



Until we are all equal



# No deberíamos tener que caminar con miedo

**Cómo las normas de género  
moldean la percepción de las niñas sobre  
la protección, el riesgo y la responsabilidad**

---

**Hallazgos de Real Choices, Real Lives**

# Tabla de contenidos

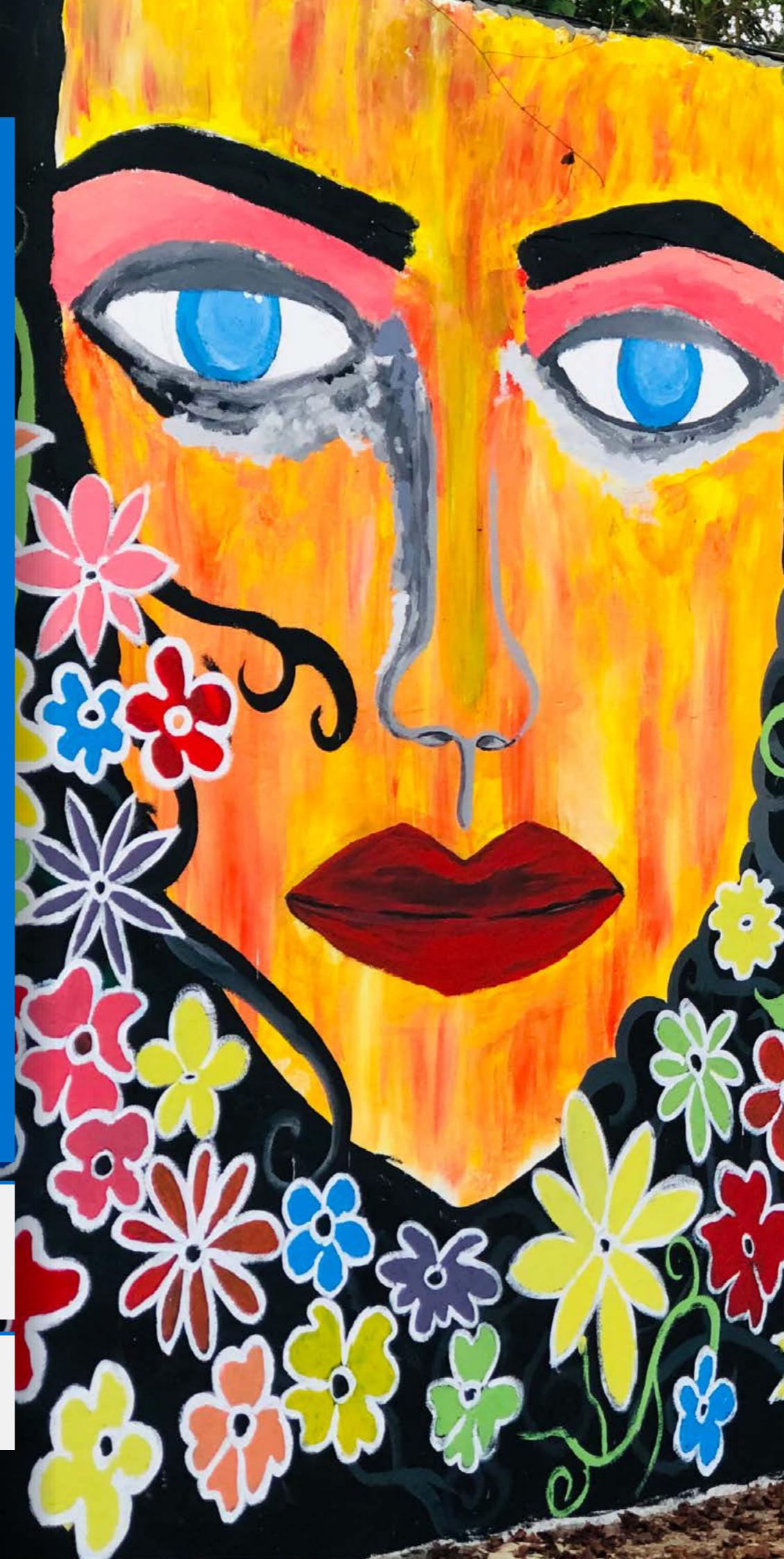
<b>Carta CEO España</b>	4
<b>Introducción</b>	6
<b>Contextualizando el problema</b>	12
Violencia y niñas adolescentes: la magnitud del problema	12
Los impactos de la violencia en las niñas adolescentes	13
¿Qué factores impulsan la violencia contra niñas y mujeres?	14
Entender la violencia: el modelo socioecológico	15
La importancia de entender las normas sociales para prevenir la violencia	16
Una oportunidad clave para el cambio	17
<b>Nuestro enfoque</b>	18
<b>Lo que dicen las niñas en sus propias palabras</b>	20
La amenaza de la violencia	20
¿Es la violencia masculina algo «natural»?	24
«Es responsabilidad de la niña asegurarse de que está protegida de cualquier daño»	27
El coste de las normas de protección	33
Niñas que desafían las normas sociales perjudiciales	37
<b>Conclusiones</b>	41
<b>Recomendaciones</b>	42
<b>Glosario</b>	47
<b>Agradecimientos</b>	49
<b>Notas finales</b>	50

## Atención

! Este informe incluye referencias y descripciones de violencia vivida por las niñas participantes del estudio, sus cuidadores y miembros de sus comunidades, así como otros temas sensibles y potencialmente perturbadores. Por favor, léalo con precaución y según su propio criterio.

## Aviso importante

! Todos los nombres de las participantes han sido modificados para proteger su privacidad e identidad, y se han eliminado las ubicaciones específicas.



## Acrónimos y abreviaturas

<b>AOD</b>	Ayuda Oficial al Desarrollo
<b>CDN</b>	Convención sobre los Derechos de la Niñez
<b>CEDAW</b>	Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer
<b>CoC</b>	Campeones y Campeonas del Cambio
<b>LAC</b>	Latinoamérica y el Caribe
<b>MGF/C</b>	Mutilación o ablación genital femenina
<b>MUIFT</b>	Matrimonios y uniones infantiles, tempranas y forzadas
<b>ODS</b>	Objetivos de Desarrollo Sostenible
<b>SEA</b>	Sudeste Asiático
<b>VCN</b>	Violencia Contra la Niñez
<b>VCM</b>	Violencia Contra las Mujeres
<b>VCMN</b>	Violencia Contra las Mujeres y las Niñas
<b>VG</b>	Violencia de Género
<b>VGFT</b>	Violencia de Género Facilitada por la Tecnología
<b>VP</b>	Violencia de pareja

# Caminar con miedo: las violencias contra niñas y adolescentes

**Real Choices, Real Lives** es un estudio de investigación único: Plan International ha seguido la vida de más de 100 niñas en 9 países de todo el mundo (Benín, Brasil, Camboya, República Dominicana, El Salvador, Filipinas, Togo, Uganda y Vietnam) desde su nacimiento en 2006 hasta su mayoría de edad en 2024. De esta manera, se ha recogido una importante y valiosa cantidad de información sobre los distintos aspectos de su vida y cómo se han ido modificando, o no, en todos estos años. Hemos conocido cómo se enfrentan al cambio climático a través de su educación, cómo les afecta la crisis del hambre o cómo defienden sus derechos sexuales y reproductivos.

En este informe *No deberíamos tener que caminar con miedo: Cómo las normas de género moldean la percepción de las niñas sobre la protección, el riesgo y la responsabilidad* conocemos cómo las chicas, a punto de cumplir ya sus 18 años, experimentan y entienden la violencia que viven y cómo intentan desafiarla. Nueve de cada diez chicas del estudio han vivido algún tipo de violencia desde los 11 años y, aunque ha ido disminuyendo la percepción de que la violencia ejercida por los hombres es algo “natural”, siguen pensando que es algo “inevitable”. Además, piensan que ellas tienen muchas veces la culpa de esas violencias que se ejercen contra ellas, por no cumplir con las expectativas. Por eso, cambian sus comportamientos, restringen sus movimientos y limitan la toma de decisiones sobre sus vidas. Esto tiene un impacto directo sobre sus oportunidades educativas y de desarrollo, y de participación en la vida comunitaria en igualdad de condiciones.

Niñas, niños y adolescentes tienen derecho a vivir una vida libre de cualquier tipo de violencia y merecen crecer en un entorno seguro donde puedan desarrollarse plenamente. Las niñas y los niños viven diferentes tipos de violencia; ellas están más expuestas a la violencia de tipo sexual y otras violencias por razón de género, como los embarazos tempranos o los matrimonios forzados, y especialmente corren el riesgo de sufrir mayor violencia cuando alcanzan la adolescencia. Según datos de UNICEF de 2024, una de cada ocho niñas y mujeres han sufrido violaciones o abusos sexuales antes de los 18 años. En entornos de crisis, los riesgos de violencia contra la infancia se incrementan, y las niñas tienen un riesgo incluso mayor; tal como se menciona en el estudio, cuatro de cada diez adolescentes que viven en contextos de emergencia han sufrido violencia de pareja.

Es fundamental entender y transformar las normas sociales y de género para prevenir las distintas formas de violencia que afectan a las niñas y mujeres jóvenes. Plan International acompaña a niñas, niños y adolescentes a desafiar estas normas a través del programa Campeonas y Campeones del Cambio, que trabaja para prevenir violencias y promover la igualdad entre jóvenes de todo el mundo. Además, insta a los agentes sociales, gobiernos, organizaciones no gubernamentales y autoridades locales a ratificar y respetar todos los convenios y acuerdos internacionales pertinentes en materia de derechos humanos, invertir en una educación transformadora de género que sea inclusiva y de calidad, apoyar y fortalecer los sistemas de protección y los mecanismos de denuncia de violencia de género, y a dar espacio a las niñas y los niños para que sean voces activas y agentes de cambio.

El 41% de las adolescentes consultadas en el estudio no se ha sentido escuchada por las personas adultas. Es necesario respetar y hacer valer su voz y su capacidad de agencia para superar los retos relacionados con la violencia de género a los que se enfrentan, con el objetivo de que todas puedan caminar seguras y sin miedo.

Carta de la directora general de Plan International España  
Concha López



Adolescentes en la escuela en el distrito de Kalikot, Nepal  
© Plan International

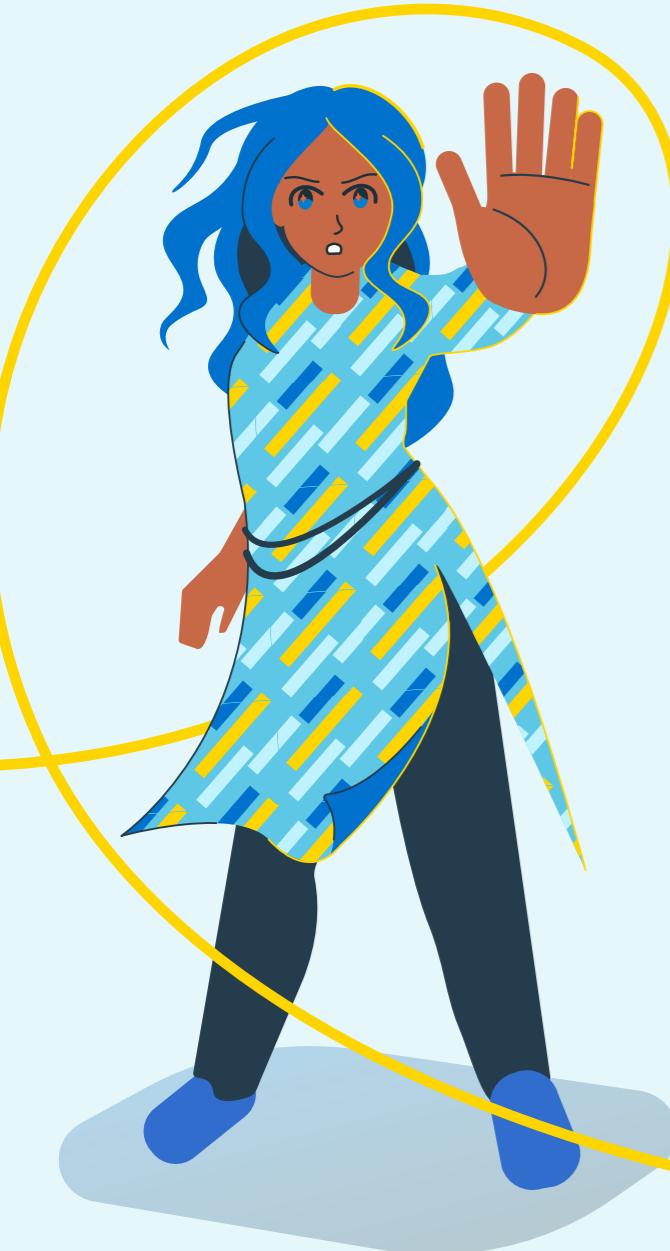
# Introducción

**La violencia de género (VG) es una de las violaciones de los derechos humanos más generalizadas en el mundo, que afecta a niñas y mujeres en todos los rincones del planeta y en varios ámbitos de sus vidas.**

A nivel global, una niña o mujer es asesinada por un hombre cada diez minutos,<sup>1</sup> y una de cada tres ha sufrido algún tipo de violencia a lo largo de su vida.<sup>2</sup> Esto equivale a más de **mil millones de víctimas y supervivientes**, es decir, una de cada ocho personas en el planeta.<sup>3</sup>

**Las chicas adolescentes son especialmente vulnerables a la VG.** Sufren formas específicas de violencia, como la mutilación o ablación genital femenina (MGF/C) y los matrimonios y las uniones infantiles, tempranas y forzadas (MUITF). Además, las niñas adolescentes están expuestas a un mayor riesgo de sufrir ciertos tipos de violencia de género, como la violencia de pareja (VP) y la violencia sexual, cuyas consecuencias pueden tener un impacto a lo largo de sus vidas. La violencia que viven las niñas adolescentes<sup>b</sup> ocurre en el entorno familiar, en sus relaciones íntimas, en sus comunidades y —cada vez más— en los espacios digitales, donde adopta formas nuevas y profundamente preocupantes.

La violencia de género (VG) afecta a la salud y al bienestar de las niñas adolescentes, limita su acceso y permanencia en el sistema educativo, restringe su autonomía en la toma de decisiones y su participación cívica, y vulnera sus derechos humanos. Además del coste humano, la VG contra niñas y mujeres impone cargas económicas significativas y debilita las inversiones nacionales en salud, educación y protección social.<sup>3,4</sup>



<sup>a</sup> Plan International utiliza el término «superviviente» para referirse a las personas que han sufrido violencia, reconociendo la capacidad de acción de la persona sobreviviente y cambiando el enfoque de su victimización hacia su fortaleza y resiliencia. El término «victima» se emplea para referirse a las personas que han fallecido como resultado de la agresión que sufrieron. A lo largo de este informe, cuando las niñas del estudio u otras fuentes utilizan el término «victima», este se mantiene fielmente.

<sup>b</sup> Aunque la violencia también afecta a niños y hombres, la violencia de género socialmente asignada afecta de manera desproporcionada a las niñas y mujeres, especialmente a aquellas que enfrentan múltiples y simultáneas formas de explotación y opresión.

La violencia contra niñas y mujeres es una crisis **global urgente**, cuyas causas se encuentran en normas sociales de género profundamente arraigadas y dañinas, y cuyas consecuencias son devastadoras y duraderas. Sin embargo, los esfuerzos para poner fin a la violencia han contado históricamente con una financiación insuficiente.<sup>5</sup>

Hoy, en un momento en el que la inversión en prevención es más importante que nunca, los servicios fundamentales—incluidos los sistemas de protección infantil, los programas con enfoque transformador de género y la ayuda humanitaria—están enfrentando recortes devastadores debido a una reducción sin precedentes en la ayuda oficial al desarrollo (AOD):<sup>6</sup>

- La ayuda internacional de donantes oficiales cayó un 7 % en 2024 y se prevé que disminuya aún más: un 9 % y un 17 % entre 2024 y 2025.<sup>7</sup>
- Varios de los principales donantes han recortado la financiación destinada a acciones esenciales para poner fin a la violencia contra la infancia. Se estima que, para finales de 2025, habrá una disminución de 406 millones de dólares estadounidenses en fondos de desarrollo internacional y ayuda humanitaria dirigidos a erradicar la violencia contra la infancia.<sup>8</sup>
- Estos recortes catastróficos implican que casi la mitad de las organizaciones de mujeres podrían cerrar en el próximo año, y un 51 % ya se ha visto obligada a suspender programas, lo que pone en riesgo algunos programas de protección esenciales para niñas y mujeres.<sup>9</sup>

**! Esto significa que millones de niñas y mujeres en todo el mundo están en un riesgo aún mayor de sufrir violencia.**

**Estadísticas a nivel global:**



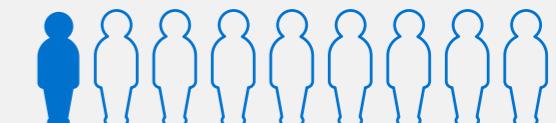
**Cada 10 minutos**

**una niña o mujer es asesinada por un hombre<sup>1</sup>**



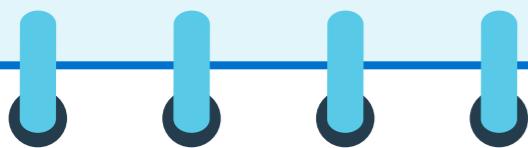
**1 de cada 3 niñas y mujeres**

**ha sufrido algún tipo de violencia a lo largo de su vida<sup>2</sup>**



**1 de cada 8 personas**

**se ha visto afectada, lo que equivale a más de mil millones de víctimas y supervivientes<sup>a</sup>**



## Protección contra la violencia: Posición de Plan International



Plan International **condena** **enérgicamente** todas las formas de violencia contra las niñas, los niños, los y las jóvenes, y se opone a los sistemas patriarcales que refuerzan la desigualdad de género y buscan controlar la vida y la sexualidad de niñas y mujeres a través de normas sociales impuestas.<sup>10</sup>



Plan International considera que la aceptación de la violencia es una **norma social perjudicial** que debe ser abordada con urgencia. Es imprescindible abordar con urgencia las normas sociales de género que justifican la violencia contra las niñas, los niños y los jóvenes —en especial contra las niñas y las mujeres jóvenes—, así como aquellas que culpabilizan, avergüenzan y estigmatizan a las víctimas y las supervivientes.<sup>11</sup>



Por ello, Plan International trabaja para **cuestionar y transformar las normas sociales de género perjudiciales** a lo largo de todo el ciclo de vida, abordando las causas profundas de la desigualdad mediante programas con enfoque transformador de género que buscan redefinir las relaciones desiguales de género y poder, para lograr la plena realización de los derechos de las niñas en toda su diversidad.<sup>12</sup>

Basándose en el análisis de datos históricos de la investigación *Real Choices, Real Lives* de Plan International, realizada con niñas en **nueve países durante 18 años** (Benín, Brasil, Camboya, República Dominicana, El Salvador, Filipinas, Togo, Uganda y Vietnam), esta investigación busca comprender las percepciones que tienen las niñas y adolescentes sobre la violencia y la protección, cómo se forman y refuerzan estas actitudes durante la adolescencia, y qué impacto tienen estas normas sociales perjudiciales interiorizadas en la movilidad, la autonomía y la toma de decisiones de las niñas.

