes afectivas;
- ✓ Reconocer errores y pedir disculpas sin victimizarse;
- ✓ No usar el humor, el enojo o el silencio como herramientas de castigo;
- ✓ Tener presente que el consentimiento, el respeto y la libertad deben sostenerse también en los vínculos más cercanos.

6.3. A NIVEL INSTITUCIONAL.

Las instituciones también producen formas de vinculación. Una escuela, un club, un centro de salud, una oficina pública, una organización o un espacio comunitario pueden convertirse en ámbitos que cuidan y acompañan, o en espacios que reproducen silencios, desigualdades y violencias. Por eso, promover vínculos respetuosos no es solo una tarea individual: también es una responsabilidad institucional.

Una acción fundamental es abrir espacios de formación y sensibilización donde estas temáticas puedan trabajarse de manera colectiva. La información, el intercambio y la reflexión compartida ayudan a desnaturalizar prácticas, revisar prejuicios y construir nuevas herramientas para intervenir.

También resulta clave contar con protocolos claros de actuación ante situaciones de violencia o vulneración de derechos, así como garantizar que las personas sepan a dónde acudir, cómo pedir ayuda y qué recursos están disponibles. Cuando una institución no sabe cómo actuar, muchas veces termina llegando tarde o reproduciendo daño.

Otra línea importante es promover una comunicación institucional respetuosa e inclusiva, que no refuerce estereotipos ni discriminaciones. El modo en que una institución nombra, escucha, recibe o responde también forma parte de la construcción de vínculos saludables.

Asimismo, fortalecer el trabajo en equipo y generar espacios internos de escucha, cuidado y acompañamiento puede mejorar mucho la calidad de las respuestas frente a situaciones complejas.

Algunas acciones concretas a nivel institucional pueden ser

- ✓ Realizar instancias de formación periódicas sobre vínculos, género, diversidad y prevención de violencias;
- ✓ Contar con protocolos o circuitos claros para actuar ante situaciones de violencia;
- ✓ Difundir los recursos de orientación, denuncia y acompañamiento disponibles;
- ✓ Revisar prácticas, discursos y materiales institucionales para evitar estereotipos y exclusiones;
- ✓ Garantizar trato digno, confidencialidad y no revictimización en la recepción de consultas;
- ✓ Fortalecer la articulación entre equipos para que nadie tenga que intervenir en soledad.

6.4. A NIVEL COMUNITARIO.

En el territorio, la construcción de vínculos saludables se potencia a través de la participación, la circulación de información y el fortalecimiento de redes. Muchas veces, la primera ayuda no llega desde un dispositivo formal, sino desde una vecina, una docente, una amiga, una referente barrial o una organización cercana. Por eso, las comunidades también cumplen un papel central en la prevención y el acompañamiento.

Una acción importante es identificar y difundir recursos comunitarios: centros de salud, espacios de orientación, organizaciones sociales, áreas locales de género y diversidad, líneas de ayuda, dispositivos de niñez y otros organismos presentes en el territorio. Conocer esos recursos facilita el acceso a derechos.

También pueden organizarse actividades abiertas de sensibilización, como talleres, charlas, jornadas, campañas o intervenciones comunitarias que permitan reflexionar sobre los vínculos, el cuidado, la diversidad y la prevención de las violencias.

Otra práctica clave es articular con actores estratégicos del territorio, como escuelas, clubes, centros de salud, organizaciones comunitarias, áreas municipales o referentes locales, para construir respuestas integrales y no fragmentadas.

Promover redes de cuidado implica reconocer que nadie debería transitar estas situaciones en soledad y que el acompañamiento colectivo puede ser una herramienta muy valiosa para prevenir, sostener y transformar.

Algunas acciones posibles a nivel comunitario son

- ✓ Armar o difundir mapas de recursos locales y líneas de ayuda;
- ✓ Organizar charlas, talleres o campañas sobre vínculos saludables y prevención de violencias;
- ✓ Sumar a escuelas, clubes, centros de salud y organizaciones a acciones comunes;
- ✓ Fortalecer espacios de escucha y acompañamiento en el territorio;
- ✓ Promover mensajes que cuestionen los mitos del amor romántico, la discriminación y la naturalización de la violencia;
- ✓ Hacer circular la idea de que pedir ayuda, orientar o acompañar también es construir comunidad.

6.5. UNA CLAVE TRANSVERSAL: DEL CONTROL AL CUIDADO.

En todos los niveles —personal, vincular, institucional y comunitario— hay una pregunta que puede orientar este trabajo: ¿estamos reproduciendo prácticas de control o estamos construyendo cuidado? A veces la violencia se esconde detrás de formas de relación que parecen normales, inevitables o incluso protectoras. Por eso, revisar esta diferencia resulta tan importante.

Cuidar no es vigilar. Cuidar no es decidir por la otra persona. Cuidar no es exigir disponibilidad total, invadir la intimidad, usar el miedo como forma de unión ni llamar amor a lo que encierra. Cuidar implica reconocer a la otra persona como sujeto de derechos, con autonomía, tiempos, deseos y límites propios.

Construir vínculos saludables no significa alcanzar relaciones perfectas. Significa, más bien, sostener una disposición a revisar, aprender, reparar, pedir ayuda cuando hace falta y apostar por formas de encuentro más libres, más respetuosas y más justas.

07.

**Experiencia y
buenas prácticas**

Las experiencias más valiosas en prevención de las violencias y promoción de vínculos saludables muestran algo en común: no alcanza con brindar información. Para que haya cambios reales, hacen falta procesos sostenidos en el tiempo, propuestas situadas, trabajo con la vida cotidiana y estrategias que involucren a personas, instituciones y comunidades.

