



## Cómo afecta la violencia de género a la salud de la mujer

### Salud física

La violencia de género tiene un impacto directo en la salud física de la mujer. Puede provocar desde lesiones visibles como moretones, fracturas y heridas, hasta daños internos que pueden llevar a enfermedades crónicas ya un riesgo aumentado de discapacidades permanentes. Además, el dolor crónico, resultado de estas agresiones, afecta su calidad de vida y su capacidad para realizar actividades cotidianas, dejando secuelas a largo plazo en su bienestar físico.



### Salud mental

El impacto psicológico de la violencia de género es devastador y, en muchos casos, invisible. La mujer que vive en un entorno de violencia puede sufrir de ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático (TEPT). Estos trastornos no solo afectan su estabilidad emocional, sino que también impactan su capacidad para relacionarse, trabajar y cuidar de sí misma, creando una barrera para superar el trauma y buscar ayuda profesional.

### Salud reproductiva

La violencia de género también afecta la salud reproductiva. Las mujeres en estas situaciones pueden enfrentarse a embarazos no deseados, complicaciones en el embarazo, e incluso un mayor riesgo de infecciones de transmisión sexual (ITS). Este daño no solo repercute en su salud física, sino también en la emocional, aumentando la sensación de vulnerabilidad y dependencia en el contexto de la relación violenta.



### Salud social

El aislamiento social es otro impacto de la violencia de género. La mujer que sufre abuso puede perder sus redes de apoyo debido al estigma, la vergüenza o el control de su pareja, lo que incrementa su aislamiento. Sin un sistema de apoyo, enfrentarse al abuso y superarlo se vuelve aún más difícil, perpetuando el ciclo de violencia y reduciendo las posibilidades de encontrar una salida.

### Además de los efectos a largo plazo...

La violencia de género puede llevar a efectos negativos a largo plazo en la salud general de la mujer. Con el tiempo, el estrés y el trauma pueden contribuir al desarrollo de enfermedades crónicas como hipertensión, enfermedades cardíacas, problemas digestivos y riesgo de adicción. Además, el deterioro en su salud mental y física puede reducir su esperanza de vida, afectando profundamente tanto su bienestar como el de su entorno.