**Nos centramos en las opiniones y experiencias de las niñas adolescentes** debido a su vulnerabilidad única y sus vivencias particulares frente a la violencia de género. También nos centramos en la adolescencia porque es una etapa en la que las normas sociales y de género se imponen con rigidez y son internalizadas por las niñas. Por ello, la **adolescencia representa una oportunidad clave para prevenir la violencia de género (VG) contra niñas y mujeres**.

*Real Choices, Real Lives* ofrece una contribución única al proporcionar un análisis longitudinal que explora cómo las niñas asumen las normas sociales perjudiciales sobre la violencia y la protección a medida que crecen, lo que muestra cómo estas creencias se consolidan o varían durante la adolescencia. *Real Choices, Real Lives* pone en primer plano las opiniones y experiencias de las niñas en sus propias palabras, y permite obtener **una visión más profunda de las complejas formas en que las normas sociales sobre la violencia y la protección afectan la vida cotidiana de las niñas, adolescentes y mujeres jóvenes**.

## Violencia de género y objetivos globales

Poner fin a la violencia de género contra niñas y mujeres está **firmemente respaldado por el derecho internacional**, incluida la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer (CEDAW)<sup>c</sup> y la Convención sobre los Derechos de la Niñez (CDN)<sup>d</sup>. Ambas convenciones imponen obligaciones a los Estados Parte para abordar las normas sociales y de género perjudiciales que fomentan la violencia. También está consagrado en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), con metas específicas bajo el **Objetivo 5: Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y niñas**, reconociendo que la violencia contra niñas y mujeres debilita sus derechos humanos, y que la igualdad de género no puede alcanzarse sin la erradicación de la violencia.<sup>e</sup>

Sin embargo, el avance hacia el logro del ODS 5 ha sufrido importantes retrocesos, impulsados por el aumento de los conflictos y la violencia, la disminución del acceso a la justicia y los altos niveles de discriminación contra las niñas, lo que ha resultado en su exclusión del derecho a la educación, la salud, el tiempo libre, la libertad de expresión y la participación.<sup>13,14</sup> A pesar de los esfuerzos legislativos, la mutilación o ablación genital femenina (MGF/C) continúa en muchos contextos, y se estima que cada año 12 millones de niñas son obligadas a casarse.<sup>15</sup>

Para acelerar los esfuerzos hacia la Agenda 2030 se requiere una inversión significativa en ayuda oficial al desarrollo (AOD). Los gobiernos deben cumplir con sus compromisos de AOD, y deben priorizar las iniciativas para poner fin a la violencia y promover la igualdad de género.



<sup>c</sup> Aunque la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW) no hace referencia explícita a la violencia, el Comité de la CEDAW ha establecido claramente, a través de las Recomendaciones Generales N.º 12, 19 y 35, que la violencia contra las mujeres constituye una violación de los derechos humanos y una forma grave de discriminación por razón de género, prohibida por el derecho internacional.

<sup>d</sup> Mencionado específicamente en el Artículo 19.

<sup>e</sup> Varios objetivos adicionales se relacionan con esta cuestión, como el Objetivo 5.9 sobre políticas y legislación para la igualdad de género, y el Objetivo 16.2 sobre la erradicación de todas las formas de violencia contra la niñez. La eliminación de la violencia también contribuye al logro del Objetivo 3: Salud y bienestar, y del Objetivo 4: Educación de calidad.



Advertencia sobre los peligros de la trata de niñas y niños en Camboya  
© Plan International / Stephan Rumpf

# Nuestros hallazgos clave



**El 91% de las niñas del estudio Real Choices, Real Lives informan haber experimentado violencia ya desde los 11 años.**



**El 68 % de las niñas**

en la adolescencia temprana perciben la violencia masculina como algo natural o como «algo que es simplemente así». Estas niñas piensan que los niños y los hombres son, por naturaleza, más violentos y agresivos que las mujeres.

- Con el tiempo, la adhesión a esta norma social disminuye hasta el 62 %.
- A medida que crecen, las niñas adolescentes tienden cada vez más a considerar que el comportamiento violento se aprende y se refuerza socialmente.
- Pero, a pesar de estos avances, la mayoría sigue creyendo —a los 18 años— que la violencia masculina es algo inevitable.

## ¿Por qué es importante esto?

Los estudios demuestran que cuando las niñas y mujeres adoptan actitudes que refuerzan la dominación masculina, la desigualdad de género y la idea de que la violencia es natural o esperada, tienen una mayor probabilidad de experimentar violencia de pareja (VP). <sup>16,17, g</sup>

<sup>f</sup> La adolescencia temprana se define comúnmente como el periodo entre los 10 y 14 años. Para los fines de este informe de investigación, utilizamos el término «adolescencia temprana» para referirnos al periodo en que las niñas del estudio tenían entre 11 y 15 años, a fin de alinearnos con nuestros ciclos de recolección de datos. En este informe, la «adolescencia tardía» hace referencia al periodo en que las niñas del estudio tenían 17 y 18 años.

<sup>g</sup> Los estudios muestran una asociación o correlación estadística entre ciertos factores de riesgo y la probabilidad de que las mujeres experimenten violencia de pareja (VP). Para obtener más información, véase Heise (2011) y Caribbean Development Bank (2020).



**El 57 % de las adolescentes**

entre 10 y 14 años cree que es su responsabilidad protegerse a sí misma de la violencia y el abuso.



Las niñas internalizan la idea de que están más expuestas a la violencia que los niños.



Esta creencia de que deben encargarse por sí mismas de su seguridad se refuerza con el tiempo: hacia la adolescencia tardía, hasta un 67 % de las niñas considera que debe ajustarse a las normas sociales sobre su movilidad, comportamiento y vestimenta para protegerse contra el daño.



## ¿Por qué es importante esto?

Cuando las niñas creen que son las únicas responsables de mantenerse a salvo, comienzan a **restringir sus movimientos y a vigilar su forma de vestir y con quién se relacionan**.

Con el tiempo, esta actitud favorece la creencia de que los niños deben tener más libertad que ellas, y que las niñas no son dignas de confianza para tomar sus propias decisiones.

**Esto tiene consecuencias graves para la movilidad, la autoestima, la autonomía, la participación y la capacidad de toma de decisiones de las niñas adolescentes.**

## Pero hay razones para tener esperanza.

Las niñas que participaron en el estudio de Real Choices, Real Lives demuestran que algunas normas sociales y de género relacionadas con la violencia y la protección pueden transformarse positivamente a lo largo de la adolescencia, a medida que ellas mismas cuestionan las desigualdades de género.



Con el tiempo, cada vez más niñas creen que la violencia es un comportamiento aprendido que puede desaprenderse, lo que demuestra que, a medida que crecen, desafían más las normas establecidas a medida que crecen.



A pesar de la norma de protección basada en el género, las niñas reconocen que tienen derecho a disfrutar de las mismas libertades que los niños y creen que un futuro con mayor igualdad de género es posible.



Las niñas piensan que las personas adultas deben escuchar sus voces cuando se trata de su protección y seguridad.

**¡Es hora de hacer eco de su llamado a la acción!**



**Debemos seguir invirtiendo en el cambio de normas sociales y en enfoques transformadores de género que empoderen a las niñas para cuestionar y resistir las normas de género perjudiciales.**



# Contextualizando el problema

## La violencia en las adolescentes: la magnitud del problema

### Las adolescentes se encuentran en una encrucijada crítica de vulnerabilidades frente a la violencia

Sufren violencia tanto por su condición de niñas, como por la violencia de género que enfrentan por ser niñas y mujeres jóvenes.



**A nivel global, la mitad de los niños y las niñas** de entre 2 y 17 años sufre algún tipo de violencia cada año.<sup>18</sup>



**Una de cada tres mujeres** en el mundo ha experimentado violencia física o sexual por parte de su pareja, violencia sexual por parte de alguien que no es su pareja, o ambas, en algún momento de su vida.<sup>19</sup>

### Las adolescentes están expuestas a formas específicas de violencia



**Una de cada cinco niñas** ha vivido un matrimonio o una unión infantil, temprana o forzada (MUITF).<sup>20</sup>

- Para cuando alcanzan los 19 años, una de cada cuatro adolescentes que ha estado en una relación de pareja ha sido víctima de abuso físico, sexual o psicológico por parte de su pareja.<sup>21</sup> «Con experiencia en pareja» hace referencia a niñas y mujeres que han estado casadas o en una unión informal en algún momento de su vida (actualmente o en el pasado).
- El matrimonio infantil está estrechamente vinculado a altas tasas de embarazo adolescente.<sup>22</sup> Además, las adolescentes embarazadas enfrentan un riesgo significativamente mayor de sufrir violencia en comparación con las mujeres adultas.<sup>23</sup>



**Un total de 230 millones de mujeres han sido sometidas a la mutilación o ablación genital femenina (MGF/C).**

- En muchos contextos, esta práctica se realiza como un rito de paso hacia la adolescencia.<sup>24</sup>



**Las adolescentes están altamente expuestas** a la violencia de género facilitada por la tecnología (VGFT), y un **58 % ha experimentado acoso en línea**.

- Las adolescentes también enfrentan un mayor riesgo de que la violencia online se traslade al ámbito físico, incluyendo el acoso persistente, la violación, la coerción, la trata y otras formas de abuso.<sup>25</sup>

### El contexto influye en la vulnerabilidad de las niñas frente a la violencia



**Alrededor del 40 % de las adolescentes** que viven en contextos de emergencia ha sufrido violencia de pareja (VP).<sup>26</sup>



**El cambio climático y la degradación ambiental** aumentan los riesgos de violencia de género contra niñas y mujeres, debido al desplazamiento, la escasez de recursos, la inseguridad alimentaria y la interrupción de los servicios de atención para supervivientes.<sup>27</sup>

## Los impactos de la violencia en las adolescentes

Los impactos de la violencia de género (VG) que enfrentan las adolescentes son complejos: no solo experimentan las mismas consecuencias que enfrentan tanto niños y niñas como mujeres, sino que además enfrentan efectos particulares vinculados a su edad y etapa de desarrollo.



**Al igual que los niños y las niñas**, las adolescentes enfrentan riesgos graves y duraderos para su salud y bienestar, dificultades en su desarrollo personal y social,<sup>28</sup> y una mayor probabilidad de sufrir violencia de pareja (VP) en la adultez.<sup>29</sup>

**Como las mujeres**, sufren los mismos efectos físicos, psicológicos, sociales y económicos, entre ellos lesiones, problemas de salud mental, embarazos no planificados, aislamiento y pérdida de oportunidades laborales.<sup>30</sup>

**Pero al llegar a la adolescencia**, enfrentan consecuencias adicionales y específicas de la violencia de género, como los embarazos tempranos y forzados, que pueden poner en riesgo su salud, interrumpir su desarrollo y limitar sus oportunidades futuras. La violencia también puede obstaculizar la capacidad de las adolescentes para completar su educación,<sup>31</sup> y restringir su movilidad, lo cual tiene un impacto significativo en su posibilidad de desarrollar redes de apoyo y vínculos sociales.<sup>32</sup> <sup>h</sup>

<sup>h</sup> A pesar de sus experiencias únicas y su mayor vulnerabilidad frente a la violencia, las adolescentes históricamente han quedado excluidas de los esfuerzos tanto para poner fin a la violencia contra las mujeres como de aquellos orientados a erradicar la violencia contra la niñez.



## ¿Qué factores impulsan la violencia contra niñas y mujeres?

La evidencia en materia de prevención primaria identifica cuatro factores de género que predicen con mayor coherencia la violencia contra niñas y mujeres.<sup>33</sup>

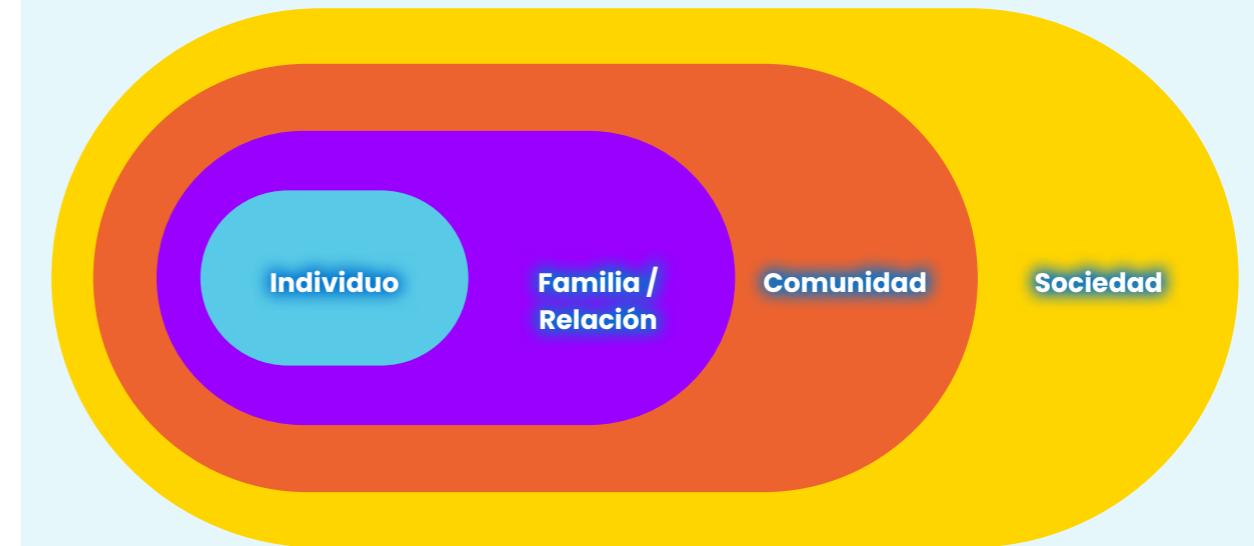
- 1** **Tolerancia de la violencia contra niñas y mujeres** mediante la justificación, minimización o trivialización de la violencia, o el traslado de la culpa del perpetrador a la víctima o al sobreviviente.<sup>34</sup>
- 2** **El control masculino sobre la toma de decisiones y las limitaciones a la autonomía de niñas y mujeres en la vida pública y privada** envía el mensaje de que los hombres tienen el derecho de controlar o castigar a niñas y mujeres,<sup>35 36</sup> especialmente cuando transgreden las normas sociales sobre cómo debe comportarse una «buena niña».<sup>37</sup>
- 3** **Los estereotipos rígidos de género y formas dominantes de masculinidad** están asociados con mayores niveles de violencia, en particular en contextos donde el honor masculino está vinculado con la sexualidad femenina.<sup>38</sup>
- 4** **Las relaciones entre pares masculinos y las culturas de masculinidad que promueven la agresión, la dominación y el control** pueden aumentar la resistencia de los hombres a posicionarse contra la violencia, e incluso incrementar su propia probabilidad de ejercerla.<sup>39</sup>

Los factores de género que impulsan la violencia están entrelazados con muchas otras formas de discriminación e inequidad estructural y sistémica, que influyen en la prevalencia y las dinámicas de la violencia contra niñas y mujeres. Estas incluyen el racismo, el capacitismo, la homofobia, entre otras.<sup>40</sup> Otros factores que refuerzan y se combinan con las desigualdades de género que contribuyen a la violencia, como la pobreza, los conflictos y el cambio climático, también influyen en la naturaleza y la gravedad de dicha violencia.

## Entender la violencia: el modelo socioecológico

El modelo socioecológico es una herramienta fundamental para entender cómo los factores que impulsan la violencia contra niñas y mujeres operan en diferentes niveles de la vida de una niña, y cómo influyen en su riesgo general de experimentar violencia.

◆ FIGURA 1 Modelo socioecológico (adaptado de Heise 1998<sup>41</sup>)



- **A nivel individual**, las niñas y mujeres internalizan las normas de género, que se reflejan en la aceptación de una feminidad sumisa, la culpabilización de la víctima, la vergüenza y la autocensura de actitudes o comportamientos que desafían las normas sociales, por miedo a sufrir sanciones sociales.<sup>42</sup> Una adolescente puede llegar a creer que los hombres están naturalmente mejor capacitados para liderar y que las niñas deben ser sumisas, que los niños merecen más libertad que las niñas, que un esposo está justificado si es violento con su esposa, o que es responsabilidad de la niña protegerse a sí misma de la violencia y el daño.
- Estas creencias se trasladan a **las dinámicas familiares y de pareja**, lo que puede dar lugar a comportamientos altamente controladores o coercitivos, a una participación limitada de las niñas y mujeres en la toma de decisiones (especialmente en lo relativo a finanzas, propiedad y herencia), y a situaciones de violencia de pareja o violencia doméstica. Esto puede manifestarse en niños y hombres que ejercen control sobre niñas y mujeres al restringir su movilidad o su forma de vestir, o vigilar su cumplimiento con las normas sociales dominantes bajo el pretexto de «protegerlas».
- **A nivel comunitario**, las subculturas altamente masculinizadas (como las pandillas) y las normas sociales que promueven la dominación y el control sobre las mujeres refuerzan la posición privilegiada de los niños y hombres, generan estigma y vergüenza, y silencian las voces de niñas y mujeres.<sup>43</sup>
- **A nivel social**, la desigualdad de género institucionalizada y estructural —que se refleja en la impunidad ante la violencia, la falta de protección legal o la legitimación percibida de la violencia a través de leyes y políticas estatales— configura el entorno en el que se desarrollan las adolescentes.<sup>44,45</sup> En la práctica, esto puede significar que si una niña adolescente acude a la policía para denunciar una situación de abuso, su denuncia sea desestimada o minimizada.

## La importancia de entender las normas sociales para prevenir la violencia

Para prevenir la violencia contra las niñas, es fundamental cuestionar las normas sociales perjudiciales que sustentan las desigualdades de género que contribuyen a la violencia y que se manifiestan en todos los niveles del modelo socioecológico.