Desde esta perspectiva, las buenas prácticas no se definen solo por su formato, sino por su capacidad de generar reflexión, participación y transformación. Una charla aislada puede ser útil como disparador, pero las experiencias que logran mayor impacto suelen combinar formación, escucha, participación, trabajo en red y continuidad.

7.1. ¿QUÉ ENTENDEMOS POR UNA BUENA PRÁCTICA?

En esta caja de herramientas, una buena práctica es una experiencia que logra traducir los principios de igualdad, cuidado, respeto por la diversidad y prevención de las violencias en acciones concretas. No se trata solamente de una actividad bien resuelta, sino de una propuesta que produce aprendizajes, abre preguntas, fortalece redes y deja capacidades instaladas en las personas, instituciones y territorios.

Las experiencias que generan mejores resultados suelen compartir algunas características comunes. En general, parten de situaciones concretas y cercanas a la vida cotidiana, lo que facilita la identificación y la participación de quienes forman parte de la propuesta. Asimismo, priorizan metodologías participativas, donde las personas no ocupan un lugar pasivo de escucha, sino que pueden intercambiar experiencias, reflexionar colectivamente y construir herramientas propias.

Otro aspecto importante es que incorporan estrategias de cuidado y acompañamiento, contemplando la posibilidad de orientar o derivar situaciones que requieran intervención específica. Del mismo modo, las buenas prácticas suelen fortalecer la articulación entre instituciones, organizaciones y actores comunitarios, promoviendo redes de trabajo y sostén territorial.

Más allá de la transmisión de información, estas experiencias buscan generar transformaciones en las prácticas cotidianas, habilitando nuevas formas de pensar los vínculos, reconocer situaciones de violencia y construir relaciones más respetuosas e igualitarias.

7.2. TALLERES PARTICIPATIVOS CON ADOLESCENTES Y JÓVENES.

Los talleres con adolescentes y jóvenes constituyen una de las estrategias más significativas para trabajar vínculos, consentimiento, diversidad, prevención de violencias y convivencia. Su potencia está en que permiten partir de escenas concretas, experiencias cercanas, lenguajes cotidianos y preguntas que interpelan directamente la vida de quienes participan.

En estos espacios suelen funcionar especialmente bien las dinámicas grupales, los intercambios guiados, el análisis de escenas, los materiales audiovisuales y las propuestas que habilitan la palabra sin forzar la exposición personal. No se trata solo de bajar contenidos, sino de crear condiciones para que chicas y chicos puedan reconocer mandatos, revisar prácticas y construir herramientas para el cuidado propio y colectivo.

7.3. ESPACIOS DE REFLEXIÓN CON MUJERES Y PERSONAS LGBTIQ+

Los espacios de intercambio con mujeres y personas LGBTIQ+ cumplen un rol importante en la construcción de autonomía, acompañamiento y redes de apoyo. La posibilidad de compartir experiencias, reconocer vivencias comunes, poner en palabras situaciones naturalizadas y escuchar otras estrategias de afrontamiento tiene un fuerte valor preventivo y reparador.

Además, este tipo de experiencias permiten que la reflexión no quede solo en el plano individual. Al trabajar en grupo, muchas personas advierten que situaciones que habían vivido en soledad forman parte de problemas más amplios, vinculados con mandatos de género, discriminación y desigual distribución del poder.

7.4. PROGRAMAS Y TALLERES DE MASCULINIDADES.

Las experiencias orientadas a revisar los mandatos de masculinidad constituyen una estrategia clave de prevención. Estos espacios invitan a los varones a revisar cómo fueron socializados, qué exigencias pesan sobre ellos, cómo operan la presión de grupo, la desautorización de la vulnerabilidad y la asociación entre masculinidad, control y dominio.

Su potencia está en correr la idea de que la prevención de las violencias es una tarea exclusiva de las mujeres o de quienes ya están sensibilizadas. Al incluir a los varones en procesos de revisión crítica, se amplía la posibilidad de transformar vínculos, prácticas y culturas institucionales.

7.5. ACTIVIDADES CULTURALES, ARTÍSTICAS Y CAMPAÑAS COMUNITARIAS.

Las propuestas culturales y artísticas con perspectiva de género y diversidad permiten abordar estas temáticas desde lenguajes sensibles, simbólicos y participativos. Obras de teatro, intervenciones artísticas, muestras, festivales, campañas gráficas, relatos audiovisuales y experiencias comunitarias pueden generar identificación, abrir preguntas y habilitar conversaciones que a veces no emergen en formatos más expositivos.

Las campañas comunitarias, por su parte, cumplen un rol importante en la transformación de imaginarios sociales. A través de afiches, redes sociales digitales, actividades públicas o acciones territoriales, pueden ayudar a cuestionar prácticas naturalizadas, instalar temas en agenda y acercar información sobre derechos y recursos disponibles.

7.6. ¿QUÉ TIENEN EN COMÚN LAS EXPERIENCIAS QUE MEJOR FUNCIONAN?

Aunque son distintas entre sí, estas experiencias comparten varios rasgos que pueden servir como criterios para pensar buenas prácticas en esta caja de herramientas:

- ✓ No se limitan a brindar información: buscan transformar creencias, vínculos y respuestas institucionales;
- ✓ Trabajan con actores concretos: adolescencias, familias, escuelas, comunidades y equipos técnicos;
- ✓ Sostienen una perspectiva de derechos, género y diversidad;
- ✓ Combinan sensibilización, formación, participación y herramientas prácticas;
- ✓ Entienden que prevenir no es solo reaccionar frente a la violencia, sino intervenir antes, en las formas de convivencia, crianza, socialización y participación.

7.7. UNA CLAVE PARA PENSAR BUENAS PRÁCTICAS EN ESTA CAJA DE HERRAMIENTAS

Promover vínculos saludables no es una tarea individual ni espontánea. Requiere propuestas que hagan lugar a la palabra, al conflicto, a la diversidad de experiencias y a la construcción de respuestas colectivas.

