



## Volar con alas propias

*Oana, víctima de violencia de género, relata el infierno que vivió y cómo ha encontrado una salida, acompañada por personas del Programa de Mujer de Caritas Valladolid.*

*Gema Martín Borrego. Caritas Española*

El infierno de Oana empezó al poco tiempo de iniciar su relación de pareja. “Los primeros meses fueron perfectos –recuerda–. Me sentía valorada y respetada”. Todo cambió tras la muerte de su suegra. “Él dio un giro tremendo” y comenzó el maltrato psicológico, que fue avanzando de una manera escalonada durante los ocho años en los que estuvieron juntos.

Primero llegaron los insultos, luego el rechazo durante su primer embarazo y, finalmente, el control absoluto de su vida. “Y pasó al siguiente escalón: agredirme físicamente cuando estaba esperando a mi segundo hijo. Lo hizo delante de mi niño mayor, que se asustó mucho. Fue el detonante. Esa noche hice de todo para sobrevivir y ponerme a salvo con mis hijos”, relata esta vallisoletana de 30 años, natural de Rumanía y madre de dos niños.

## Banderas rojas

Oana, que fue residente en una casa de acogida de Caritas Valladolid para mujeres víctimas de violencia de género, y ahora es voluntaria, ha querido contarnos estos terribles episodios de su vida “para que sirvan a cualquier persona que se encuentre en una relación abusiva, y le ayuden a identificar banderas rojas y actitudes intolerables”.

*“para que sirvan a cualquier persona que se encuentre en una relación abusiva, y le ayuden a identificar banderas rojas y actitudes intolerables”.*



“Al principio, yo toleraba muchas cosas. Cada vez que me insultaba lo justificaba como un momento puntual e impulsivo que prometía corregir. Soy una persona muy paciente y entré en la dinámica en la cual él pedía perdón, se explicaba y lo volvía a hacer, una y otra vez, prometiendo que iba a cambiar. Pero nunca llegó a cambiar y esa actitud se normalizó”, recuerda.

El embarazo y nacimiento del niño empeoró todo. “Rechazó a nuestro hijo desde el minuto uno, porque decía que yo le dedicaba mucho tiempo. Sin embargo, en otras ocasiones me acusaba de mala madre”, explica Oana. “La utilización de los menores para ejercer acoso y control sobre las víctimas de la violencia de género es frecuente y complejo”, advierten desde el Programa de Mujer de Caritas Valladolid.

La pandemia convirtió el día a día de Oana en un infierno. Y cuando, por fin, pudo salir a la calle, su marido la sometió a un control abusivo. “No me daba dinero, ni me dejaba ir a ningún sitio sin su permiso, ni podía decidir qué comeríamos para cenar”.

## Buscando la salida

Como otras mujeres que llegan a los proyectos (dos) para víctimas de violencia de género de Caritas Valladolid –“Sin Miedo” ofrece apoyo psicológico y social a nivel ambulatorio y “Nueva Esperanza” es un recurso residencial–, Oana era consciente de su realidad, pero le resultó muy difícil salir de ella. “Te sientes encerrada en una habitación de muros indestructibles, anulada por tu pareja y con sentimientos de culpa”, explica.

“Algunas víctimas ni siquiera pueden explicar lo que les está sucediendo, mientras que otras son plenamente conscientes de sus circunstancias, pero sienten miedo o culpa o no están preparadas para cambiar su convivencia. Nos esforzamos por personalizar cada caso, considerando factores como su estado emocional, seguridad, apoyos disponibles, y respetando sus decisiones”, intervienen las técnicas del Programa de Mujer de Caritas Valladolid.



## Mujeres muy vulnerables

Las mujeres que atienden provienen, generalmente, de contextos de gran dificultad social. “Tienen hijos a cargo, bajos niveles de educación, escasos recursos económicos y poco o nulo apoyo familiar. Una constante en sus vidas es la presencia de la violencia que, a menudo, se remonta a su infancia”, apuntan.

Por otra parte, en los últimos años, en Caritas Valladolid han advertido un aumento de las mujeres extranjeras en situación irregular que han enfrentado diversos tipos de abusos, y jóvenes que reproducen patrones culturales de desigualdad y experimentan nuevas formas de violencia a través de las nuevas tecnologías.

## Apoyo de Caritas

Caritas atiende anualmente a unas 80-90 mujeres a través de sus dos proyectos. Durante este año (hasta octubre), han apoyado a 73 mujeres y a 33 menores. “Sin Miedo” es un proyecto que arrancó hace 25 años para ofrecer una atención específica a las mujeres que llegaban a Caritas con circunstancias que, posteriormente, serían coincidentes con lo que hoy denominamos violencia de género. “Por supuesto, entendemos que los hijos son afectados, por lo que también les proporcionamos terapia psicológica”, añaden. También ofrecen orientación laboral y formación.

“Nueva Esperanza” es un recurso residencial que, en la actualidad, cuenta con dos casas de acogida, una vivienda tutelada y dos viviendas de autonomía, que pueden acoger a 13 familias durante periodos largos, de 18 meses o más. “Muchas de las mujeres que llegan aquí han pasado por una situación crítica que les ha obligado a abandonar su hogar de manera abrupta y se ven forzadas a alejarse de su entorno. A menudo están desorientadas y temerosas, enfrentándose a un nuevo comienzo, lo cual es especialmente desafiante si están embarazadas o tienen hijos”, cuentan las responsables del recurso.

Así llegó Oana a Caritas. Con un hijo y otro en camino, huyendo de una agresión que dejó marcas en su cuerpo y en su alma. Tras un día en la calle, sin teléfono, sin documentación -su ex marido le quitó todo- y temiendo ser encontrada, fue a



# **Cáritas**

una comisaria. Allí recibió el apoyo de un policía, una psicóloga y una abogada y decidió denunciar. Ya no volvió a casa.

Las heridas van sanando. “Es como si tuvieses una cicatriz enorme en tu piel, y al principio no la puedes mirar, pero, poco a poco va curando, hasta que llegas a mirarla con orgullo al recordar que gracias a esto has aprendido a cuidarte y valorarte”, explica. El acompañamiento de Cáritas en este camino ha sido esencial en su recuperación. “A partir del día que entré en el programa, mi vida empezó de cero y mi mejor versión despertó”.

“Es un trabajo interminable -reconoce-, pero muy gratificante, porque desmontas todo aquello que antes te ataba y te permites volar con tus propias alas”.