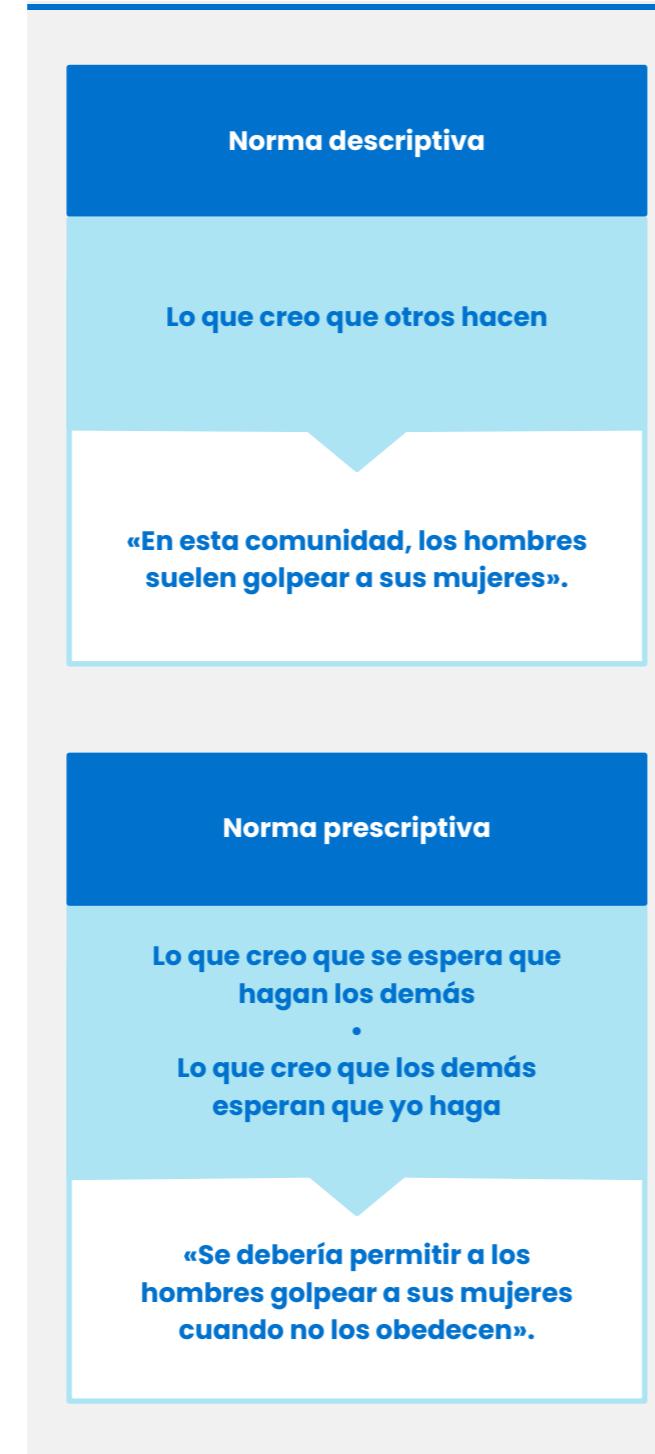
Comprender y abordar estas normas sociales es clave no solo para prevenir la violencia contra las niñas, sino también para transformar las expectativas de género impuestas a todos los adolescentes, incluidos los niños.

Este trabajo es más eficaz cuando se centra en las normas «prescriptivas» (aquellas que indican lo que las personas creen que deben hacer para obtener aprobación social), en lugar de centrarse únicamente en las normas «descriptivas» (relacionadas con la percepción de lo que hacen los demás). <sup>46,47</sup>

Las normas prescriptivas influyen en lo que una persona cree que su comunidad aprueba o desaprueba, y por lo tanto, la **motivan a adoptar ciertos comportamientos** ante la expectativa de ser aceptada o sancionada por el grupo. <sup>48</sup> Estas normas pueden:

- Hacer que una sobreviviente crea que ella es la responsable de la violencia<sup>49</sup>, lo que disminuye la probabilidad de que busque apoyo si sufre abusos.<sup>50</sup>
- Determinar en qué medida las personas creen que su cultura otorga a los hombres la autoridad para controlar el comportamiento de las mujeres.<sup>51</sup>
- Influir en las creencias y la autopercepción de los niños sobre lo que deben hacer para ser aceptados como «hombres de verdad», lo que puede contribuir a la perpetuación de la violencia.

**Existe una relación directa entre la internalización de estas normas sociales y las experiencias de violencia.** Los estudios han demostrado que las mujeres que justifican el maltrato hacia las esposas tienen mayor probabilidad de sufrir violencia de pareja.<sup>52,53</sup> Asimismo, las mujeres que sostienen creencias que refuerzan la dominación masculina y la desigualdad de género —como la idea de que los hombres deben ser los jefes de familia— tienen mayor riesgo de experimentar violencia doméstica a lo largo de sus vidas.<sup>54</sup>



## Una oportunidad clave para el cambio

**La adolescencia ofrece una oportunidad clave para prevenir la violencia de género (VG) contra niñas y mujeres.**

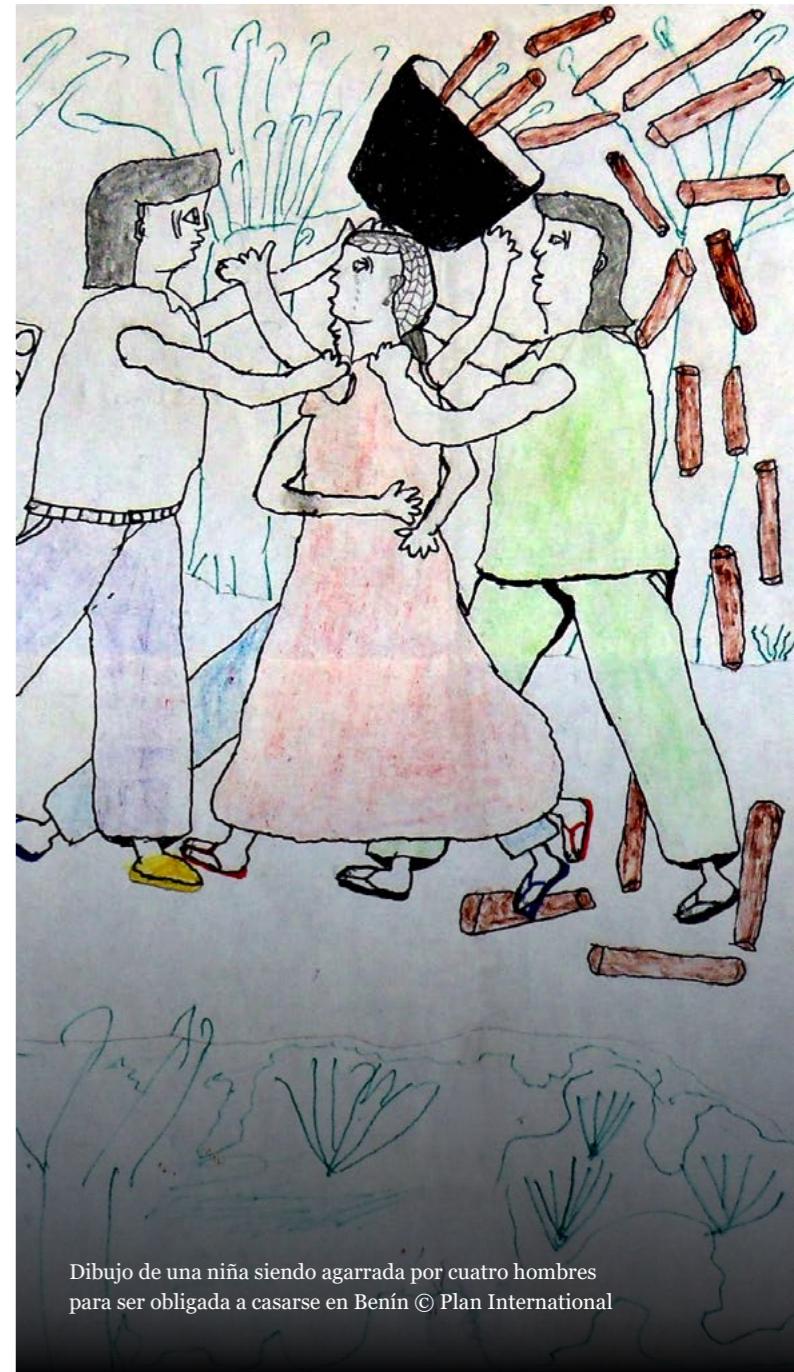
Se trata de una etapa determinante en la que las normas sociales comienzan a consolidar los roles de género que se consideran aceptables y esperados para niños y niñas, y en muchos casos, estas normas llegan a imponerse mediante el uso de la violencia.

Los esfuerzos de prevención que se centran en transformar estas normas sociales tienen el potencial de abordar las distintas victimizaciones que sufren las niñas<sup>i</sup>, así como de prevenir la transmisión intergeneracional de normas de género y sociales perjudiciales, y del uso de la violencia<sup>55</sup> — rompiendo así el ciclo.<sup>56</sup>

A través de intervenciones preventivas dirigidas específicamente a las adolescentes, se ha demostrado que los programas pueden ayudarlas a cuestionar las normas de género perjudiciales, fortalecer su autonomía para construir relaciones sanas y respetuosas<sup>57</sup>, y reducir los niveles de violencia física y sexual.<sup>58</sup>

Dado que el matrimonio y la maternidad temprana, y las experiencias sexuales no deseadas aumentan el riesgo de sufrir violencia en etapas posteriores de la vida, apoyar a las adolescentes para que retrasen el inicio de su vida sexual, el matrimonio y el embarazo puede disminuir significativamente sus probabilidades de experimentar violencia de pareja a lo largo de su vida.<sup>59</sup>

Sin embargo, para poder abordar estas normas sociales perjudiciales, es fundamental comprender primero qué normas rigen las creencias y los comportamientos de las adolescentes.



<sup>i</sup> La polivictimización se define como la experiencia o exposición a múltiples tipos de victimización.

# Nuestro enfoque

Este informe de investigación se basa en evidencias del estudio cualitativo y longitudinal de Plan International, *Real Choices, Real Lives*, con el objetivo de comprender mejor las creencias y actitudes de las adolescentes sobre la violencia y la protección, y de explorar las implicaciones que tienen en sus vidas las normas sociales que han internalizado. Para su estudio cualitativo y longitudinal, *Real Choices, Real Lives* ha seguido la vida de 142 niñas en nueve países del mundo desde su nacimiento en 2006 hasta que cumplieron 18 años en 2024. A través de la recolección anual de datos con las niñas y sus cuidadores, el estudio ofrece una perspectiva única sobre las experiencias de las niñas durante la infancia y la adolescencia.<sup>k</sup>

*Real Choices, Real Lives* tiene un claro compromiso con la comprensión de las causas profundas de la desigualdad de género mediante preguntas sobre creencias, valores y expectativas, cuyo objetivo es descubrir cómo se crean y mantienen o cambian con el tiempo las normas y los comportamientos sociales de género. El estudio nos proporciona un acceso poco frecuente a las realidades, opiniones y aspiraciones cotidianas de las niñas en sus propias palabras, garantizando que se escuchen las voces de las niñas de todo el mundo y que se amplifiquen sus demandas de cambio e igualdad de género. Este resumen de investigación se basa en datos recopilados de entrevistas con las niñas de la cohorte y sus cuidadores entre 2017 y 2024 -cuando las niñas tenían entre 11 y 18 años- y explora temas específicos de las experiencias y actitudes de las niñas y los cuidadores sobre la violencia, la protección, la libertad y el movimiento de las niñas, y la agencia y la toma de decisiones de las niñas.

Siguiendo a las niñas de *Real Choices, Real Lives* a lo largo de su adolescencia, nuestros hallazgos están estructurados (aproximadamente) en orden cronológico - comenzando con las experiencias y temores de las niñas sobre la violencia en 2018 (cuando tenían 11 y 12 años), explorando cómo cambian sus actitudes y creencias a lo largo de su adolescencia, y terminando con sus llamados a la acción en 2024 (a los 17 y 18 años) sobre el futuro libre de violencia que desean ver.

<sup>j</sup> Benín, Brasil, Camboya, República Dominicana, El Salvador, Filipinas, Togo, Uganda y Vietnam.

<sup>k</sup> Reconocemos que el género es un concepto multidimensional que influye en las identidades y expresiones de las personas de muchas maneras y que la identidad de género va más allá de un campo binario de masculino y femenino. Sin embargo, a efectos de este estudio, «chicas» se utiliza como término general para referirse a las participantes de la cohorte.



Para obtener más información sobre la metodología longitudinal de *Real Choices, Real Lives*, consulte: [plan-international.org/uploads/2024/08/RCRL-Longitudinal-Methodology.pdf](http://plan-international.org/uploads/2024/08/RCRL-Longitudinal-Methodology.pdf) (solo en inglés).



## Limitaciones

Existen varias limitaciones asociadas con la realización de un estudio longitudinal en varios países que abarca tres regiones y varios idiomas. La metodología ha evolucionado con el tiempo para alinearse con las normas éticas y de protección que han avanzado en los últimos 18 años, lo que influye en la consistencia. La posicionalidad y la subjetividad representan desafíos constantes en cualquier estudio cualitativo, y *Real Choices, Real Lives* trabaja para mitigarlos. Por último, al tratarse de un grupo de estudio pequeño, los hallazgos de *Real Choices, Real Lives* son indicativos de las experiencias de las niñas en los países focales con vivencias similares, y podrían no reflejar las dinámicas presentes en otros entornos o condiciones.

## Acerca de este mapa

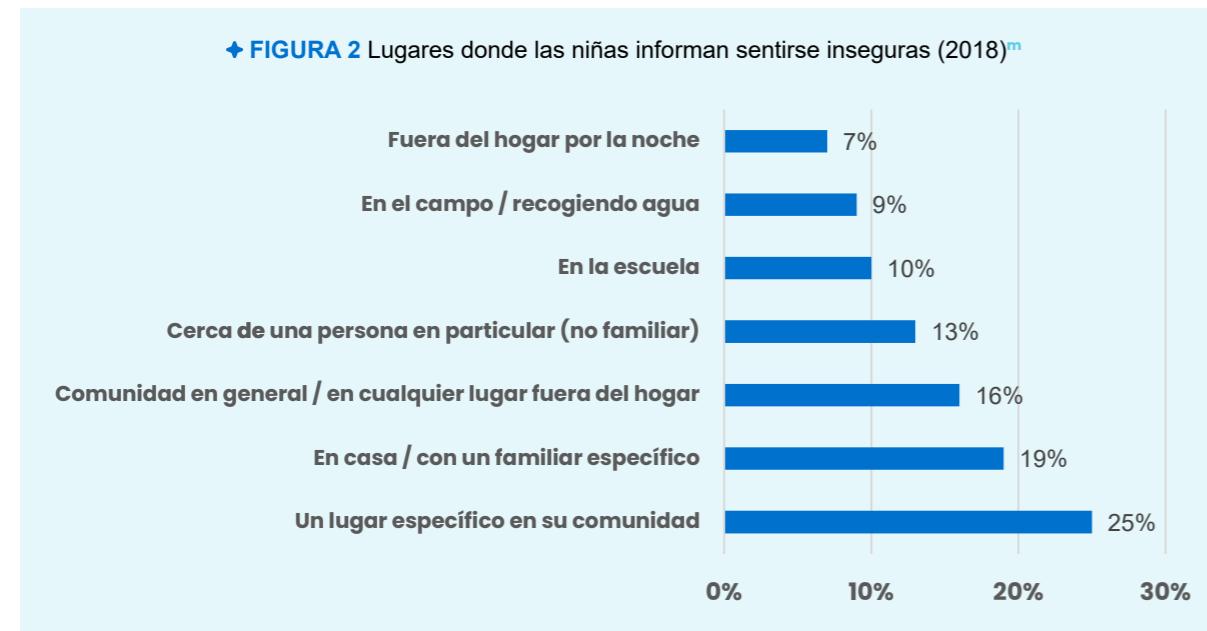
Los límites y nombres que se muestran, así como las designaciones utilizadas en este mapa, no implican respaldo ni aceptación oficial por parte de Plan International.

# Lo que dicen las niñas en sus propias palabras

## La amenaza de la violencia

La amenaza de la violencia y la consecuente sensación de inseguridad y vulnerabilidad han sido temas recurrentes en la vida de las niñas participantes del estudio a lo largo de los años. En 2018, cuando tenían apenas 11 y 12 años, más de la mitad de las niñas del estudio informaron sentirse inseguras en uno o más lugares, y el 91 % informó haber experimentado

alguna forma de violencia. Los lugares más comunes donde las niñas informaron haber experimentado violencia fueron en la escuela (42 %), en el hogar (31 %) o en su comunidad (28 %).<sup>1</sup> Además, se les preguntó por separado dónde se sentían inseguras dentro de sus comunidades, y sus respuestas se muestran en la **FIGURA 2**.



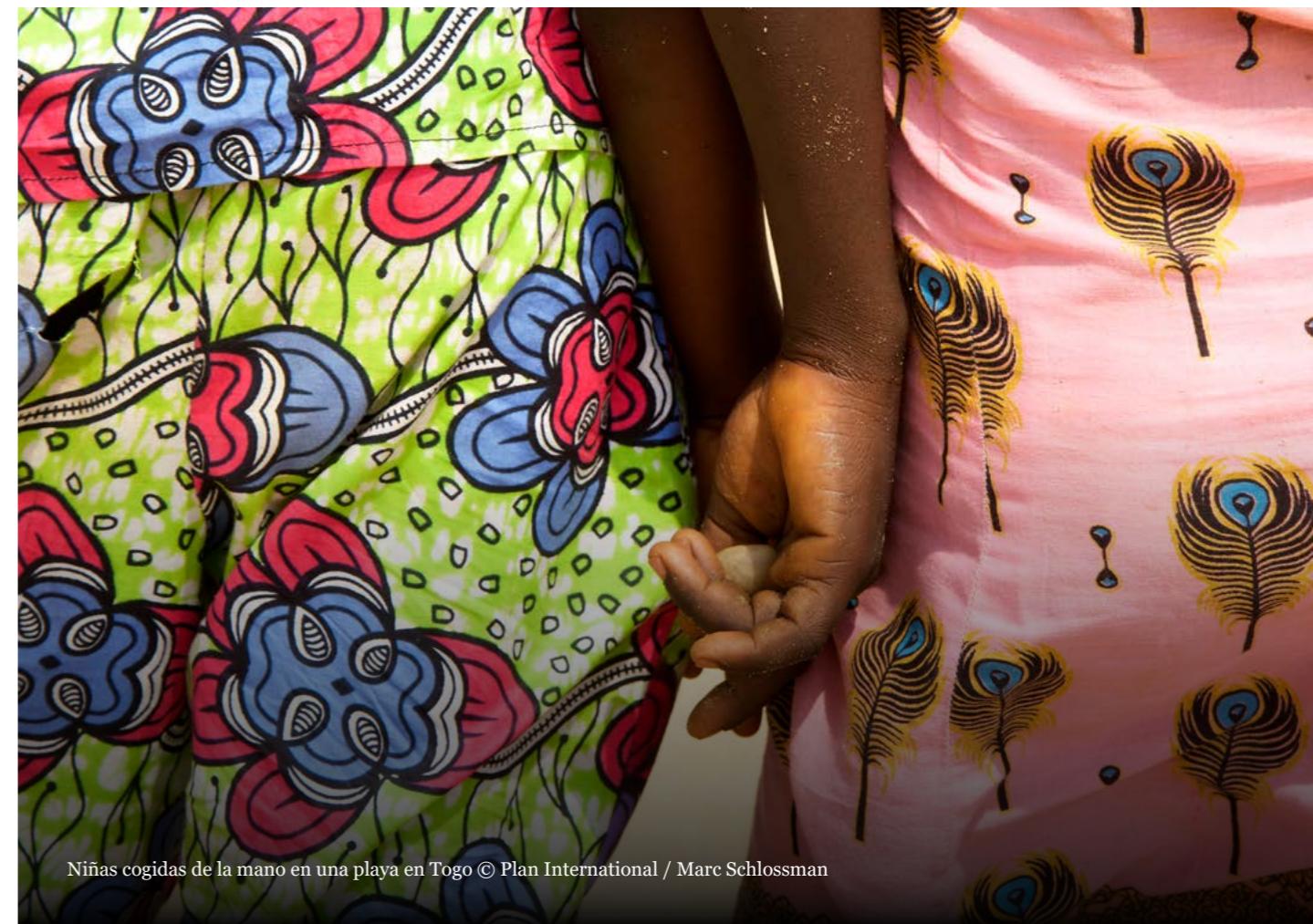
Aunque algunas niñas, especialmente en El Salvador, República Dominicana y Filipinas<sup>n</sup>, informan de amenazas específicas relacionadas con su seguridad, para la mayoría de las niñas del estudio, la amenaza de violencia parece estar profundamente marcada por el género. Un tema recurrente en las respuestas de las niñas fue la denuncia de comportamientos violentos

por parte de los niños en la escuela. A los 14 años, Barbara (Benín) comentó que «los niños inician las peleas mucho más que las niñas» (2021), mientras que Nakry (Camboya) afirmó que su escuela no era segura debido a las peleas entre niños. Esto ha llevado a muchas niñas a desconfiar de los niños y a evitar socializar con ellos.