En ese sentido, las buenas prácticas son aquellas que permiten revisar cómo nos vinculamos, reconocer situaciones de malestar o violencia y abrir caminos posibles para construir relaciones más respetuosas, igualitarias y cuidadas. Esto puede expresarse de múltiples maneras en la vida cotidiana y en el trabajo territorial: talleres donde adolescentes puedan hablar sobre celos, control o consentimiento; espacios comunitarios de escucha para mujeres; actividades culturales que promuevan el buen trato; encuentros de masculinidades para reflexionar sobre los mandatos de género; o dispositivos institucionales que generen canales claros de acompañamiento ante situaciones de violencia.

También forman parte de las buenas prácticas aquellas experiencias que logran construir redes entre escuelas, centros de salud, organizaciones sociales, clubes, municipios o equipos territoriales, fortaleciendo respuestas colectivas frente a problemáticas que muchas veces se viven en soledad.

En el contexto de la provincia de Santa Fe, iniciativas desarrolladas en espacios comunitarios, instituciones educativas, Puntos Violeta y dispositivos territoriales de prevención muestran la importancia de generar propuestas cercanas, accesibles y sostenidas en el tiempo, capaces de adaptarse a las realidades y necesidades de cada comunidad.

Más allá de su formato específico, estas experiencias tienen en común la posibilidad de transformar prácticas cotidianas, habilitar conversaciones necesarias y fortalecer herramientas para la construcción de vínculos más libres de violencia.

08.

De la teoría a la práctica

Trabajar vínculos saludables, consentimiento, diversidad, buen trato y prevención de las violencias requiere metodologías que no se limiten a transmitir información. Estas temáticas involucran experiencias, emociones, creencias, prácticas cotidianas y formas de relación que muchas veces están naturalizadas. Por eso, para que los contenidos puedan ser apropiados y traducidos en herramientas concretas, resulta especialmente valiosa la modalidad de taller participativo.

La propuesta metodológica de esta caja de herramientas parte de una idea central: no alcanza con saber qué está bien o qué está mal. También hace falta generar espacios donde las personas puedan preguntarse cómo se vinculan, qué escenas reconocen en su vida cotidiana, qué señales de alerta identifican y qué alternativas pueden construirse de manera individual y colectiva.

8.1. ¿POR QUÉ TRABAJAR EN MODALIDAD DE TALLER?

El taller participativo permite abordar estos contenidos de una manera más accesible, cercana y significativa. A diferencia de una exposición puramente teórica, habilita la participación activa, la reflexión colectiva, el intercambio de experiencias y la construcción conjunta de conocimientos.

Este tipo de espacio puede resultar especialmente útil cuando se trabaja con adolescencias, juventudes, equipos territoriales, instituciones educativas, organizaciones comunitarias o grupos heterogéneos, porque favorece la circulación de la palabra y el anclaje en escenas de la vida cotidiana.

Un espacio de taller busca promover

- ✓ Participación activa;
- ✓ Reflexión colectiva;
- ✓ Intercambio de experiencias;
- ✓ Construcción conjunta de conocimientos.

8.2. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS SUGERIDAS.

Las propuestas de este capítulo no deben pensarse como fórmulas únicas. Son orientaciones que pueden adaptarse según el público, la edad, el tiempo disponible, el ámbito de trabajo y los objetivos de cada encuentro. Lo importante es que las actividades ayuden a traducir los conceptos a situaciones concretas, habiliten el diálogo y permitan elaborar herramientas para la vida cotidiana.

Entre las estrategias metodológicas sugeridas se encuentran

- ✓ Dinámicas grupales;
- ✓ Análisis de casos;
- ✓ Debates guiados;
- ✓ Dramatizaciones;
- ✓ Trabajo en pequeños grupos;
- ✓ Producción colectiva de materiales.

Estas herramientas permiten abordar los contenidos de manera accesible y significativa, sostener la atención, facilitar la participación y trabajar con distintos lenguajes.

8.3. PROPUESTAS DE ACTIVIDADES PARA TRABAJAR EN GRUPO.

Dinámica 1. Semáforo de los vínculos	
Objetivo	Identificar prácticas de buen trato, situaciones de alerta y formas de violencia en los vínculos.
Desarrollo	<p>1. Se presentan distintas situaciones cotidianas, por ejemplo: "Revisa mi celular"; "Me escucha cuando hablo"; "Se enoja si no respondo rápido".</p> <p>2. Las personas participantes deben ubicarlas en tres categorías: Verde: vínculo saludable; Amarillo: genera dudas o incomodidad; Rojo: situación de violencia.</p>
Cierre	Se reflexiona colectivamente sobre por qué algunas situaciones suelen naturalizarse como parte del amor o del cuidado, y cómo reconocer señales tempranas de malestar o violencia.

Dinámica 2. Mitos del amor	
Objetivo	Cuestionar creencias culturales que sostienen vínculos desiguales o violentos.
Desarrollo	<p>1. Se presentan frases como: "Los celos son una prueba de amor"; "El amor todo lo puede"; "Si me ama, debería saber lo que me pasa".</p> <p>2. Las personas se posicionan frente a cada afirmación, por ejemplo: - De acuerdo; - En desacuerdo; - Depende.</p>
Cierre	Se analizan los efectos que estos mitos tienen sobre la autonomía, la comunicación, el consentimiento y la posibilidad de construir vínculos más libres y respetuosos.

Dinámica 3. ¿Es consentimiento?

Objetivo	Trabajar el consentimiento como proceso, derecho y condición básica de cualquier vínculo respetuoso.
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none">1. Se presentan situaciones breves, por ejemplo: "Dice que sí, pero está incómoda o incómodo"; "Acepta para no generar conflicto"; "Al principio quería, después no".2. En grupos, se analiza si hay consentimiento o no, y por qué.
Cierre	Se refuerzan algunas ideas clave: el consentimiento debe ser libre, claro, informado y reversible; el silencio no equivale a consentimiento; y nadie está obligado a sostener una situación que no desea.

