



VIOLENCIA DE GÉNERO

PRÁCTICAS DE VIOLENCIA – LA VIOLENCIA ESTÉTICA

Índice

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA ESTÉTICA?	3
Características de la violencia estética	4
Consecuencias de la violencia estética	5

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA ESTÉTICA?

Normalmente, cuando pensamos en violencia, nos enfocamos en su manifestación física o psicológica.

Sin embargo, **en nuestra vida cotidiana nos enfrentamos a formas más sutiles o silenciosas de abuso** que son igualmente perjudiciales. Entre estas formas de abuso se encuentra la **violencia estética**.

La violencia estética hacia las mujeres se refiere a la discriminación, el acoso y la opresión que sufren las mujeres debido a su apariencia física, su cuerpo, su vestimenta o cualquier otro aspecto relacionado con su imagen.

Actualmente, las mujeres y las niñas **están más expuestas** a la violencia estética a través de **redes sociales** como Instagram y TikTok, que se basan en compartir imágenes y vídeos, frecuentemente con filtros, donde los estándares de belleza hegemónicos tienen una gran influencia.

Esto implica **un aumento de las exigencias relacionadas con la apariencia física** de las mujeres, así como un mayor acceso y exposición a estas presiones, favoreciendo el acceso a:

- Numerosas **dietas restrictivas**.
- **Obsesión** con el gimnasio y el deporte.
- Acceso a medicamentos y **productos “milagrosos”**.
- **Tratamientos estéticos o “retoques”**: inyecciones de relleno dérmico, Botox, tratamientos láser y Microblading entre otros procedimientos.
- **Operaciones de cirugía estética**: las más comunes son las cirugías de pecho, la liposucción, la abdominoplastia, la cirugía de párpados, la rinoplastia y la cirugía de orejas u otoplastia.

Características de la violencia estética

- **Presión por cumplir con ideales de belleza** poco realistas.
- **Comentarios y críticas sobre la imagen corporal.** Incluso entre mujeres, surgen críticas como “eres un desastre”, “no te cuidas”, “deberías arreglarte un poco” ... Sentimos la necesidad de mejorar nuestros cuerpos para ser aceptadas por la sociedad.
- **Sexista:** impone estándares de belleza específicos que refuerzan y perpetúan la desigualdad entre hombres y mujeres. Aunque puede afectar a todas las personas, la presión y la exigencia social recae principalmente en mujeres. Por ejemplo, en los hombres está bien visto que tengan “tripita” o “canas”, pero en las mujeres esto se interpreta como señal de descuido.
- **La competencia entre mujeres** se desarrolla cuando se establece una comparación constante entre ellas en términos de belleza, cuerpo, ropa y otros aspectos relacionados con la apariencia.
- **Racial:** normalmente destacan los cuerpos que se ajustan a estándares occidentales, por ejemplo, la piel blanca, dejando de lado la diversidad corporal que a veces está vinculada al contexto racial y a las condiciones geográficas.
- **Rechaza la concepción de la vejez como belleza** y favorece rostros que carecen de arrugas o manchas en la piel. El ideal de belleza femenino ha generado una obsesión por mantener una apariencia joven, considerándola un requisito esencial para ser considerada hermosa.

Consecuencias de la violencia estética

- **Ansiedad.**
- **Inseguridad**/insatisfacción corporal.
- Bajo **estado de ánimo.**
- Impacto negativo en la **autoestima.**
- Desarrollo de **problemas** relacionados con la **alimentación.**
- Sensaciones de **discriminación y exclusión** social y laboral.
- Impacto en las **relaciones interpersonales.**