<sup>1</sup> Algunas niñas informaron haber experimentado violencia en más de un entorno.

<sup>m</sup> Entre las niñas que informaron haberse sentido inseguras en al menos un lugar. Algunas mencionaron múltiples lugares; y otras mencionaron solo uno.

<sup>n</sup> En El Salvador, la violencia de pandillas ha representado una amenaza significativa en las comunidades de las niñas del estudio durante muchos años. En 2022, el presidente Nayib Bukele lanzó una «guerra contra las pandillas», encarceló a más de 73 000 presuntos pandilleros y declaró un estado de emergencia. Si bien esta ofensiva ha sido criticada internacionalmente por violar los derechos humanos, la política ha sido ampliamente popular en El Salvador, y las niñas del estudio han elogiado a Bukele por llevar paz y seguridad a sus comunidades. La República Dominicana presenta una de las tasas más altas registradas de feminicidios, y según informes, estas tasas han aumentado con el tiempo. En 2022, en más del 34 % de los casos de feminicidio, las víctimas eran niñas y adolescentes. Para obtener más información, consulte [https://oig.cepal.org/sites/default/files/s2301023\\_en.pdf](https://oig.cepal.org/sites/default/files/s2301023_en.pdf). En Filipinas, muchas de las niñas viven en zonas con índices de criminalidad muy elevados.



Cuando tenía 12 años, Christine (Filipinas) expresó su preocupación por jugar con los niños en su vecindario, diciendo que «no respetan a las niñas» (2018).

A lo largo de los años, muchas niñas han manifestado sentir miedo de hombres desconocidos o peligrosos en sus comunidades, del acoso callejero y de ser víctimas de violación al caminar solas o al realizar actividades cotidianas como ir a recoger agua.

Davy (Camboya) manifestó su preocupación al caminar por lugares tranquilos, diciendo: «Podría ser violada o maltratada, y nadie sería capaz de ayudarme» (2018), mientras que Jane (Uganda) expresó su temor a ser agredida al ir a recoger agua.

**“ [Me siento insegura] al sacar agua del pozo por la noche. [...] Porque hombres malos podrían violarme”.**  
— Jane, 12 años (2018), Uganda

Del 19 % de niñas que dijeron sentirse inseguras en el hogar, la mayoría hizo referencia a la amenaza de violencia de género.

En El Salvador, Raquel contó la historia de cómo su primo agredió a su tía y la amenazó de muerte, mientras que Karen (El Salvador) y Juliana (Brasil) dijeron que a quien temían era a sus padres, quienes eran alcohólicos y abusaban verbalmente de ellas cuando estaban ebrios.

Karen fue una de las pocas niñas del estudio que destacó los impactos de la violencia psicológica, y compartió que su padre la reprendía y se burlaba de ella cuando estaba ebrio, lo que la hacía sentir insegura, especialmente cuando se quedaba sola con él.

En Benín, Togo y Uganda, muchas niñas informaron de que sus cuidadores las golpeaban cuando cometían algún error, como olvidar realizar alguna tarea doméstica.

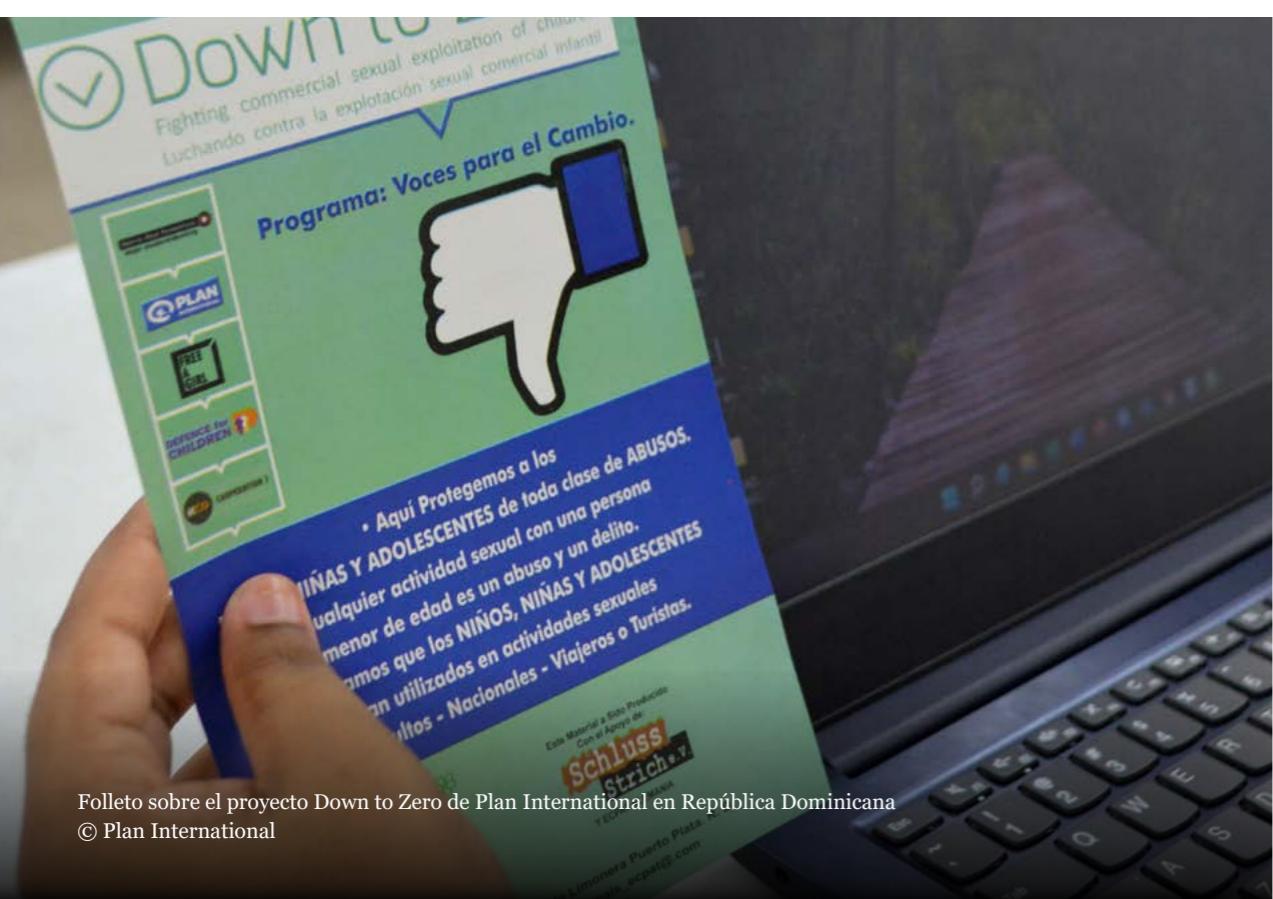
## Violencia digital

La violencia online también ha sido un problema emergente en la vida de las niñas a medida que crecían y tenían acceso a las redes sociales. La mayoría de las niñas del estudio de América Latina y el Caribe (LAC) y del Sudeste Asiático (SEA) tenían su propio teléfono o acceso regular a internet a los 15 años. Aunque menos niñas en los países africanos focales tenían sus propios dispositivos, la mayoría tenía algún tipo de acceso o exposición a internet.

En todo el grupo de participantes del estudio a nivel global, muchas niñas se han encontrado con contenido online, como pornografía y material que atenta contra los derechos de las mujeres.

Además, una gran cantidad ha sido víctima de acoso digital por parte de hombres que les enviaban mensajes con insinuaciones sexuales, propuestas para tener relaciones o imágenes y videos explícitos

- La pornovenganza es un tipo de abuso digital que implica la distribución online de fotos o videos íntimos o sexualmente explícitos de otra persona sin su consentimiento.



“Un hombre desconocido [que] me habló por chat, usó una palabra grosera [...] y me envió una imagen inapropiada. Me sentí enojada». — Lina, 14 años (2021), Camboya

Sus experiencias de violencia online también han trascendido al mundo físico.

En El Salvador, Karen relató una experiencia aterradora que vivió a los 15 años, cuando un hombre contactó a su madre por internet, le dio el nombre de la escuela de Karen y la amenazó con secuestrarla.

Cuando tenían entre 17 y 18 años, algunas chicas también compartieron historias sobre amigas y compañeras de clase que habían sido víctimas de pornovenganza.<sup>o</sup>

## Riesgo de violación y embarazo no deseado

El riesgo de violación y la agresión sexual es una preocupación constante de las niñas. Muchas de las niñas han oído historias terribles sobre violación y abuso desde una edad temprana.

Cuando tenía apenas 12 años, Doris, en El Salvador, era claramente consciente de graves casos de violencia sexual, e informó que conocía a niñas de su misma edad que habían quedado embarazadas como resultado de abusos. Algunas niñas también compartieron experiencias personales de violencia y acoso, que en algunos casos fueron profundamente desgarradoras y les generaron sentimientos de temor.

“Una vez casi fui violada. ¡Esos hombres se habían organizado y estaban esperando para violarme! [...] Tuve suerte de que alguien que me conocía se estaba acercando. Así que grité: “¡Estos hombres quieren violarme!”, y él corrió a socorrerme. Logramos identificar a uno de los jóvenes, pero él no delató a sus cómplices». — Sheila, 17 años (2024), Uganda

El riesgo de acoso sexual y violación también ha sido una preocupación importante para los cuidadores de las niñas, especialmente cuando sus hijas entraron en la adolescencia y comenzaron la pubertad.

En 2019, cuando las niñas del estudio tenían entre 12 y 13 años, el 76 % de los cuidadores informó que las niñas estaban en mayor riesgo de sufrir violencia que los niños, y mencionó diversos riesgos para las niñas, como la violación, la violencia de pareja (VP) y el matrimonio infantil.

Los cuidadores tendían a considerar que las niñas eran demasiado «frágiles» para defenderse del daño (madre de Natalia, 2019, Brasil) y a expresar la creencia de que la explotación y la violación eran riesgos mayores para las niñas que para los niños.

“A veces los niños se lo hacen a otros niños, pero las niñas son violadas con más frecuencia. No les sucede a los niños tanto como a las niñas». — Madre de Madelin, 2019, República Dominicana

“Las niñas salen más a vender cosas y tienen mayor riesgo de ser secuestradas para un matrimonio forzado. No es lo mismo para los niños». — Madre de Jacqueline, 2019, Benín

Entre los cuidadores de las niñas, la violencia sexual a menudo se entendía en términos de la vergüenza que causaba a la niña y a su familia, especialmente en los casos en que la violación resultaba en embarazo. En Vietnam, el abuelo de Tien relató un caso de una niña de 15 años de su comunidad que había quedado embarazada como resultado de una violación en grupo. El abuelo de Tien conocía al abuelo de la chica y dijo que el hombre «se sentía avergonzado por [su nieta]», porque ella había sido «violada por tres chicos» (2018). En Uganda, la madre de Amelia explicó que los casos de violencia sexual rara vez se denuncian debido a la vergüenza:

“Si una mujer es violada, puede que no lo denuncie porque es vergonzoso». — Madre de Amelia, 2017, Uganda

A lo largo del estudio con el grupo de niñas, se observan vínculos evidentes entre las actitudes de los cuidadores respecto a la agresión sexual y la internalización de esas mismas creencias por parte de sus hijas. En un ejemplo concreto, la madre de Sylvia (Uganda) habló sobre el riesgo de violación y embarazo no deseado, y afirmó que una situación así «causaría vergüenza a la familia» (2021). Ese mismo año, Sylvia sugirió que, si una niña quedaba embarazada como resultado de una violación, «podría decidir suicidarse» (2021) para evitar la vergüenza de haber sido violada y quedar embarazada, lo que indica hasta qué punto las normas sociales de género relacionadas con la vergüenza y la violencia son profundamente internalizadas por las niñas a medida que crecen.

## ¿Es la violencia masculina algo «natural»?

Un patrón común en las experiencias que compartieron las niñas es que el perpetrador —o la persona que esperaban que lo fuera— era hombre.

A los 14 y 15 años, muchas de las niñas del estudio manifestaron sentirse inseguras en su vida cotidiana debido a comportamientos violentos o agresivos por parte de hombres, y algunas atribuyeron la agresividad masculina a los desafíos que enfrentan las niñas en su día a día.

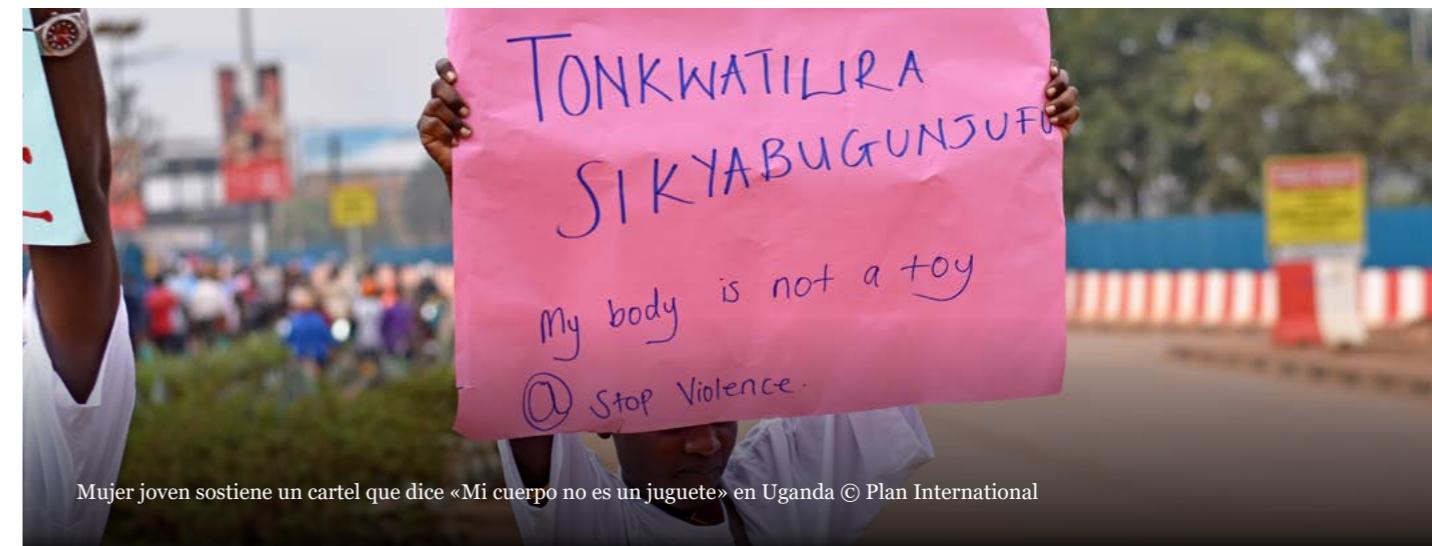
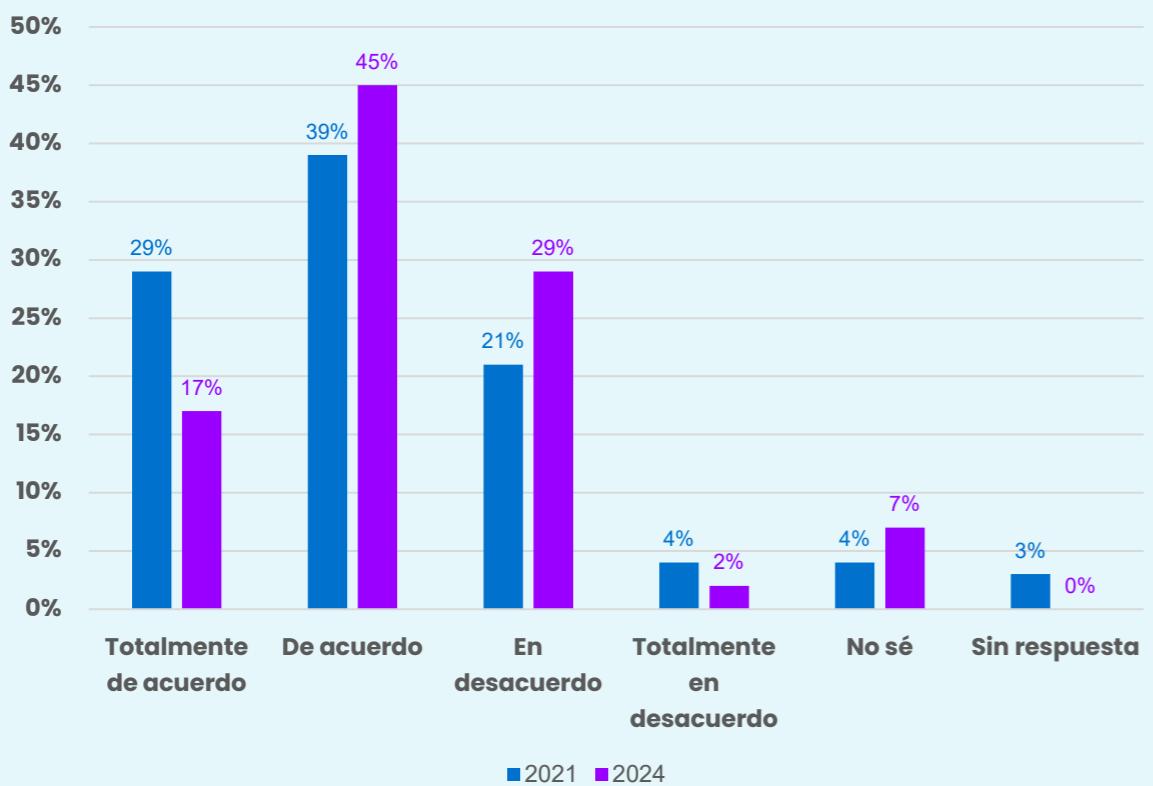
**«La mayoría de los desafíos que enfrentan las niñas y mujeres, como la violación de los derechos humanos, es decir, la deshonra y la violación, son causados por los hombres, lo que vuelve [a los hombres] más violentos.» — Justine, 14 años (2021), Uganda**

Tal vez no resulte sorprendente que, dada esta percepción clara de los niños y hombres como agresores y de las niñas y mujeres como víctimas, **casi dos tercios de las niñas del estudio afirman creer que la violencia masculina es algo natural**.

En 2021 (cuando tenían entre 14 y 15 años), el 68 % de las niñas estuvieron de acuerdo o muy de acuerdo con la afirmación de que los niños y los hombres son, por naturaleza, más agresivos y violentos que las niñas y las mujeres. Para 2024 (cuando tenían entre 17 y 18 años), el 62 % seguía manteniendo esta creencia.