Dinámica 4. Decir y escuchar

Objetivo	Fortalecer la comunicación afectiva, asertiva y respetuosa.
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none">1. Se proponen escenas breves para actuar, escribir o analizar, por ejemplo:<ul style="list-style-type: none">- Poner un límite;- Expresar un malestar;- Escuchar un "no".
Cierre	Se reflexiona sobre qué cuesta más: decir lo que se necesita, escuchar sin ponerse a la defensiva, aceptar un límite o expresar desacuerdo sin agresión. También puede trabajarse qué lugar ocupan los mandatos culturales en esas dificultades.

Dinámica 5. Verdadero o falso: diversidad

Objetivo	Trabajar diversidad sexual y de género desde una perspectiva de derechos.
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none">1. Se presentan afirmaciones como: "La orientación sexual se elige"; "Hay una sola forma de familia"; "Respetar el nombre es opcional".2. A partir de esas frases se abre el debate y se problematizan prejuicios, estereotipos y desinformaciones frecuentes.
Cierre	Se recuperan conceptos clave sobre identidad, orientación sexual, trato digno y reconocimiento de la diversidad como parte legítima de la experiencia humana.

8.4. CÓMO ADAPTAR LAS PROPUESTAS SEGÚN EL GRUPO.

No existe una única forma de implementar un taller. Cada actividad debe construirse de manera situada, dialogando con las edades, trayectorias, saberes y realidades de quienes participan. Algunas dinámicas pueden funcionar mejor con adolescencias, otras con equipos institucionales, otras con grupos comunitarios o con personas que ya tienen cierta cercanía con la temática.

Por eso, antes de coordinar una actividad conviene preguntarse quiénes van a participar, qué vínculo tienen con el tema, cuánto tiempo hay disponible, qué nivel de confianza existe en el grupo y qué formato resulta más adecuado para ese contexto.

También puede ser útil combinar distintos recursos: una escena breve, una pregunta disparadora, una dinámica grupal, un material audiovisual y un cierre con ideas fuerza o recursos de orientación.

8.5. ALGUNAS CLAVES PARA COORDINAR UN ESPACIO CUIDADO.

Trabajar vínculos, emociones y violencias requiere cuidar el encuadre. No todas las personas desean hablar en primera persona ni exponer experiencias propias, y eso debe ser respetado. Un taller bien coordinado no obliga a la exposición, sino que genera condiciones para participar de distintos modos: hablando, escuchando, escribiendo, pensando con otras personas o produciendo colectivamente.

En este sentido, algunas claves importantes son construir un clima de respeto y escucha, no ridiculizar intervenciones ni reforzar prejuicios, no forzar a nadie a contar experiencias personales, poder nombrar que el tema puede movilizar emociones y contar con información sobre recursos de orientación y acompañamiento por si surge una situación que lo requiera. El rol de quien coordina no es solo transmitir contenidos, sino también sostener un espacio donde sea posible pensar, preguntar y participar sin miedo al juicio o la exposición.

8.6. ARTICULAR LA DIMENSIÓN EMOCIONAL CON LA CONCEPTUAL.

Una de las fortalezas del trabajo en taller es que permite unir dos dimensiones que muchas veces aparecen separadas: la conceptual y la emocional. En estas temáticas, brindar información es importante, pero no suficiente. También hace falta habilitar la reflexión sobre lo que sentimos, lo que naturalizamos, lo que nos cuesta nombrar y lo que reconocemos en la vida cotidiana.

Cuando esa articulación se logra, el conocimiento deja de aparecer como algo lejano o técnico y se convierte en una herramienta para comprender mejor los vínculos, revisar prácticas y construir alternativas más saludables.

8.7. PARA CERRAR ESTE APARTADO.

Llevar estos contenidos a la práctica no significa aplicar una receta. Significa construir espacios donde las personas puedan pensar cómo se vinculan, qué escenas reconocen, qué mandatos necesitan revisar y qué herramientas pueden fortalecerse para el cuidado propio y colectivo.

En esa tarea, la modalidad de taller participativo ofrece una potencia particular: permite que la reflexión no quede encerrada en conceptos abstractos, sino que se traduzca en preguntas, palabras, intercambios y prácticas capaces de transformar la vida cotidiana. Trabajar de este modo no solo transmite contenidos: también ayuda a construir vínculos más conscientes, más respetuosos y más libres.

09.

Monitoreo y evaluación

Las propuestas de formación, sensibilización y trabajo territorial sobre vínculos saludables, buen trato y prevención de las violencias no terminan cuando finaliza una actividad. Para que estas acciones puedan sostenerse, mejorar y adaptarse a los distintos contextos, resulta importante generar instancias de monitoreo y evaluación que permitan mirar qué se hizo, cómo se hizo, qué impacto tuvo y qué aspectos conviene revisar.

En esta caja de herramientas, evaluar no se entiende como una tarea externa, burocrática o meramente técnica. Por el contrario, forma parte del propio proceso de trabajo. Evaluar permite registrar aprendizajes, identificar dificultades, reconocer logros y producir información útil para fortalecer futuras intervenciones. También ayuda a evitar que las actividades queden como acciones aisladas, sin posibilidad de continuidad, ajustes o mejora.

9.1. ¿PARA QUÉ SIRVE EVALUAR?

Monitorear y evaluar una propuesta no implica medir todo de manera rígida ni transformar cada actividad en un ejercicio de control. Su sentido principal es ofrecer herramientas para pensar los procesos desarrollados y orientar decisiones futuras.