Si bien es positivo que la adhesión a esta norma haya disminuido ligeramente con el tiempo, preocupa que la mayoría de las niñas del estudio aún consideren la violencia como algo natural y asociado al género, incluso al entrar en la adultez.

◆ FIGURA 3 «Los niños y los hombres, por naturaleza, son más agresivos y violentos que las niñas y las mujeres» — respuestas de las niñas en 2021 comparadas con 2024.



Mujer joven sostiene un cartel que dice «Mi cuerpo no es un juguete» en Uganda © Plan International

## Justificaciones de la violencia masculina por parte de las niñas

Es especialmente preocupante que muchas niñas justifiquen la violencia de género sin cuestionarla de manera crítica. A lo largo del grupo, algunas de las niñas adoptan la creencia de que la violencia masculina es parte de la naturaleza de los hombres,<sup>P</sup> y consideran que la violencia es una característica innata en ellos.

Cuando tenía 15 años, Melanie (Filipinas) explicó que los hombres son violentos «porque son hombres» (2021). Para algunas niñas, este orden natural de las cosas se justificaba a través de la religión. Alice (Benín) explicó: «Dios creó así a los hombres y a los niños» (2021).

Con el paso del tiempo, algunas niñas han tratado de explicar esta situación, atribuyendo la violencia masculina a la falta de control emocional en niños y hombres. Muchas niñas relataron haber observado a hombres y niños actuar por impulsos agresivos ante «razones triviales» (Sen, 2021, Vietnam), porque «no pueden controlar su ira» (Rebeca, 2021, República Dominicana).

Para otras niñas, la fuerza masculina y la debilidad femenina se presentaban como explicaciones para el uso de la violencia por parte de los hombres para someter a las mujeres.

Fezire (Togo) sostuvo que los hombres utilizan intencionalmente su mayor fuerza física para dominar a las mujeres:

**«Como [los hombres] saben que son más fuertes, no puedes hacer nada contra ellos si te hacen algo malo.» — Fezire, 18 años (2024), Togo**

Muchas otras niñas abordaron el tema de la dominación masculina y la sumisión femenina.

En El Salvador, Susana afirmó que los hombres «tienen el poder de mandar a las mujeres» (2021), mientras que en Benín, Thea explicó que es natural que los hombres controlen a las mujeres mediante la violencia porque los hombres «creen que son mejores que las mujeres» (2024).

Algunas niñas hicieron observaciones agudas sobre el contexto social más amplio en el que se sitúan la violencia, la agresión y la dominación masculinas. Beti, en Uganda, explicó de manera reflexiva que las normas sociales sobre la dominación masculina en la familia y la comunidad justifican que los hombres usen violencia contra las mujeres (VCM), porque las consideran inferiores.

<sup>P</sup> El esencialismo de género es la creencia de que mujeres y hombres poseen rasgos distintos, inmutables y naturales determinados por su género. Según esta perspectiva, las características «esenciales» de mujeres y hombres son universales y compartidas por todos los miembros de cada género.

En la comunidad de Beti, es habitual que las mujeres se arrodillen al saludar a los hombres o al servirles la comida. Beti explicó que esta práctica, como parte de las normas sociales de género, contribuye significativamente a que los hombres ejerzan violencia contra las mujeres.

**«Muchos hombres usan un lenguaje autoritario en todo lo que hacen. También creo que, dado que la sociedad ha considerado al hombre como el líder, ellos sienten que están muy por encima de todos y de todo. Además, la idea de que una mujer debe arrodillarse ante un hombre les sirve de excusa para ser agresivos».**

— Beti, 17 años (2024), Uganda

La aceptación —y en ocasiones el respaldo— de la violencia y la dominación masculina como situación vigente demuestra que las normas sociales de género sobre la violencia masculina han sido profundamente internalizadas y están siendo reproducidas y reforzadas por las niñas.

Las implicaciones de esto son graves. Las actitudes que refuerzan la dominación masculina, la desigualdad de género y la creencia de que la violencia masculina es algo natural están asociadas con tasas más altas de violencia de pareja (VP) entre mujeres.

Con dos tercios de las niñas del estudio de *Real Choices, Real Lives* que mantienen estas creencias que perpetúan la violencia y la desigualdad de género en la adolescencia tardía, **existe un riesgo considerable de que muchas de ellas sufran violencia en sus relaciones de pareja durante la adultez.**

.....  
**Por lo tanto, es imperativo acelerar los esfuerzos para desafiar y deconstruir las normas sociales perjudiciales que impulsan la violencia de género (VG).**  
.....



## «Es responsabilidad de la niña asegurarse de que está protegida de cualquier daño»

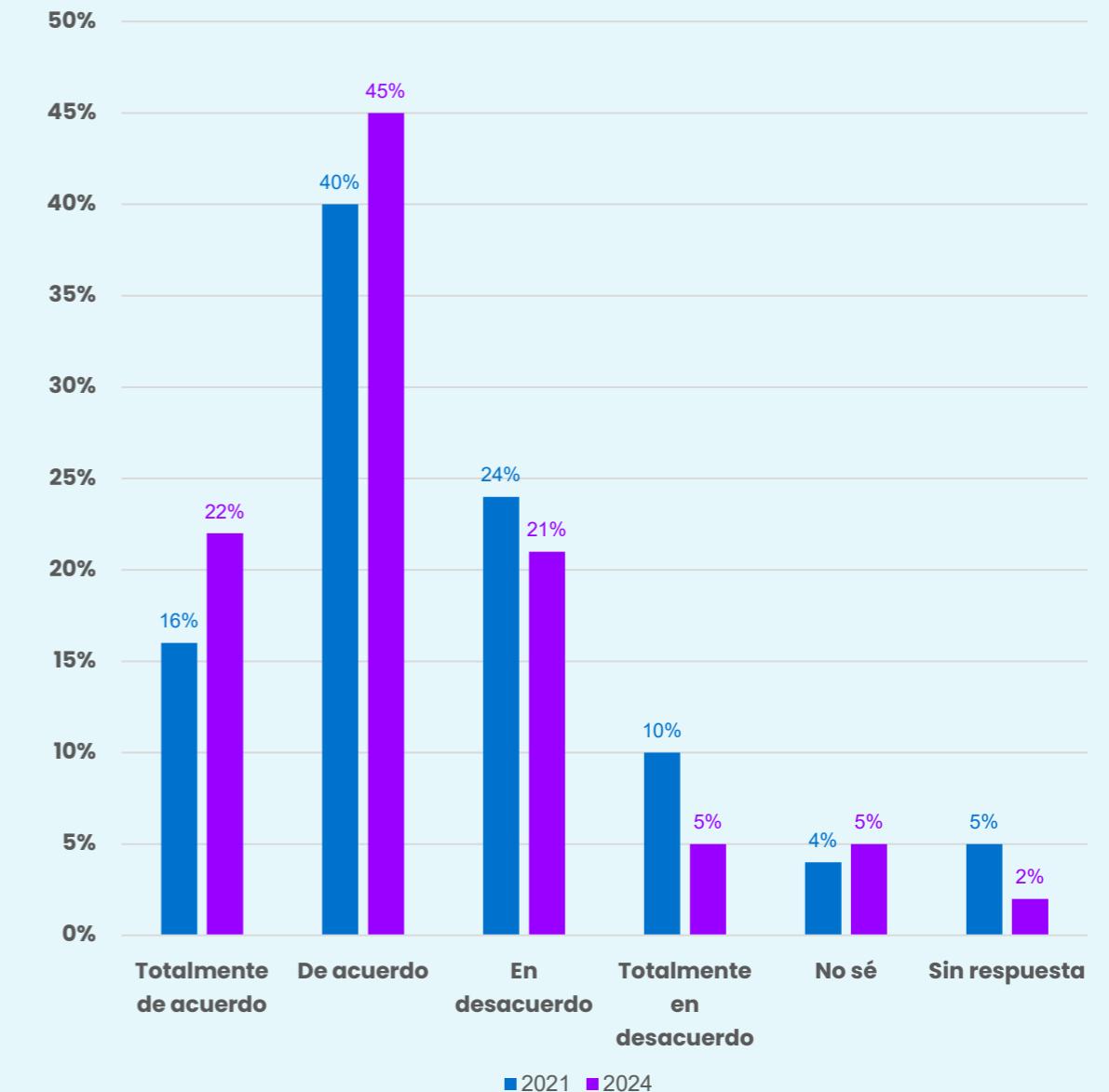
La exposición de las niñas a la violencia de género, junto con su convicción de que la violencia masculina es natural o inevitable, ha llevado a que internalicen la creencia de que es su propia responsabilidad protegerse de la violencia y el abuso.

En 2021, cuando tenían 14 y 15 años, el 57 % de las niñas estuvo de acuerdo o muy de acuerdo con esta norma social.

A diferencia de lo que ocurrió con su creencia en la norma social que considera la violencia masculina como algo «natural», que fue disminuyendo con el tiempo, la idea de que ellas mismas son responsables de su propia protección se consolidó y se volvió más fuerte.

En 2024, cuando las niñas tenían entre 17 y 18 años, esta creencia alcanzó el 67 %, lo que indica que se ha arraigado profundamente.

◆ FIGURA 4 «Es responsabilidad de las niñas protegerse de la violencia y el abuso»  
— respuestas de las niñas en 2021 comparadas con las de 2024.





## Falta de confianza en los mecanismos de protección

Tanto en 2021 como en 2024, las niñas del estudio en el Sudeste Asiático fueron las más propensas a estar de acuerdo con la afirmación de que son ellas mismas quienes deben mantenerse a salvo de cualquier daño (72 % en 2021 y 85 % en 2024, respectivamente). Estas niñas tendían a plantear la cuestión en términos del «derecho de la mujer a defenderse por sí misma» (Christine, 2021, Filipinas), así como en la idea de que, dado que nadie más las protegerá, deben cuidarse por su cuenta.

**«Somos las niñas quienes podemos protegernos; no debemos confiar demasiado en otras personas [para que nos protejan], debemos defendernos nosotras mismas.»** — Ly, 15 años (2021), Vietnam

Muchas niñas en República Dominicana, y algunas en Uganda, también expresaron sentirse abandonadas por las instituciones que deberían protegerlas. Varias hablaron de una **profunda sensación de traición por parte de las mismas instituciones que debían garantizar su seguridad**, y expresaron que, como último recurso, deben asumir la responsabilidad de su propia protección. Katerin, en República Dominicana, lo expresó claramente:

**«Por supuesto que ella es quien tiene que protegerse, porque si no lo hace ella, nadie más lo hará.»** — Katerin, 15 años (2021), República Dominicana

**Para algunas niñas, esta creencia en la autosuficiencia se basa en experiencias personales en las que se sintieron desprotegidas por sus cuidadores, por las instituciones o por la sociedad en general.**

En 2021, la madre de Rebecca (Uganda) relató una preocupante serie de incidentes en los que un hombre «persiguió a su hija en dos ocasiones en los últimos meses». Cuando se le preguntó si había tomado alguna medida para proteger a su hija, respondió:

**«No hice nada al respecto, ni siquiera hablé con él; solo hablé con mi hija y le dije que si vuelve a pasar, no se quede callada mientras huye, que también grite pidiendo ayuda para que la gente se acerque y puedan atraparlo mientras persigue a mi hija.»** — Madre de Rebecca, 2021, Uganda

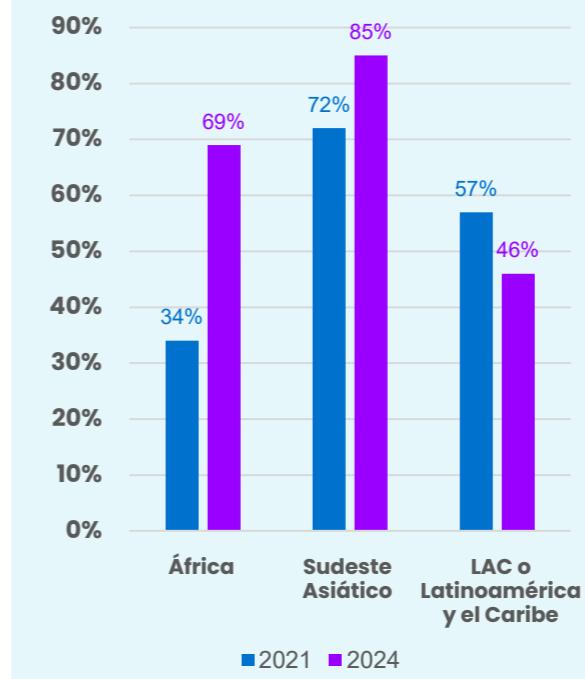
Cuando se le preguntó por qué no había denunciado el incidente, la madre de Rebecca respondió que debían «darle tiempo» porque el hombre era miembro de la comunidad, lo que implicaba que la familia no quería causar problemas. No es sorprendente que, cuando años después se le preguntó a Rebecca si era responsabilidad de las niñas protegerse a sí mismas, ella respondiera que si las niñas eran «descuidadas», inevitablemente sufrirían algún daño (2024).

## Responsabilidad desplazada y restricciones persistentes

En 2021, las niñas del grupo de África fueron las más propensas a estar en desacuerdo con la idea de que su protección dependía de ellas mismas, con un 66 % que afirmó que no era responsabilidad de las niñas. Sin embargo, resultó interesante que en lugar de atribuir la responsabilidad a las instituciones o abogar por un cambio en las normas sociales, las niñas en África tendieron a considerar que eran los padres y las madres quienes debían proteger a las niñas de la violencia, al limitar su movilidad o supervisar constantemente su comportamiento, ya que consideraban que las niñas eran demasiado débiles o no estaban preparadas para protegerse por sí mismas.

En Togo, Folami recomendó que las niñas fueran acompañadas por sus hermanos varones para que «no les pase nada malo» (2021), mientras que Fezire (cuyo padre había dicho en 2019 que las niñas son «blancos fáciles» para el abuso) explicó:

**◆ FIGURA 5** Comparación regional de las niñas que estuvieron de acuerdo o muy de acuerdo con la siguiente afirmación: «Es responsabilidad de las niñas protegerse de la violencia y el abuso» en 2021 y 2024



**«Las niñas no pueden protegerse por sí solas; [...] necesitan que sus padres las protejan de la violencia y el maltrato.»**  
— Fezire, 15 años (2021), Togo

Para 2024, se había producido un cambio radical en las respuestas de las niñas del grupo de África. A los 17 y 18 años, el 69 % consideraba que era su propia responsabilidad protegerse de la violencia y el daño, y solo el 28 % opinaba lo contrario. Sin embargo, a través de los testimonios de las propias niñas, se evidencia la continuidad de la creencia de que restringir su movilidad es una de las principales formas de mantenerse a salvo. En Uganda, Miremba había internalizado claramente la idea de que las niñas deben prevenir el daño limitando sus desplazamientos, al afirmar lo siguiente:

**«Es responsabilidad de una niña protegerse evitando moverse sola o por la noche.»** — Miremba, 17 años (2024), Uganda

Además de la movilidad, muchas de las niñas del grupo de África también creían que es su responsabilidad protegerse de posibles daños protegerse del daño cumpliendo con las normas sociales establecidas sobre cómo debe comportarse una «buena niña» para evitar sanciones o castigos por desviarse de estas normas de género. Alice, en Benín, habló sobre la responsabilidad de las niñas de controlar su comportamiento para minimizar los riesgos.

**«Las niñas deben controlar a dónde van y aprender a comportarse para evitar convertirse en víctimas de violencia.»**  
— Alice, 14 años (2021), Benín

Más que un cambio real de actitud, el notable cambio en las respuestas de las niñas africanas sugiere que, al hacerse mayores, empiezan a asumir como propia la responsabilidad de controlar su comportamiento, algo que antes recaía en sus padres. Esto demuestra cuán profundamente se ha arraigado esta norma social prescriptiva durante la adolescencia.

## Culpabilización de la víctima

Cuando las normas sociales sobre la violencia se internalizan, conducen a la culpabilización de la víctima —es decir, a trasladar la responsabilidad del delito del perpetrador a la víctima.<sup>60</sup> A lo largo del grupo, se observan numerosos casos en los que las niñas rápidamente culpan a sus compañeras por haber experimentado situaciones de violencia. Aunque la norma social sobre la responsabilidad de las niñas de protegerse estuvo menos presente entre las niñas de América Latina y el Caribe (LAC), y su adhesión disminuyó con el tiempo (véase la **FIGURA 5** más arriba), sus respuestas evidencian una fuerte internalización del discurso de culpabilización de la víctima, a menudo relacionado con la vestimenta y el comportamiento de las niñas. En República Dominicana, Saidy explicó el riesgo de vestirse de manera que no se ajuste a las normas sobre la modestia:

**“Dicen que cuando llevas ropa demasiado corta, provocas a los chicos.”** – Saidy, 15 años (2021), República Dominicana

Las niñas no solo han observado actitudes de culpabilización de la víctima en sus comunidades, sino que muchas coincidieron en que se debería culpar a una niña si sufre violencia o algún daño tras no cumplir con las expectativas de género impuestas sobre cómo deben comportarse. En Vietnam, Huong utilizó este tipo de lógica para justificar un caso reciente de acoso en su comunidad. Explicó que una niña fue acosada por unos niños al pasar cerca de ellos por una zanja, a pesar de saber que no debía ir por allí. En lugar de sugerir algún castigo para los agresores, Huong afirmó que la niña «debería ser

suspendida de la escuela» porque se puso en una situación peligrosa. En República Dominicana, Sharina declaró que no había «ninguna razón» (2021) para que una niña estuviera caminando sola y poniéndose en riesgo. Algunas niñas del grupo de estudio global —especialmente en Benín y Filipinas— también parecían creer que el acceso a mecanismos de protección social dependía de su cumplimiento con las normas de género y las expectativas sociales.

Estas niñas consideraban que, si una niña rompía con los roles de género tradicionales o adoptaba comportamientos percibidos como «arriesgados», entonces cualquier violencia sexual que sufriera podía considerarse justificada, y dejaría de tener derecho a recibir ayuda o apoyo.

En Filipinas, Chesa sostuvo que, cuando una niña se desvía del ideal de la «niña buena», pierde el derecho a la protección de sus padres, y afirmó que las niñas no son protegidas cuando «no obedecen a sus padres» (2019). En Benín, Thea explicó que si una niña desobedecía a sus padres enfadada y saliendo de casa tarde en la noche, no tendría derecho a recibir protección de su comunidad en caso de que sufriera algún daño. En otras palabras, solo cuando una niña es percibida como una «niña buena» o una «víctima ideal» se la considera merecedora de protección.<sup>61,q</sup> La internalización de las normas sociales que culpabilizan a la víctima tiene consecuencias significativas para las niñas, ya que genera un ciclo de abuso y daño continuo. No solo las lleva a restringirse a sí mismas y a vigilar constantemente sus movimientos y comportamientos para evitar el daño, sino que también las hace más propensas a creer que ellas son responsables de la violencia que sufren.<sup>62</sup>

**Cuando las niñas y mujeres creen que la culpa del abuso recae sobre ellas, es menos probable que lo denuncien,<sup>63</sup> más probable que vuelvan a sufrir violencia, que experimenten una victimización secundaria,<sup>64,65,r</sup> y que el proceso de recuperación psicológica sea mucho más prolongado.<sup>66</sup> Lo más preocupante es que la culpabilización de las víctimas refuerza la noción de que los hombres tienen poder sexual sobre las mujeres y el derecho a controlar sus cuerpos, lo que perpetúa el ciclo de violencia.<sup>67</sup>**

◆ FIGURA 6 Ciclo de abuso y daño causado por las normas de culpabilización de la víctima



**q** El concepto de «víctima ideal» explica que las características personales de la víctima y las circunstancias que rodean al delito influyen mucho en el grado en que la sociedad simpatiza con las víctimas y les otorga un estatus legítimo como tales. Los estudios han demostrado que la «víctima ideal» es débil y/o vulnerable, tiene cierto grado de dependencia, ha sido objeto de un daño «grotesco», no tiene vínculos con el autor del delito y -lo que es significativo- es una persona «respetable», se dedica a actividades y pasatiempos socialmente aceptables y no está implicada en nada «censurable».

**r** La victimización secundaria se refiere a la culpabilización de la víctima por parte de los servicios judiciales y/o sanitarios, cuando los procedimientos y enfoques minimizan o no reconocen la violencia que ha sufrido una superviviente, cuestionan la credibilidad de la superviviente o la culpan de algún otro modo de sus abusos.

## La protección digital: una responsabilidad de las niñas

Desafortunadamente, la seguridad online no parece ser un tema que se haya abordado ampliamente en las escuelas, comunidades o por parte de los cuidadores de las niñas. Por esta razón, **muchas de ellas han recurrido a su intuición y al apoyo informal de sus pares para enfrentarse a la violencia de género facilitada por la tecnología (VGFT)**.

Además, parecen haber internalizado sentimientos de vergüenza y discursos de culpabilización de la víctima en relación con el acoso online que han experimentado, lo que reduce la probabilidad de que denuncien los incidentes.

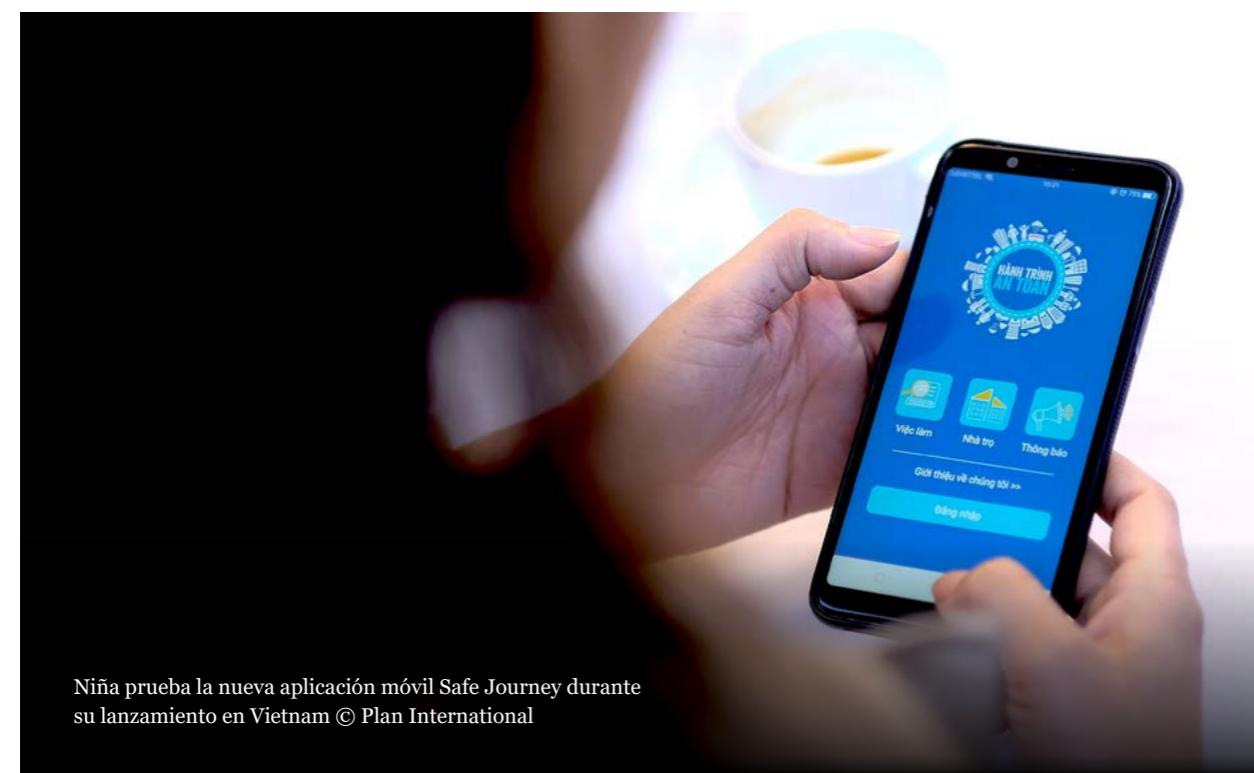
Cuando tenía 15 años, Darna (Filipinas) «se sintió avergonzada» (2021) al recibir mensajes con insinuaciones sexuales e imágenes explícitas de un desconocido por internet. No informó de estos hechos ni a sus padres ni a sus profesores, por temor a ser reprendida, lo que sugiere que esperaba ser culpada por el acoso que sufrió.

Al igual que Darna, Fernanda (Brasil) había internalizado creencias perjudiciales que atribuyen a las niñas la responsabilidad de cuidarse en internet.

A los 18 años, compartió la historia de una compañera de clase que envió una foto desnuda a un chico, quien luego la difundió ampliamente sin su consentimiento. El chico no recibió ningún castigo, mientras que la chica «pasó mucho tiempo sin ir a la escuela» por la vergüenza que sentía. Fernanda mostró poca empatía hacia ella, ya que consideró que la culpa era suya porque «[ella debería] haber evitado enviarle la foto» (2024).

Debido a las normas de protección perjudiciales que han internalizado, las niñas del estudio pusieron el foco en cambiar su propio comportamiento online para evitar el acoso. Cuando se les preguntó qué podían hacer las niñas si sufrían acoso digital, ofrecieron una serie de recomendaciones: desde poner sus cuentas de redes sociales en privado, hasta ser más «disciplinadas» en el uso de internet (Michelle, 2024, Filipinas), o incluso «dejar de usar internet» por completo (Chantal, 2021, República Dominicana).

Llama la atención que la mayoría de sus recomendaciones no incluyeron ninguna medida para responsabilizar a los agresores online.



## El coste de las normas de protección

### Impactos directos en la movilidad y el comportamiento de las niñas

Las consecuencias de que las niñas asuman esta responsabilidad de protección son múltiples. Podemos observar que esta creencia ha llevado a muchas niñas del estudio no solo a opinar sobre lo que otras niñas deben o no deben hacer, sino también a limitar y vigilar sus propios movimientos y comportamientos.

En 2021, el 16 % de las niñas del estudio (principalmente de Uganda) mencionaron espontáneamente ejemplos de cómo estaban modificando su conducta o restringiendo sus movimientos para evitar daños o violencia. Para 2024, este porcentaje aumentó al 41 %, incluyendo a la mayoría de las niñas en República Dominicana, El Salvador, Filipinas y Uganda. Los ejemplos más comunes que dieron sobre cambios en sus comportamientos fueron que elegían no salir de casa después del anochecer, evitaban ciertos lugares en sus comunidades o se aseguraban de estar acompañadas cuando iban a la escuela o a recoger agua.

**«Tengo miedo de caminar sola por la calle. [...] Un hombre podría venir y asaltar[me], o [yo] podría... podría ser, ¿cómo se dice?... secuestrada, y todas esas cosas».** — Natalia, 17 años (2024), Brasil

En conjunto, podemos ver cómo el miedo de las niñas a sufrir violencia y abuso, junto con su sentido de responsabilidad de protegerse, limita su capacidad para acceder libremente a los espacios públicos.

Hemos observado ejemplos de cómo esta norma de responsabilidad en la protección ha ido reduciendo las oportunidades de las niñas.

Por ejemplo, Sen (Vietnam) contó en 2021 que ya no asistía a sus clases particulares porque no tenía a nadie que la acompañara y se sentía insegura al caminar sola tras haber sufrido un incidente aterrador.

**«Cuando era pequeña, y estaba en tercer o cuarto grado, fui a una clase particular, y volví a casa sola [...]. Era de día. Llegué a un puente y apareció un hombre. Se bajó de su motocicleta y me dijo con voz desagradable: "Súbete a mi moto y te llevaré a casa". Cuando se bajó de la motocicleta, corrí rápido a casa... Así que, [ahora] casi no camino sola».** — Sen, 15 años (2021), Vietnam

Otra forma en que las niñas intentaban protegerse era ajustándose a los ideales de la «niña buena» mencionados anteriormente. Una medida específica que adoptaban era la obediencia a sus mayores, y muchas destacaban que seguían las indicaciones de sus cuidadores para protegerse del daño. Thom (Vietnam) explicó de forma directa los riesgos de no ser obediente:

**«Si no escucho los consejos de mis padres, correré muchos riesgos como ser secuestrada, sufrir abuso sexual o ser asesinada».** — Thom, 12 años (2019), Vietnam

Para Ayomide (Togo), esta norma de obediencia con sesgo de género va aún más lejos, ya que explicó que a las niñas se les ha enseñado a esperar violencia si no se someten ni obedecen a todos los niños y hombres —no solo a su padre.

Ayomide explicó que, si una niña se niega a hacer lo que un niño le dice, «la llaman, la insultan o le pegan» (2024). De forma similar, Juliana (Brasil) fue crítica con las mujeres —incluida su madre— que, según ella, no se someten lo suficiente a los hombres. Juliana utilizó este argumento para justificar la violencia masculina hacia las mujeres consideradas «difíciles».

**«Hay mujeres que... Lamento decir esto, pero hay mujeres que son un poco duras con los hombres... y así no funciona. [...] Hay mujeres que no... como mi madre, por ejemplo, ella no se somete a los hombres, no. Siempre responde de la misma manera».** — Juliana, 17 años (2024), Brasil

De este modo, se observa cómo la amenaza de violencia impone normas sociales y de género estrictas sobre las niñas, y condiciona su comportamiento para garantizar su seguridad.

Las niñas del estudio —especialmente en Brasil y Uganda— también hicieron comentarios sobre la importancia de la castidad y la modestia como formas de protegerse de la violencia.

Fernanda (Brasil) explicó que si una chica «provoca» o «tienta» a un chico, corre el riesgo de sufrir una agresión sexual, ya que ellos podrían sentirse con derecho a exigir relaciones sexuales.

**«Hay muchas chicas que incitan a los chicos, ¿o no? Y debido a eso [...] no sé por qué, pero... ellos sienten que tienen el derecho de [violarlas]».**

— Fernanda, 18 años (2024), Brasil

De manera similar, Justine (Uganda) criticó a las chicas que no dicen «no» a la actividad sexual, y afirmó que si una chica acepta cierto nivel de contacto sexual con los chicos, entonces debería aceptar el riesgo de que eso termine en violencia sexual.



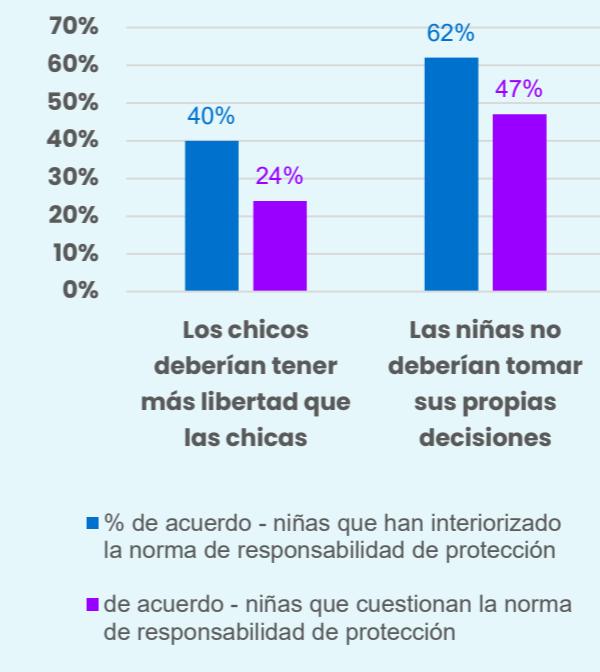
## Reducción de la autonomía y la confianza en sí mismas

El poder de las normas prescriptivas (lo que las niñas creen que la sociedad espera de ellas y de los demás) sobre la violencia y la protección se hace evidente en la manera en que estas normas se consolidan y arraigan con el tiempo, así como en la influencia que ejercen sobre las actitudes y los comportamientos de las niñas.

Un hallazgo clave de nuestra investigación con las niñas del estudio es que estas convicciones profundamente arraigadas también las llevan a creer que los niños deberían tener más libertad que ellas y a pensar que las niñas no son dignas de confianza para tomar sus propias decisiones.

Cuando tenían entre 14 y 15 años, el 40% de las chicas que había interiorizado normas sobre la responsabilidad de las niñas en su propia protección, también consideraba que los niños merecían tener más libertad que ellas. Esto sugiere que perciben dicha responsabilidad como una carga incompatible con las libertades que disfrutan los varones.

♦ FIGURA 7 Creencias que sostienen las niñas que han internalizado las normas de responsabilidad de su protección, en comparación con aquellas que las cuestionan (2021).



■ Niñas que estaban de acuerdo o muy de acuerdo en que es responsabilidad de las niñas protegerse de la violencia, o que sostienen que los padres deberían controlar/limitar los movimientos o el comportamiento de las niñas para mantenerlas a salvo.

Las niñas ofrecieron varias justificaciones para esta creencia. En Benín, Barbara opinaba que la libertad de las niñas debía restringirse debido a los mayores peligros que enfrentan en sus comunidades en comparación con los niños, mientras que Rosamie (Filipinas) sentía que las niñas tenían más que perder que los niños, y afirmaba que «un hombre puede hacer prácticamente cualquier cosa», pero que las niñas deberían tener menos libertades porque deben «cuidarse a sí mismas» (2021).

Además, muchas niñas en Benín y Togo establecieron vínculos entre la protección de las niñas, la restricción de su libertad y el trabajo de cuidados no remunerado. En 2021, Margaret (Benín) opinaba que las niñas debían quedarse en casa haciendo los quehaceres «para no prostituirse en el pueblo», mientras que los niños sí podían «salir y andar por ahí».

Djoumai, en Togo, también creía que las niñas debían mantenerse ocupadas en casa con tareas domésticas, y se preguntaba: «¿y si les diéramos más tiempo libre a las niñas y les pasara algo?» (2024).

Esto pone de manifiesto cómo el mito de la «niña buena», la idea de protección y las restricciones a la libertad de movimiento de las niñas están interconectados: las responsabilidades de cuidado no remuneradas no solo responden a una norma de género persistente,<sup>68</sup> sino que también se perciben a menudo como una forma de mantener a las niñas fuera de peligro, al ocuparlas en actividades consideradas «virtuosas».

Resulta preocupante observar una tendencia entre las niñas que asumen que su protección depende únicamente de ellas: muchas de ellas también creen que se debería limitar la autonomía de las niñas. Algunas afirman que no deberían tomar sus propias decisiones porque existe el riesgo de que «lo que elijan sea malo» (Karen, 2021, El Salvador), lo que podría derivar en violencia o agresiones.

En 2021, el 62 % de las niñas del estudio que adhería a las normas que responsabilizan a las niñas de su propia protección también consideraba que no deberían poder tomar decisiones por sí mismas.

Podemos concluir que la carga de tener que mantenerse a salvo —o de ser culpadas por el daño que puedan sufrir— lleva a las niñas a dudar de su propia capacidad para tomar decisiones.

♦ FIGURA 7 (página anterior) muestra que las niñas que han internalizado estas normas sobre la responsabilidad de su protección tienen más probabilidades de creer que los niños deberían tener más libertad que ellas y que las niñas no deberían tomar sus propias decisiones. Muchas niñas del estudio a nivel global expresaron que, si las niñas toman decisiones por sí mismas, es probable que «cometan errores» o tomen decisiones «equivocadas», lo que podría ponerlas en situaciones peligrosas.

Esta percepción fue especialmente fuerte entre las niñas de Benín y Togo: en ambos grupos, en 2021, todas coincidieron en que las niñas no deberían tener permitido tomar decisiones por su cuenta. Alice y Eleanor (Benín) afirmaron que, si las niñas pudieran decidir por sí mismas, «todo terminaría en caos» (2021), mientras que Esohana (Togo) consideró que, si las niñas tomaran decisiones sobre su seguridad y protección, «arruinarían sus vidas» (2021). Cabe destacar que Barbara (Benín) reflejó la idea de la «víctima ideal» al explicar por qué las niñas no deberían tomar decisiones: señaló que aquellas que lo hacen sin consultar a sus padres pierden el derecho a su protección y apoyo en caso de sufrir algún daño:

**«Si una niña toma una decisión y sale mal, y luego tiene que ir a hablar con su padre, él podría decir que no es responsable de la situación porque ella tomó la decisión sola.» — Barbara, 14 años (2021), Benín**



Activistas reparten folletos con la frase «¿Cuál es el coste de la violencia sexual contra las niñas?» en Brasil  
© Plan International / Thiago Duarte

Las palabras de Barbara son contundentes y muestran con claridad la relación entre la norma que responsabiliza a las niñas de su propia protección y la falta de autonomía en la toma de decisiones. Ante la amenaza de la culpabilización de la víctima y la posibilidad de no recibir protección, Barbara sentía que tomar decisiones por sí misma implicaba un riesgo demasiado grande.

De manera preocupante, la creencia de las niñas de que deben delegar en otras personas la toma de decisiones parece trasladarse de sus cuidadores a sus esposos o parejas, lo cual tiene consecuencias graves para su futura independencia. En un ejemplo, el esposo de Valerie (República Dominicana) comentó que controla el uso que ella hace de las redes sociales para que «no pase nada feo» (2024), como el acoso en línea.<sup>1</sup> Valerie, al parecer, no veía problema en este arreglo paternalista. Esto demuestra que, más que estar relacionadas con la edad, estas creencias están profundamente arraigadas en normas sociales patriarcales que controlan la movilidad, la autonomía y la capacidad de decisión de las mujeres.

<sup>1</sup> La metodología de *Real Choices, Real Lives* incluye una entrevista anual con cada niña del estudio y una entrevista separada con un cuidador. En los casos en que las niñas se habían casado o habían formado uniones informales, continuamos entrevistando a familiares o cuidadores (incluso si no convivían con la niña), en lugar de a esposos o parejas, para no reforzar normas perjudiciales y paternalistas que reproducen la desigualdad de género en las relaciones. En 2024, las personas entrevistadoras de *Real Choices, Real Lives* informaron que no fue posible realizar la entrevista con los familiares de Valerie de manera privada, ya que su esposo interrumpía repetidamente y hablaba por encima de la madre y la hermana de Valerie.