La evaluación puede ayudar a

- ✓ Registrar el alcance de las actividades realizadas;
- ✓ Conocer quiénes participaron y desde qué ámbitos;
- ✓ Identificar qué dinámicas o recursos funcionaron mejor;
- ✓ Reconocer temas que generaron mayor interés, dudas o resistencia;
- ✓ Advertir si surgieron necesidades de acompañamiento o derivación;
- ✓ Ajustar estrategias, contenidos y metodologías para próximos encuentros.

De este modo, la evaluación no aparece como un cierre administrativo, sino como una herramienta para seguir construyendo propuestas más pertinentes, más situadas y más efectivas.

9.2. QUÉ ASPECTOS CONVIENE OBSERVAR.

No todas las experiencias requieren el mismo tipo de seguimiento, pero sí hay algunos aspectos básicos que pueden resultar útiles para cualquier propuesta de formación o intervención.

Aspectos cuantitativos

Permiten tener una primera imagen del alcance y la participación. Entre ellos pueden considerarse:

- ✓ Cantidad de talleres, encuentros o actividades realizadas;
- ✓ Número de personas participantes;
- ✓ Diversidad de instituciones, organizaciones o actores involucrados;
- ✓ Cantidad de materiales distribuidos o recursos utilizados;
- ✓ Derivaciones realizadas a dispositivos de acompañamiento, orientación o atención, si las hubiera.

Aspectos cualitativos

Ayudan a comprender mejor cómo fue vivida la experiencia y qué produjo en quienes participaron. Entre ellos pueden observarse:

- ✓ Nivel de participación e intercambio durante la actividad;
- ✓ Temas que generaron mayor identificación, interés o debate;
- ✓ Dificultades o resistencias que aparecieron;
- ✓ Cambios en la manera de nombrar ciertas situaciones;
- ✓ Percepciones sobre la utilidad del encuentro;
- ✓ Necesidades o temas que el grupo quisiera seguir trabajando.

La combinación de ambos planos —cuantitativo y cualitativo— permite construir una mirada más completa sobre el proceso.

9.3. LA IMPORTANCIA DE LA EVALUACIÓN PARTICIPATIVA.

En estas temáticas, la evaluación participativa tiene un valor especial porque permite recuperar la voz de quienes forman parte del proceso. No se trata solo de que alguien mida desde afuera, sino de habilitar espacios para que las personas puedan expresar qué les dejó la experiencia, qué les resultó significativo, qué dudas aparecieron y qué aspectos les gustaría profundizar.

Esto es importante porque fortalece la participación y el sentido de pertenencia, permite recoger información que no siempre aparece en un registro formal, ayuda a construir propuestas más conectadas con las necesidades reales del grupo y reconoce que quienes participan también producen conocimiento sobre lo que funciona y lo que no.

9.4. ALGUNAS PREGUNTAS ÚTILES PARA CERRAR UNA ACTIVIDAD.

Al finalizar un encuentro, taller o jornada, puede ser útil abrir un espacio breve de devolución con preguntas simples, claras y abiertas. No hace falta que se trate de una instancia extensa ni formal; muchas veces alcanza con unos minutos de cierre bien orientados.

Algunas preguntas posibles son

- ✓ ¿Qué idea, escena o reflexión te llevás de este encuentro?
- ✓ ¿Qué fue lo que más te resonó o te resultó significativo?
- ✓ ¿Hubo algo que te ayudó a mirar un vínculo o una situación de otra manera?
- ✓ ¿Qué tema te gustaría seguir trabajando?
- ✓ ¿Qué parte de la actividad te resultó más útil?
- ✓ ¿Qué cambiarías o mejorarías para un próximo encuentro?

Estas preguntas pueden responderse oralmente, por escrito, en pequeños grupos o mediante dinámicas breves como palabras sueltas, tarjetas, afiches o formularios simples.

9.5. HERRAMIENTAS SIMPLES PARA REGISTRAR PROCESOS.

No siempre se necesitan instrumentos complejos para hacer seguimiento. Muchas veces alcanza con registros sencillos, sostenidos y consistentes.

Algunas herramientas posibles son

- ✓ Planillas básicas de asistencia;
- ✓ Registro breve de cada actividad realizada;
- ✓ Notas del equipo coordinador sobre lo que funcionó y lo que no;
- ✓ Devoluciones escritas de participantes;
- ✓ Registro de temas emergentes o demandas reiteradas;
- ✓ Sistematización de derivaciones o articulaciones realizadas, cuando corresponda.

Lo importante no es acumular información por acumular, sino producir un registro que realmente sirva para pensar y mejorar la práctica.

9.6. QUÉ CONVIENE MIRAR MÁS ALLÁ DE LOS NÚMEROS

A veces una actividad con mucha participación no necesariamente genera un proceso significativo, y a veces un encuentro pequeño puede tener un impacto muy valioso. Por eso, además de contar asistentes o talleres, conviene prestar atención a otras señales más cualitativas. Por ejemplo:

- ✓ Si el grupo pudo participar activamente o si predominó el silencio;
- ✓ Si se generó confianza para preguntar o compartir opiniones;
- ✓ Si aparecieron nuevas preguntas o nuevas maneras de nombrar las violencias;
- ✓ Si se logró problematizar alguna naturalización importante;
- ✓ Si se fortalecieron redes, articulaciones o vínculos entre actores del territorio;
- ✓ Si la propuesta abrió continuidad o dejó materiales que puedan seguir circulando.
- ✓ Estas dimensiones ayudan a valorar la calidad del proceso y no solo su volumen.

9.7. MONITOREAR TAMBIÉN ES CUIDAR

En una caja de herramientas como esta, el monitoreo no debería pensarse solo como un modo de medir resultados, sino también como una forma de cuidado. Registrar cómo se sintieron las personas, qué situaciones movilizó la actividad, si surgieron relatos sensibles o si fue necesario orientar a alguien hacia recursos de acompañamiento también forma parte de una evaluación responsable.