## Niñas que desafían las normas sociales perjudiciales



Las niñas creen que la violencia se aprende —y que también se puede desaprender

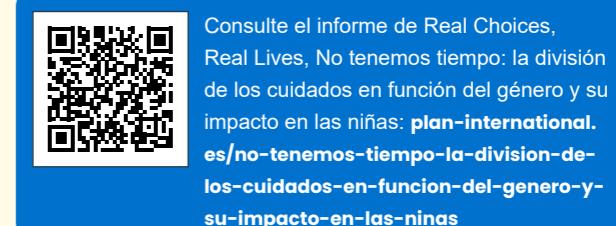
A medida que las niñas del estudio llegaban a la adolescencia tardía, comenzaron a aparecer señales alentadoras de que estaban cuestionando algunas de las normas sociales perjudiciales que habían influido en su manera de entender la violencia, la protección y su autonomía.

En 2024, el 89 % de las niñas del estudio de *Real Choices, Real Lives* creía firmemente que las madres y los padres pueden enseñar a los niños a no ser violentos ni agresivos.

Esto sugiere que, a los 17 y 18 años, las niñas estaban desafiando la idea de que la violencia es innata y propia del género masculino, y empezaban a comprender que estos comportamientos son socialmente aprendidos. Estudios han demostrado que, cuando se apoya a las niñas para que rechacen los roles de género rígidos —como la norma que asigna a mujeres y niñas la mayor parte del trabajo de cuidados no remunerado—, ellas comienzan también a reflexionar sobre otras cuestiones relacionadas con el poder y el género, incluida la violencia.<sup>69</sup>

Como se observó en el informe de 2024, *No tenemos tiempo*, muchas de las participantes del estudio de *Real Choices, Real Lives* estaban cuestionando las normas de género relacionadas con el trabajo de cuidados y el uso de su tiempo.

Este proceso de cuestionar normas perjudiciales de forma más general pudo haber influido en que las niñas comenzaran a rechazar la idea de que la violencia es algo «inevitabile». La percepción de que las normas sociales influyen en el comportamiento de los niños fue especialmente evidente entre las niñas de América Latina y el Caribe (97 % en 2024) y se expresó con claridad en las palabras de Gabriela, en Brasil:



Consulte el informe de *Real Choices, Real Lives, No tenemos tiempo: la división de los cuidados en función del género y su impacto en las niñas*: [plan-international.es/no-tenemos-tiempo-la-division-de-los-cuidados-en-funcion-del-genero-y-su-impacto-en-las-ninas](https://plan-international.es/no-tenemos-tiempo-la-division-de-los-cuidados-en-funcion-del-genero-y-su-impacto-en-las-ninas)

**«Depende de cómo los crien. [Los niños] pueden ser agresivos. Si se les enseña a ser de esa forma, así serán. Pero no todos los niños son así; incluso las niñas pueden ser agresivas también.» — Gabriela, 18 años (2024), Brasil**

Muchas niñas señalaron que la forma en que se cría a los niños contribuye a que ellos aprendan que la violencia y la agresividad son conductas aceptables. Entre ellas, Rebeca, en República Dominicana, afirmó que los niños y las niñas «desarrollan conductas agresivas según lo que aprenden en casa» (2024).

De forma significativa, algunas niñas también destacaron el poder de fomentar la no violencia a través de ejemplos positivos. Gabriela, en El Salvador, explicó que «la forma en que los padres y las madres tratan a sus hijos influye en su manera de pensar», lo que tiene un impacto en «cómo pueden desarrollarse durante la infancia y a lo largo de sus vidas» (2024).

La creencia de que los modelos positivos pueden ayudar a los niños a adoptar comportamientos no violentos era especialmente fuerte entre las participantes africanas del estudio, en particular en Benín y Uganda. Muchas de estas niñas mencionaron la norma de obediencia de los hijos hacia sus padres y madres, y señalaron que, por lo tanto, la responsabilidad de fomentar la no violencia recae en los padres y las madres.

“**«[A los niños] se les puede enseñar a dejar de ser agresivos; es responsabilidad de los padres y las madres educarlos y encaminarlos correctamente».** —Catherine, 17 años (2024), Benín

En todos los países del estudio, las niñas también destacaron el rol de los padres en la promoción de una resolución de conflictos saludable y en la regulación emocional. En El Salvador, Gladys señaló que el comportamiento de los padres puede servir de ejemplo positivo para los niños, ya que estos «quieren seguir sus pasos»; por eso, si un padre resuelve los conflictos sin violencia, es probable que sus hijos hagan lo mismo (2024). Dariana (República Dominicana) también destacó el papel central de los padres como modelos de comportamientos violentos y agresivos que los niños internalizan e imitan, y explicó que los niños «aprenden de sus padres» y que, por lo tanto, «si el padre es agresivo, no puede enseñarle a su hijo a no serlo» (2024). En la misma línea, Sen (Vietnam) consideró que el rol del padre es fundamental para «ayudar a regular las emociones de su niño» (2024). Esto pone de manifiesto la importancia crucial de las intervenciones basadas en las fortalezas, que refuerzan las habilidades de madres, padres y cuidadores en métodos de crianza positiva, así como programas que involucren a los hombres en el desarrollo de la primera infancia, e iniciativas que trabajen con niños y hombres para promover la igualdad de género y el comportamiento no violento.

Es significativo que, en todo el grupo global, solo Yen, en Vietnam, mencionara el papel de otros adultos en la vida de los niños como figuras que podrían ayudar a enseñarles a no ser agresivos ni violentos.<sup>6</sup> Esto sugiere una falta de conversaciones sobre la regulación emocional o la educación en relaciones respetuosas en las escuelas, la ausencia de figuras públicas o líderes comunitarios que hablen sobre la violencia de género (VG) y sus causas, así como campañas de sensibilización o cobertura mediática limitada

sobre el tema. De hecho, en las conversaciones sobre violencia a lo largo de los años, solo Fezire, en Togo (2024), mencionó haber visto una campaña de sensibilización sobre la violencia de género organizada por la Cruz Roja en su mercado local. Esto resulta preocupante, ya que sabemos —a partir del marco socioecológico— que las actitudes y creencias de las personas no se forman únicamente en el ámbito familiar, sino también a través de sus comunidades y de la sociedad en general. Cuestionar y desmantelar normas sociales complejas que se refuerzan por múltiples influencias en la vida de niños y niñas requiere intervenciones en todos los niveles del entorno socioecológico, y no puede recaer únicamente en la familia.



### Desafiando las normas: Campeones y Campeonas del Cambio

Campeones y Campeonas del Cambio (CoC) es la estrategia de Plan International para promover la igualdad de género y el cambio de normas sociales a nivel comunitario, mediante la participación activa de jóvenes y la movilización entre pares. Presente en 43 países (incluidos los nueve países focales del estudio de *Real Choices, Real Lives*), Campeones y Campeonas del Cambio ofrece oportunidades para el diálogo grupal y espacios seguros donde las niñas y los niños adolescentes pueden reflexionar de manera crítica sobre las cuestiones de género, lo que les permite transformar creencias profundamente arraigadas y cuestionar las estructuras de poder existentes.<sup>70</sup>

<sup>6</sup> Mientras que a las niñas se les pidió que respondieran a la afirmación «Los padres y las madres pueden enseñar a los niños a no ser agresivos ni violentos» utilizando una escala de Likert, las entrevistas de *Real Choices, Real Lives* utilizan un formato semiestructurado y discursivo, en el que las personas entrevistadoras hacen preguntas de seguimiento en función de cada respuesta. Excepto en el caso de Yen, en ninguna de las conversaciones posteriores sobre este tema las niñas mencionaron a otros actores como responsables de fomentar la no violencia.

## Las niñas quieren las mismas libertades

A pesar de haber restringido sus movimientos y vigilado su comportamiento para protegerse de la violencia, con el tiempo, las niñas del estudio llegaron a rechazar enérgicamente la idea de que los niños merecen más libertad que ellas. **Mientras que en 2021 el 33 % de las niñas creía que los niños debían tener más libertad que ellas, esta proporción se redujo al 18 % en 2024.** La creencia de que niñas y niños deben tener las mismas libertades fue defendida con más firmeza por las niñas de Uganda, Brasil y Vietnam. En estos tres países, todas las niñas rechazaron la idea de que los niños deban tener más libertad que ellas y fundamentaron sus argumentos en términos de igualdad de derechos. En Vietnam, Ly defendió con elocuencia la causa de la igualdad:

“**«Veo que [la libertad] es tanto para niñas como niños. Todos tienen ese derecho. Cada quien determina su vida; eso es la libertad».** — Ly, 18 años (2024), Vietnam

Natalia (Brasil) expresó ideas similares al afirmar que «las niñas deben tener los mismos derechos que los niños» (2024), mientras que Yen (Vietnam) argumentó que «los niños y las niñas son seres humanos, y tienen los mismos [derechos]» (2024). Varias niñas también sostuvieron que merecen las mismas libertades que los niños porque tienen las mismas capacidades.

Mariel, en El Salvador, afirmó que las niñas merecen libertad en igualdad de condiciones porque «una niña puede hacer lo mismo que un niño; no hay diferencia en cuanto a habilidades» (2024). Varias niñas señalaron los posibles daños que genera la desigualdad en la libertad de movimiento y en las oportunidades para las niñas. Algunas niñas, especialmente en El Salvador y

Uganda, destacaron que otorgar más libertades a los niños que a las niñas solo refuerza la dominación masculina y la desigualdad de género; factores clave que impulsan la violencia de género (VG). Susana (El Salvador) expresó su preocupación de que, si los niños tienen más libertad y derechos que las niñas, eso solo afianzará actitudes «machistas», y hará que los niños y hombres «crean que tienen derecho a decirles a las mujeres qué hacer» (2021). En Togo, Anti-Yara resaltó la relación entre la libertad de las niñas y sus oportunidades de desarrollo, y afirmó que la capacidad de las niñas de «evolucionar» se ve obstaculizada por la desigualdad y la falta de libertad. Sin embargo, muchas niñas reconocieron que, a pesar de soñar con vivir en un mundo más justo, la igualdad aún no es una realidad. Una gran parte de las niñas del estudio fue enfática en que esto tiene que cambiar. En Brasil, Juliana dijo lo siguiente:

“**«Creo que los derechos deben ser iguales. Pero hoy en día no es así. Quiero decir, las cosas nunca han cambiado. [...] Estoy totalmente en desacuerdo [con esto]».** — Juliana, 17 años (2024), Brasil

En concreto, varias niñas exigieron el derecho a la movilidad y al acceso al espacio público en las mismas condiciones que los niños. En El Salvador, Karen dijo que las niñas también deberían tener «el derecho a salir» (2024), mientras que Rebeca, en República Dominicana, lo resumió de forma clara:

“**«Como dicen que todos somos iguales y tenemos los mismos derechos, eso debería permitirnos sentirnos más seguras al salir».** — Rebeca, 18 años (2024), República Dominicana



Niñas juegan al fútbol en Brasil  
© Plan International / Bill Tanaka

## Las niñas exigen que sus voces sean escuchadas

Es evidente que, con el paso de los años, las niñas del estudio de *Real Choices, Real Lives* han desarrollado opiniones claras y firmes sobre sus derechos y están exigiendo que se las escuche.

Sin embargo, señalaron como una barrera importante el hecho de que sienten que los adultos que las rodean no las escuchan ni toman en cuenta sus opiniones. En 2024, solo el 59 % de las niñas sentía que los adultos en su comunidad escuchaban la opinión de las niñas. En Togo, Ayomide expresó su frustración al respecto:

**“Los adultos de [mi comunidad], aquí... mmm... cuando una niña habla, no la toman en serio. Dicen que las niñas no saben nada.”** — Ayomide, 18 años (2024), Togo

Entre las niñas del estudio, las del grupo del Sudeste Asiático fueron las que menos sintieron que los adultos las escuchaban. En Camboya, Mony sugirió que los adultos solo escuchan a las niñas en ciertas circunstancias, dependiendo de si están o no de acuerdo con su punto de vista.

**“A veces escuchan, a veces no. Depende de la opinión de las niñas.”** —Mony, 17 años (2024), Camboya

Algunas niñas destacaron las consecuencias negativas de no ser escuchadas por los adultos, especialmente en temas relacionados con la violencia y la protección. Tan (Vietnam) comentó que le resultaba «muy estresante» (2024) no ser escuchada, ya que eso significaba que los adultos no sabían lo que ella pensaba sobre estos temas.

Yen (también en Vietnam) habló sobre la importancia de una respuesta colectiva frente a los problemas comunes, y señaló que las niñas nunca podrán superar los desafíos relacionados con la violencia de género «si el problema se mantiene aislado» (2024).

De forma alentadora, alrededor de un tercio de las niñas del estudio dejaron claro que están alzando la voz y se niegan a ser ignoradas. En Brasil, Natalia compartió que se siente motivada a hablar sobre la seguridad en su comunidad porque «la opinión de las niñas es tan importante como la de los niños» (2024), y Davy, en Camboya, expresó algo similar:

**“Tenemos derecho a expresarnos y suficientes razones para hacerlo.”** — Davy, 17 años (2024), Camboya

Además de querer que los adultos las escuchen, las niñas también desean poder tomar sus propias decisiones sin sentir presiones por parte de sus cuidadores. Según ellas, las niñas son expertas en sus propias vidas y quieren ser independientes a la hora de decidir, incluso en lo relacionado con su seguridad y protección.

**“[Las niñas] son quienes saben lo que quieren hacer con sus vidas y cómo lo van a hacer.”** — Rebeca, 18 años (2024), República Dominicana

A lo largo de todo el grupo global, las niñas se mantuvieron optimistas respecto a que sus voces serán escuchadas y que los adultos comenzarán a prestarles atención. Algunas también destacaron que el cambio es posible. En Uganda, Beti celebró los cambios que ha visto en su comunidad, entre ellos que ahora se escucha más a las niñas:

**“En el pasado, se escuchaba mucho más a los niños que a las niñas, porque se mantenía la idea de que los niños eran quienes tenían el poder de formar una familia. Pero ahora, incluso las niñas han demostrado ser igual de fuertes. Así que ahora también las escuchan.”** — Beti, 17 años (2024), Uganda

## Conclusiones

**A lo largo de su adolescencia, las niñas del estudio de *Real Choices, Real Lives* han internalizado firmemente la creencia de que son ellas mismas las responsables de protegerse frente a la violencia y el abuso.**

Influenciadas por normas de género y sociales profundamente arraigadas, la internalización de las niñas de esta «norma de protección» muestra cómo funcionan las normas sociales prescriptivas: imponen recompensas o castigos sociales según si se cumplen o se transgreden, lo que explica por qué son tan difíciles de cambiar. Sus historias demuestran que las niñas creen que, si no se ajustan a las reglas establecidas sobre sus movimientos y comportamientos, inevitablemente sufrirán violencia o abuso, y que solo ellas mismas serán responsables del daño que experimenten.

En consecuencia, las niñas están limitando sus movimientos y modificando sus comportamientos, lo que tiene implicaciones preocupantes para sus capacidades de acceder a oportunidades educativas y de desarrollo, así como para participar plenamente en la vida comunitaria en igualdad de condiciones con los niños. También existen implicaciones más amplias para la libertad y la toma de decisiones de las niñas. Cuando las niñas reciben continuamente el mensaje de que no deben tomar decisiones sobre sus propios movimientos porque el resultado podría ser catastrófico, esto puede socavar su confianza para tomar cualquier decisión sobre sus vidas — incluyendo sus aspiraciones y trayectorias profesionales; sus elecciones sexuales, reproductivas y de pareja; y su participación cívica.

Sin embargo, a pesar de la fuerte adhesión a las normas de género y sociales sobre su responsabilidad de protección, hay evidencia de que las niñas están comenzando a cuestionar otras normas sociales perjudiciales relacionadas con la violencia.

A medida que han crecido, la mayoría de las niñas del estudio han comenzado a comprender que la violencia y la agresión son comportamientos aprendidos que pueden desaprenderse, posiblemente influenciadas por su mayor exposición a mensajes sobre igualdad de género y sus derechos como niñas.

A los 18 años, la mayoría de las niñas expresaban con firmeza que merecen las mismas libertades que los niños y exigían que los adultos escuchen sus voces y las incluyan en las decisiones que afectan su seguridad y protección.

**Esto representa una oportunidad significativa para la participación y la intervención: al desafiar las normas de género y sociales perjudiciales, se puede proteger a las niñas contra la violencia de género, apoyar que reclamen sus derechos y garantizar que sus voces sean escuchadas.**



# Recomendaciones

La necesidad urgente de crear un mundo libre de violencia de género es clara: La violencia de género es una crisis global y una violación profunda de los derechos humanos de las niñas, y la evidencia proveniente de las niñas del estudio de *Real Choices, Real Lives* demuestra claramente que la carga de mantenerse a salvo sigue recayendo en ellas; una norma que han internalizado profundamente.

Para desmantelar eficazmente estas creencias arraigadas y prevenir la violencia futura, debemos invertir de manera urgente en estrategias a largo plazo y de múltiples niveles que desafíen las normas sociales que legitiman el dominio y la violencia masculina. A partir de los aportes de las propias niñas participantes del estudio, las siguientes recomendaciones trazan la hoja de ruta de Plan International para avanzar hacia un mundo libre de violencia de género.



“[Las niñas] no pueden hacerlo solas, sino que necesitan el apoyo de los padres y las madres, los líderes locales, la policía y las organizaciones no gubernamentales para que las protejan de los perpetradores de violencia». — Sheila, 15 años (2021), Uganda

“No deberíamos tener que caminar con miedo, ni andar con cuidado; [sino] que son los demás quienes deben respetarnos». — Gladys, 17 años (2024), El Salvador



## Gobiernos

- ! Los gobiernos deben **ratificar y respetar todos los convenios y acuerdos internacionales pertinentes en materia de derechos humanos** que garanticen los derechos civiles y políticos de las niñas y los niños, así como aquellos relacionados con la violencia de género (VG), la violencia contra la niñez (VCN) y la violencia contra las mujeres y las niñas (VCMN). Los gobiernos deben asignar presupuesto e implementar y supervisar leyes, estrategias y políticas con enfoque de género, para garantizar que todas las niñas, los niños, los adolescentes y los jóvenes vivan libres de violencia, abuso y explotación.
- ! Los gobiernos deben actuar con urgencia para **contrarrestar el retroceso de derechos**, consagrar la igualdad de género y los derechos humanos en la legislación y en las políticas ejecutivas, y garantizar que dichas leyes estén plenamente alineadas con los marcos de derechos humanos globales y regionales. Los Estados deben acelerar los esfuerzos para alcanzar todos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).
- ! Los gobiernos donantes deben **cumplir con sus compromisos de Asistencia Oficial al Desarrollo (AOD)** y destinar el 0,7 % de su Ingreso Nacional Bruto (INB), priorizando las iniciativas para poner fin a la violencia y promover la igualdad de género. Además, se debe aumentar significativamente la proporción de fondos de desarrollo destinados a la igualdad de género y asignados específicamente a movimientos feministas, organizaciones lideradas por niñas y mujeres, y grupos que defienden los derechos de las personas LGBTQIA+.
- ! Los gobiernos deben **cerrar con urgencia las brechas de financiación** para abordar la violencia de género contra niñas y mujeres, y asignar fondos suficientes y sostenidos para la prevención primaria, los servicios esenciales de protección y las iniciativas de recopilación de datos. Los gobiernos deben reconocer el valor fundamental de los servicios sociales que abordan los factores interrelacionados que impulsan la violencia, incluidos la pobreza, el mal estado de salud y los impactos de los conflictos y el cambio climático. Los gobiernos deben poner fin a los recortes presupuestarios en estos sectores y reinvertir en los servicios sociales como una prioridad urgente.
- ! Los gobiernos, en particular a través de los ministerios de educación, **deben invertir en una educación transformadora de género que sea inclusiva y de calidad**, y que impulse el cambio de normas sociales. La educación transformadora de género debe integrarse en los planes de estudio nacionales desde los primeros años e incluir educación en relaciones respetuosas que promueva la igualdad de género y el respeto.
- ! Los gobiernos, en todos los niveles, deben **implementar y ampliar programas transformadores de género** que fomenten una crianza positiva, promuevan mensajes de equidad de género y comprometan a niños adolescentes y cuidadores hombres a reflexionar críticamente sobre las masculinidades, desarrollar habilidades emocionales y promover relaciones respetuosas y no violentas con las niñas y las mujeres.