Esto es especialmente importante cuando se trabaja con adolescencias, con grupos atravesados por experiencias de violencia o con personas que pueden reconocerse en las escenas abordadas. Evaluar también implica preguntarse si el espacio fue cuidado, si el encuadre resultó adecuado y si quienes participaron pudieron retirarse con herramientas, información y sostén.

9.8. PARA CERRAR ESTE APARTADO.

La evaluación no es un paso posterior ni separado del proceso: es parte del trabajo mismo. Permite registrar lo que pasó, valorar aprendizajes, ajustar metodologías y sostener intervenciones cada vez más pertinentes y situadas.

Cuando se la entiende de este modo, deja de ser una instancia meramente técnica para convertirse en una herramienta de reflexión, mejora y fortalecimiento de las prácticas. Evaluar, en definitiva, también es una forma de cuidar lo que se construye en cada encuentro, en cada taller y en cada experiencia colectiva.

10.

Bibliografía, recursos y herramientas culturales

Esta sección reúne materiales de consulta, marcos normativos, textos teóricos, informes, guías, recursos institucionales y propuestas culturales que pueden enriquecer el trabajo con vínculos saludables, buen trato, consentimiento, diversidad y prevención de las violencias.

La idea es que funcione como una caja de herramientas dentro de la propia caja de herramientas: un repertorio de materiales para leer, mirar, escuchar y trabajar en talleres, escuelas, instituciones, organizaciones y espacios comunitarios.

Para facilitar su uso, cada recurso incluido a continuación incorpora una breve referencia sobre su contenido o utilidad. En los casos de marcos normativos, informes, guías o recursos institucionales, se agregan enlaces de consulta.

Marco Normativo Básico

Ley Nacional N.º 26.150 – Educación Sexual Integral

Reconoce el derecho a recibir educación sexual integral y ofrece un marco clave para trabajar afectividad, diversidad, cuidado y derechos.

Enlace: <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26150-121222/texto>

Ley Nacional N.º 26.061 – Protección Integral de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes

Afirma que niñas, niños y adolescentes son sujetos de derecho y orienta las respuestas de protección, escucha y acompañamiento.

Enlace:

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/110778/texto>

Ley Nacional N.º 26.485 – Protección Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres

Marco nacional central para comprender tipos y modalidades de violencia por motivos de género y las obligaciones estatales de respuesta.

Enlace: <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26485-152155/texto>

Ley Provincial N.º 13.348 – Santa Fe

Adhesión provincial a la Ley 26.485 y base para la organización de políticas de prevención, asistencia y protección en la provincia.

Enlace: <https://www.argentina.gob.ar/normativa/provincial/ley-13348-123456789-0abc-defg-843-3100svorpyel/actualizacion>

Ley Provincial N.º 11.529 – Violencia Familiar (Santa Fe)

Herramienta específica para casos de violencia familiar y para solicitar medidas urgentes de protección.

Enlace:

<https://www.santafe.gov.ar/index.php/web/content/download/73602/357272/file/ley-violencia-familiar.pdf>

Ley Nacional N.º 26.743 – Identidad de Género

Reconoce el derecho a la identidad de género autopercibida y al trato digno en todos los ámbitos.

Enlace: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ley-26.743-identidad-de-genero_0.pdf

10.1. Marco Normativo Básico

Ley Nacional N.º 26.150 – Educación Sexual Integral

Reconoce el derecho a recibir educación sexual integral y ofrece un marco clave para trabajar afectividad, diversidad, cuidado y derechos.

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26150-121222/texto>

Ley Nacional N.º 26.061 – Protección Integral de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes

Afirma que niñas, niños y adolescentes son sujetos de derecho y orienta las respuestas de protección, escucha y acompañamiento.

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/110778/texto>

Ley Nacional N.º 26.485 – Protección Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres

Marco nacional central para comprender tipos y modalidades de violencia por motivos de género y las obligaciones estatales de respuesta.

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26485-152155/texto>

Ley Provincial N.º 13.348 – Santa Fe

Adhesión provincial a la Ley 26.485 y base para la organización de políticas de prevención, asistencia y protección en la provincia.

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/provincial/ley-13348-123456789-0abc-defg-843-3100svorpyel/actualizacion>

Ley Provincial N.º 11.529 – Violencia Familiar (Santa Fe)

Herramienta específica para casos de violencia familiar y para solicitar medidas urgentes de protección.

<https://www.santafe.gov.ar/index.php/web/content/download/73602/357272/file/ley-violencia-familiar.pdf>

Ley Nacional N.º 26.743 – Identidad de Género

Reconoce el derecho a la identidad de género autopercibida y al trato digno en todos los ámbitos.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ley-26.743-identidad-de-genero_0.pdf

Ley Nacional N.º 27.499 – Ley Micaela

Establece la capacitación obligatoria en género para quienes integran los tres poderes del Estado.

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-27499-318666/texto>

Código Civil y Comercial de la Nación

Especialmente útil para trabajar autonomía, igualdad, proyecto de vida en común, uniones convivenciales y relaciones de familia.

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26994-235975/texto>

10.2. Bibliografía teórica y académica

Las obras de este apartado se consignan como bibliografía de consulta, sean de acceso abierto o no. Se omiten enlaces comerciales para preservar el carácter institucional del material.

Dora Barrancos – Mujeres en la sociedad argentina: una historia de cinco siglos

Recorrido histórico que permite comprender cómo se construyeron las desigualdades de género en Argentina y por qué siguen impactando en la vida cotidiana y en los vínculos.

Luis Bonino – Micromachismos

Aporta claves para identificar formas sutiles, cotidianas y naturalizadas de desigualdad y control en los vínculos.

<https://www.luisbonino.com/>

Judith Butler – El género en disputa

Texto fundamental para pensar el género como construcción social, cuestionar el binarismo y ampliar una mirada crítica sobre identidad y normas.

Ana María Fernández – La mujer de la ilusión

Obra clave para pensar subjetividad, amor, mandatos y modos de construcción de lo femenino en la cultura.

bell hooks – Todo sobre el amor

Propone pensar el amor no como posesión o sacrificio, sino como práctica ética, cuidado, verdad y responsabilidad.

Eva Illouz – Por qué duele el amor

Analiza los vínculos amorosos en la modernidad, la desigualdad afectiva y las tensiones entre deseo, autonomía y mercado.

Marcela Lagarde – Claves feministas para la autoestima de las mujeres

Material muy útil para trabajar autonomía, amor propio, cuidado de sí y desmontaje de mandatos que debilitan la subjetividad.

<https://ru.ceiich.unam.mx/handle/123456789/3307>

Marcela Lagarde – Los cautiverios de las mujeres

Obra central del feminismo latinoamericano para pensar mandatos, subordinación y construcción histórica de roles de género.

Irene Meler – Relaciones de género, subjetividad y vida cotidiana

Aporta herramientas desde la psicología y los estudios de género para pensar vínculos, desigualdad y vida cotidiana.

10.2. Bibliografía teórica y académica

Graciela Morgade – Toda educación es sexual

Referencia importante para articular ESI, afectividad, escuela, derechos y perspectiva de género.

Rita Segato – La guerra contra las mujeres

Analiza las violencias por motivos de género en clave estructural y política, y resulta muy potente para comprender el carácter social de la violencia.

Rita Segato – Contra-pedagogías de la crueldad

Texto breve y potente para pensar cómo se aprende socialmente la desensibilización frente al dolor ajeno.

Débora Tajer – Género y salud mental

Muy útil para pensar malestares, subjetividad y desigualdad desde una perspectiva clínica y social.

Mara Viveros Vigoya – La interseccionalidad: una aproximación situada

Aporta claves para pensar cómo género, clase, raza, sexualidad y otras desigualdades se articulan en experiencias concretas.

<https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/75757>

10.3. Informes, guías y materiales institucionales

ESI – Argentina

Portal con materiales educativos, secuencias didácticas y recursos para trabajar afectividad, diversidad, cuidado y derechos en el ámbito educativo.

<https://www.argentina.gob.ar/educacion/esi>

Oficina de la Mujer – Corte Suprema de Justicia de la Nación

Ofrece informes, estadísticas y materiales sobre femicidios, violencia de género y acceso a justicia.

<https://www.csjn.gov.ar/om>

Registro Nacional de Femicidios de la Justicia Argentina

Fuente central para trabajar datos oficiales sobre la forma más extrema de la violencia de género en el país.

<https://www.csjn.gov.ar/omrecopilacion/omfemicidio/mapafemicidioaaaa.html>

Ministerio Público de la Acusación de Santa Fe

Sitio de consulta para informes provinciales, recursos institucionales y vías de denuncia.

<https://mpa.santafe.gov.ar>

10.3. Informes, guías y materiales institucionales

Ley Micaela Santa Fe

Reúne capacitaciones, materiales y recursos provinciales para el trabajo con perspectiva de género.

<https://www.santafe.gov.ar/leymicaela/>

UNICEF Argentina – Convivencia Digital en la Adolescencia

Guía reciente para trabajar con adolescentes riesgos, cuidados y convivencia en entornos digitales.

<https://www.unicef.org/argentina/informes/convivencia-digital-adolescencia>

UNICEF Argentina – Guía de sensibilización sobre convivencia digital

Material para docentes, referentes y familias sobre ciudadanía digital, ciberbullying, sexting y grooming.

<https://www.unicef.org/argentina/informes/guia-de-sensibilizacion-sobre-convivencia-digital>

UNICEF Argentina – Kids Online 2025

Informe con evidencia actualizada sobre usos, riesgos y oportunidades de la vida digital de niñas, niños y adolescentes.

<https://www.unicef.org/argentina/informes/kids-online-ninios-ninias-adolescentes-conectados>

Canal Encuentro

Repositorio de materiales audiovisuales educativos que pueden servir como disparadores para talleres y clases.

<https://encuentro.gob.ar>

ONU Mujeres

Sitio con campañas, marcos conceptuales y recursos sobre igualdad de género y prevención de violencias.

<https://www.unwomen.org/es>

10.4. Recursos culturales y expresivos

El arte y la cultura pueden ser una vía muy potente para trabajar vínculos, género, diversidad y prevención de las violencias. Muchas veces permiten abrir preguntas, producir identificación y abordar escenas de la vida cotidiana desde una dimensión emocional y simbólica.

Por eso, esta sección reúne algunas obras concretas que pueden utilizarse en talleres, escuelas, espacios comunitarios o procesos de formación individual.

Cometierra – Dolores Reyes

Novela argentina centrada en una adolescente de barrio atravesada por la violencia, las desapariciones y el cuidado comunitario. Puede servir para trabajar violencia machista, ausencias del Estado, adolescencias y redes de sostén.

10.4. Recursos culturales y expresivos

Las malas – Camila Sosa Villada

Novela sobre comunidad travesti, exclusión, ternura y supervivencia. Muy potente para trabajar diversidad, violencia estructural y dignidad.

Yo nena, yo princesa – Gabriela Mansilla, Alfredo Grande y Valeria Pavan

Testimonio clave sobre identidad de género en la infancia, acompañamiento familiar y lucha por derechos.

<https://www.ungs.edu.ar/libro/yo-nena-yo-princesa>

Elena sabe – Claudia Piñeiro

Novela que permite pensar mandatos de género, cuidado, dependencia, silencios y opresión cotidiana.

Todos deberíamos ser feministas – Chimamanda Ngozi Adichie

Ensayo breve, claro y accesible para introducir conversaciones sobre feminismo, desigualdad y vida cotidiana.

<https://www.chimamanda.com/we-should-all-be-feminists/>

Los hombres me explican cosas – Rebecca Solnit

Ensayo sobre silenciamiento, mansplaining y desigualdad en la palabra pública y privada. Muy útil para pensar micromachismos.

Yo nena, yo princesa (película)

Película argentina basada en la historia de Luana, útil para trabajar identidad, derechos, escuela y acompañamiento.

<https://www.imdb.com/title/tt16378034/>

XXY – Lucía Puenzo

Película importante para abordar intersexualidad, cuerpos, decisión, familia y diversidad.

<https://www.imdb.com/title/tt0995829/>

Tomboy – Céline Sciamma

Película sensible para trabajar infancia, identidad, expresión de género y vínculos familiares.

<https://www.imdb.com/title/tt1847731/>

Las mil y una – Clarisa Navas

Película argentina sobre adolescencias, deseo, barrio y vínculos. Puede funcionar muy bien para trabajar juventudes y afectividad.

<https://www.imdb.com/title/tt10944126/>

10.5. Canciones, teatro y artes visuales: recursos concretos para trabajar

Las canciones, las obras teatrales y las producciones visuales pueden ser herramientas muy valiosas para abrir conversaciones sobre vínculos, desigualdades, consentimiento, diversidad y violencias. Su potencia está en que permiten entrar a estos temas desde la emoción, la identificación y la experiencia, sin reducir el trabajo a una explicación conceptual.

Bien elegidos y bien acompañados, estos materiales ayudan a que las personas reconozcan escenas de su vida cotidiana, pongan en palabras malestares y construyan nuevas preguntas.

Canciones para trabajar vínculos, mandatos y autonomía

“Canción sin miedo” – Vivir Quintana

Se convirtió en un himno colectivo contra las violencias machistas en América Latina. Puede servir para trabajar memoria, denuncia pública, dimensión estructural de la violencia y fuerza de lo colectivo.

<https://www.youtube.com/watch?v=VLLyzqkH6cs>

“Se dice de mí” – Tita Merello

Permite pensar estereotipos, juicios sobre los cuerpos, mandato de feminidad y formas históricas de ridiculización o desvalorización de las mujeres.

https://www.youtube.com/results?search_query=tita+merello+se+dice+de+mi

Canciones populares o actuales elegidas por el grupo

También puede ser muy útil trabajar con canciones que el propio grupo escuche y que permitan preguntar qué modelo de amor aparece, si hay posesión, dependencia o control, y qué se presenta como romántico cuando en realidad puede ser una señal de desigualdad.

<https://www.youtube.com/>

Teatro y recursos escénicos

Lecturas dramatizadas o adaptación de “Yo nena, yo princesa”

Puede funcionar muy bien para abordar identidad de género, acompañamiento familiar, escuela y derechos, especialmente en espacios educativos y comunitarios.

<https://www.ungs.edu.ar/libro/yo-nena-yo-princesa>

Escenas breves creadas por el propio grupo

Trabajar con microescenas construidas en taller —por ejemplo sobre control del celular, celos, discriminación o consentimiento— permite pasar de la reflexión a la dramatización y ensayar respuestas colectivas.

https://es.wikipedia.org/wiki/Teatro_foro

10.5. Canciones, teatro y artes visuales: recursos concretos para trabajar

Teatro foro

Formato muy útil para presentar una escena de conflicto o desigualdad e invitar al grupo a intervenir, proponer alternativas o representar otros desenlaces.

https://es.wikipedia.org/wiki/Teatro_foro

Artes visuales y recursos gráficos

Campañas gráficas sobre buen trato, diversidad y prevención de violencias

Afiches, placas, pines o campañas visuales sirven para analizar mensajes, identificar estereotipos y producir materiales propios en talleres.

<https://www.unwomen.org/es/digital-library/multimedia>

Muestras fotográficas o collages colectivos

Una propuesta útil es construir una muestra simple con imágenes o palabras sobre vínculos que cuidan, señales de alerta, redes que abrazan o escenas cotidianas de respeto y autonomía.

<https://encuentro.gob.ar/>

Murales e intervenciones territoriales

Muy valiosos para cerrar procesos grupales o comunitarios y dejar una marca visible del trabajo realizado en el espacio común.

<https://www.unicef.org/argentina/>

Cómo trabajarlos

Para que estos recursos no queden solo como un disparador, conviene acompañarlos con preguntas simples: ¿qué vínculo aparece?, ¿qué emociones genera?, ¿qué mandatos de género se reconocen?, ¿qué señales de alerta o de cuidado se pueden identificar?, ¿qué se parece a escenas de la vida cotidiana?

En lugar de usar demasiados materiales a la vez, suele funcionar mejor elegir uno o dos recursos bien trabajados. A veces una sola canción, una escena breve o una imagen alcanza para abrir una conversación profunda, siempre que haya tiempo para elaborar lo que aparece.

10.6. Para cerrar este apartado

La bibliografía, los materiales institucionales y los recursos culturales no cumplen la misma función, pero juntos pueden enriquecer mucho el trabajo de prevención, formación y sensibilización. Un texto teórico permite profundizar conceptos; una guía institucional orienta la intervención; una película, una novela o una canción pueden abrir una conversación difícil de otro modo.

Por eso, esta sección propone una mirada amplia sobre qué materiales pueden ayudarnos a pensar mejor los vínculos y a construir herramientas más sensibles, situadas y transformadoras. Leer, mirar, escuchar y producir cultura también puede ser una forma de cuidado, de prevención y de construcción de derechos.



Santa Fe

PROVINCIA

Ministerio de Igualdad
y Desarrollo Humano

Secretaría de Mujeres,
Género y Diversidad