## Gobiernos (continuación)

- ! Los gobiernos deben **apoyar y fortalecer los sistemas de protección y los mecanismos de denuncia** de la violencia de género (VG), lo que incluye asignar presupuestos adecuados y recursos suficientes para garantizar que los servicios sean apropiados según la edad y el género. Esto debe incluir inversiones en servicios para supervivientes de violencia, como apoyo psicosocial y legal para niñas y otras personas supervivientes, así como inversiones en formación obligatoria para el personal de las fuerzas de seguridad, trabajadores sociales y docentes sobre VG, y en la lucha contra los estereotipos de género y la culpabilización de las víctimas.
- ! Los gobiernos deben **mejorar la recopilación, el análisis y la presentación de datos desagregados** (por edad, sexo, etnia y otras categorías interseccionales) tanto sobre las experiencias de violencia de género como sobre las percepciones de esta violencia y los estereotipos de género. Esto permitirá comprender mejor dónde ocurre la violencia, a quiénes afecta y cómo podemos prevenirla.
- ! Los gobiernos deben **garantizar que las niñas, las adolescentes y las mujeres estén en el centro de todos los planes de preparación y respuesta ante emergencias**, reconociendo la protección infantil y la prevención de la violencia de género como intervenciones vitales en todas las fases de las crisis.
- ! Los gobiernos deben **establecer alianzas y brindar financiamiento sostenido a organizaciones lideradas por mujeres**, incluidas aquellas que trabajan con niñas, para crear mecanismos de coordinación centrados en las personas supervivientes y en la infancia, que aborden la violencia de género y la protección infantil en todos los contextos humanitarios.
- ! Los gobiernos deben **apoyar la integración de los sistemas de protección con otros sectores**, como las fuerzas de seguridad, la educación y la sanidad, y garantizar que todos los sectores cuenten con los recursos necesarios, las competencias adecuadas y la formación profesional continua para prevenir y responder de forma digna y adecuada a los casos de violencia de género.
- ! Los gobiernos deben **consultar e incluir a las niñas** en el diseño y seguimiento de los sistemas de prevención y protección, para garantizar que sus voces y necesidades estén en el centro de los esfuerzos para poner fin a la violencia de género.
- ! Los gobiernos deben **establecer y fortalecer marcos legales y de políticas que garanticen el derecho de las niñas a ser escuchadas** y a participar en la toma de decisiones, y deben garantizar que estos mecanismos sean equitativos y estén adaptados a la infancia. Los gobiernos deben fomentar el desarrollo de habilidades, fortalecer la confianza y ampliar el conocimiento de niñas y niños para que puedan participar activamente en los procesos de toma de decisiones. Además, deben garantizar que tengan acceso a información sobre sus derechos.

**«Es muy bueno escuchar a una niña. A una niña se le debe dar un espacio para que diga lo que está viviendo y también para que encuentre soluciones sobre cómo apoyar a otras niñas, especialmente a aquellas que no pueden hablar por sí mismas».** — Amelia, 15 años (2021), Uganda



## ONGI, OSC y organizaciones multilaterales

- ! Las ONGI y las OSC deben **trabajar conjuntamente con líderes locales, tradicionales y religiosos** para generar conciencia sobre las protecciones legales para las niñas, involucrar a actores comunitarios en la promoción de la aplicación de marcos legales nacionales e internacionales, y monitorear e incidir en leyes y estrategias relacionadas con la violencia de género para garantizar la igualdad, combatir los estereotipos y avanzar hacia la igualdad de género.
- ! Se requiere una inversión significativa para poner fin a la violencia de género y a la violencia contra la infancia. Las organizaciones donantes, las fundaciones filantrópicas y los bancos multilaterales de desarrollo **deben aumentar su inversión en la prevención de la violencia, el cambio de normas sociales y los programas transformadores de género**, al proporcionar financiación flexible y plurianual a las organizaciones de la sociedad civil.
- ! Las ONGI y las OSC deben centrarse en **el cambio de normas sociales y en programas intergeneracionales**, incluido el abordaje de la internalización de normas sociales perjudiciales por parte de las niñas, mediante la deconstrucción de los estereotipos de género, el cuestionamiento de la carga de la protección impuesta a ellas, y la promoción de una mayor conciencia sobre la violencia de género. Dado el papel clave que desempeñan los niños y los hombres en la prevención de la violencia, es fundamental que las ONGI y las OSC diseñen y ofrezcan programas e iniciativas que fomenten su implicación activa tanto en las tareas de cuidado como en acciones orientadas a la prevención.
- ! Las ONGI y las OSC deben **apoyar a los gobiernos y a las autoridades locales en la mejora de los servicios de protección existentes, así como en el análisis de necesidades para su ampliación y fortalecimiento** en función de las realidades locales.
- ! Asimismo, las ONGI y las OSC deben **colaborar con los gobiernos en la definición de directrices inclusivas y completas para la recolección y evaluación de datos**, y contribuir a la estandarización de los mecanismos de recopilación y presentación de información, con el fin de garantizar coherencia en el análisis de tendencias.
- ! Las ONGI y las OSC deben **garantizar la participación activa y significativa de las niñas en los procesos de evaluación de necesidades**, y colaborar con los prestadores de servicios para que los mecanismos de protección sean apropiados para su edad y género, seguros, accesibles y cuenten con canales confidenciales de denuncia y derivación. Además, deben establecerse políticas estrictas de salvaguardia que prevengan toda forma de explotación y abuso sexual.
- ! Los organismos y comités de Naciones Unidas (como ONU Mujeres, UNICEF y los Comités de la CEDAW) deben continuar y fortalecer sus alianzas con los gobiernos nacionales, las ONGI y las OSC para **brindar orientación sobre cómo coordinar y fortalecer los esfuerzos** para poner fin a la violencia de género, incluido el intercambio de datos, los aprendizajes, las herramientas y las buenas prácticas.
- ! Las ONGI deben **trabajar de manera intersectorial en alianzas** para compartir experiencias, generar enfoques basados en evidencia y asegurar que la prevención de la violencia de género, los enfoques transformadores de género y la protección estén integrados en los programas de salud y nutrición, educación, empoderamiento económico, salud y derechos sexuales y reproductivos, entre otros.

“[Las niñas] no deberían estar solas en esto; la comunidad también debe ayudar”. — Bianca, 15 años (2021), Brasil

## Autoridades locales y líderes comunitarios

- ! Las autoridades locales deberían **garantizar la existencia de programas de protección comunitarios** que estén integrados al sistema y los servicios de protección, cuenten con mecanismos de denuncia y derivación accesibles y adecuados para las niñas, y estén centrados en las personas supervivientes, basándose en sus experiencias reales y en las voces de los jóvenes. Las autoridades locales deben crear o fortalecer mecanismos comunitarios de retroalimentación que promuevan la rendición de cuentas de los servicios de protección.
- ! Las autoridades locales deben **fortalecer las capacidades locales para recopilar datos sobre violencia de género**, garantizar la confidencialidad de la información y utilizar herramientas y procedimientos desarrollados por la propia comunidad para la recopilación de datos.
- ! Los líderes comunitarios deben **empoderar a las niñas y los niños para que sean voces activas y agentes de cambio**, al brindarles espacios seguros donde puedan dialogar sobre temas de violencia, protección, seguridad e igualdad de género.

## Sector tecnológico y organismos reguladores

- ! Las plataformas de redes sociales deben **implementar y hacer cumplir regulaciones y directrices** claras que restrinjan contenidos sexistas y misóginos, estereotipos de género y discursos de odio, y hacer un control activo para eliminar cualquier contenido que promueva la violencia de género o las normas de género perjudiciales, garantizando así la seguridad online y digital para niñas, niños y jóvenes.
- ! Las empresas tecnológicas y los organismos reguladores deben **evaluar cuidadosamente el origen de las voces y los datos que alimentan las herramientas de inteligencia artificial**, y establecer mecanismos que garanticen que estos modelos no perpetúen estereotipos de género perjudiciales.

“Las niñas pueden tomar decisiones por sí mismas, y tienen el derecho a la vida, al desarrollo y a la libertad”. — Nakry, 14 años (2021), Camboya

# Glosario

<b>Adolescencia</b>	La etapa de la vida entre la infancia y la adultez, definida por la Organización Mundial de la Salud como el rango de edad de 10 a 19 años.
<b>Culpabilización de la víctima</b>	La culpabilización de la víctima ocurre cuando la responsabilidad por la violencia o el daño se desplaza del perpetrador hacia la víctima. Es decir, se responsabiliza a la víctima por el maltrato que ha sufrido.
<b>Matrimonios y uniones infantiles, tempranas y forzadas</b>	El MUITF abarca cualquier matrimonio o unión informal, ya sea bajo el derecho civil, religioso o consuetudinario, con o sin registro formal, en el que una o ambas partes tengan menos de 18 años o en el que no se haya obtenido el consentimiento pleno, libre e informado de una o ambas partes. <sup>71</sup>
<b>Mutilación o ablación genital femenina</b>	La mutilación o ablación genital femenina comprende todos los procedimientos que implican la extirpación parcial o total de los genitales externos femeninos, u otras lesiones a los órganos genitales femeninos por razones no médicas. <sup>72</sup>
<b>Normas de género</b>	Las normas de género son un subconjunto de las normas sociales. Describen cómo se espera que nos comportemos en función de cómo nos identificamos —o cómo otros nos identifican— en términos de género.
<b>Normas sociales</b>	Las normas sociales son percepciones sobre cuáles comportamientos son apropiados y comunes dentro de un determinado grupo de personas. Son reglas principalmente informales, a menudo no expresadas o no escritas, que la mayoría de las personas asimila, acepta y sigue. Tienen consecuencias sociales, es decir, generan recompensas cuando se cumplen y sanciones cuando no se respetan.
<b>Violencia contra las mujeres (y niñas)</b>	Cualquier acto de violencia de género que tenga como resultado, o que pueda tener como resultado, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico en las mujeres, incluidas las amenazas de tales actos, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o privada. <sup>73</sup>
<b>Violencia contra la niñez</b>	La violencia contra la infancia incluye todas las formas de violencia física, sexual y emocional, negligencia, trato negligente y explotación. <sup>74</sup>

# Glosario (continuación)

<b>Violencia de género</b>	La VG es un término general que abarca cualquier acto perpetrado contra la voluntad de una persona y que se basa en diferencias de género asignadas socialmente. Incluye actos que causan daño o sufrimiento físico, psicológico o sexual, amenazas de tales actos, coerción y otras formas de privación de la libertad. Algunos ejemplos incluyen la violencia de pareja (VP), la explotación y el abuso sexual, el MUITF, la MGF/C, el embarazo forzado, la trata con fines de explotación sexual y la violencia sexual. <sup>75</sup>
<b>Violencia doméstica</b>	Actos de violencia que ocurren en entornos domésticos entre dos personas que están o estuvieron en una relación íntima. Incluye abuso físico, sexual, emocional, psicológico y financiero. <sup>76</sup>
<b>Violencia online</b>	La violencia online incluye actos de abuso que son cometidos, facilitados o agravados total o parcialmente mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Incluye el acoso online, el ciberacoso y la violencia de género facilitada por la tecnología (VGFT). <sup>77</sup>
<b>Violencia física</b>	La violencia física consiste en actos destinados a causar daño o lesión física a otra persona, e incluye acciones como empujar, agarrar, abofetear, patear, morder, golpear, quemar o amenazar o atacar con un arma. <sup>78</sup>
<b>Violencia psicológica y emocional</b>	Incluye actos como la restricción de movimiento; patrones de humillación, culpabilización, amenazas, intimidación, discriminación o ridiculización; y otras formas no físicas de rechazo o trato hostil. Implica tanto incidentes aislados como patrones de abuso a lo largo del tiempo. <sup>79</sup>
<b>Violencia sexual</b>	La violencia sexual se define como cualquier tipo de comportamiento sexual dañino o no deseado que se impone a una persona, ya sea mediante el uso de la fuerza, la intimidación o la coerción. <sup>80</sup>



## Agradecimientos

### Expresamos nuestro más sincero agradecimiento a:

Cada una de las niñas, los familiares y los miembros de la comunidad que han contribuido al proyecto de investigación *Real Choices, Real Lives* a lo largo de su historia. Esta investigación no habría sido posible sin sus aportes y el tiempo dedicado durante todos estos años.

Las Oficinas de País de Plan International en Benín, Brasil, Camboya, República Dominicana, El Salvador, Filipinas, Togo, Uganda y Vietnam han supervisado la recolección de datos.

### Un agradecimiento especial a nuestros puntos focales:

A lo largo de los años, muchas personas han participado en la recolección de datos. Recientemente, agradecemos especialmente a nuestros puntos focales en el estudio: Roland Djagaly en Benín; Ana Lima en Brasil; Vannara Ouk en Camboya; Olga Figuereo en República Dominicana; Julia Brenda Lopez y Celina Rosales en El Salvador; Romualdo Codera Jr. y Manny Madamba en Filipinas; Joseph Badabadi en Togo; David Aziku en Uganda; y Trung Truong Vu en Vietnam.

### Este informe de investigación fue escrito por:

Dra. Kit Catterson y Adèle Pavé.

### Un agradecimiento especial a:

Debora Cobar, Melina Froidure, Jacqueline Gallinetti, Consuelo Laso, Claire Mathellie-Marcano y María Paula Suarez por su colaboración en la elaboración de este informe de investigación.

Agradecemos también a Adamu Abubakari, Carin Atterby, Mercedes Barrios, Phanna Chhim, Milena D'Atri, Daniel Molina, Getrude Ndlovu, Kathleen Sherwin y Sarah Vandendooren por sus aportes y comentarios sobre el informe y las recomendaciones.

### Financiado y gestionado por:

Desde 2021, el estudio ha sido generosamente financiado por las organizaciones nacionales de Plan en Canadá, Dinamarca, Finlandia, Francia, Alemania, Irlanda, Suecia, Suiza y el Reino Unido, y gestionado por el Global Hub de Plan International. Antes de 2021, el estudio fue financiado y gestionado por Plan International Reino Unido.

### Diseño y maquetación:

Sara Mena de Doodlio Studio

# Notas finales

1. UN Women (2024a) One woman or girl is killed every 10 minutes by their intimate partner or family member. Disponible en : <https://www.unwomen.org/en/news-stories/press-release/2024/11/one-woman-or-girl-is-killed-every-10-minutes-by-their-intimate-partner-or-family-member>
2. World Health Organization (2024) Violence against women. Disponible en : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
3. SRSG on Violence Against Children (2025) Building the Investment Case for Ending Violence Against Children. Disponible en : <https://violenceagainstchildren.un.org/news/building-investment-case-ending-violence-against-children>
4. Pereznieta, P. et al. (2014) The costs and economic impact of violence against children, ODI Global. Disponible en : <https://media.odi.org/documents/9177.pdf>
5. World Vision International et al (2021) Counting Pennies 3. Disponible en : <https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/Counting-Pennies-3-official-development-assistance-end-violence-against-children.pdf>
6. OECD (2025) Preliminary Official Development Assistance Levels in 2024. Disponible en : [https://one.oecd.org/document/DCD\(2025\)6/en/pdf](https://one.oecd.org/document/DCD(2025)6/en/pdf)
7. OECD (2025) Preliminary Official Development Assistance Levels in 2024. Disponible en : [https://one.oecd.org/document/DCD\(2025\)6/en/pdf](https://one.oecd.org/document/DCD(2025)6/en/pdf)
8. Joining Forces (forthcoming - 2025) Close the Gap: Invest in Ending Violence Against Children.
9. UN Women (2025) At breaking point: The impact of foreign aid cuts on women's organisations in humanitarian crises worldwide. New York: UN Women. Disponible en : <https://www.unwomen.org/sites/default/files/2025-05/at-a-breaking-point-the-impact-of-foreign-aid-cuts-on-womens-organizations-in-humanitarian-crisis-worldwide-en.pdf>
10. Plan International (2018) The Rights of Children and Young People to Live Free from Violence. Disponible en : <https://plan-international.org/publications/the-rights-of-children-to-live-free-from-violence>, p.3-5
11. Ibid, p.5
12. Proteknô (2024a) Intimate Partner Violence (IPV) and Children, Adolescents, and Youth (CAY), Especially Young Women and Girls: A Road Map for Plan International, Proteknô, p. 2-3
13. OHCHR (2025) Advancing sustainable, inclusive, science and evidence-based solutions for the 2030 Agenda for Sustainable Development and its Sustainable Development Goals for leaving no one behind. Disponible en : <https://www.ohchr.org/sites/default/files/documents/hrbodies/crc/crc-input-hlfp-2025-logo.pdf>
14. CEDAW Committee (2025) Advancing Gender Equality in the SDGs: A CEDAW-Based Framework for Crisis Response and Recovery. Disponible en : <https://www.ohchr.org/sites/default/files/documents/hrbodies/cedaw/cedaw-hlfp-2025-adopted.docx>
15. Plan International Canada (n.d.) Child Marriage. Disponible en : <https://plancanada.ca/en-ca/our-work/why-we-focus-on-girls-child-marriage>
16. Heise, L. (2011) What works to prevent partner violence: An evidence-based review, ResearchGate, Disponible en : [https://www.researchgate.net/profile/Lori-Heise/publication/292047239\\_What\\_Works\\_to\\_](https://www.researchgate.net/profile/Lori-Heise/publication/292047239_What_Works_to_)
17. Prevent\_Partner\_Violence\_An\_Evidence\_Overview/links/5adf81050f7e9b285945d903/What-Works-to-Prevent-Partner-Violence-An-Evidence-Overview.pdf, p.13
18. Caribbean Development Bank and UN Women (2020) Intimate Partner Violence in Five CARICOM Countries: Findings from National Prevalence Surveys on Violence Against Women. Disponible en : <https://caribbean.unwomen.org/sites/default/files/2022-02/20201009%20CARICOM%20Research%20Brief%205.pdf>, p.20-21, p.31
19. Pan American Health Organization (2024) Violence against children. Disponible en : <https://www.paho.org/en/topics/violence-against-children>
20. UN Women (2024b) Facts and figures: Ending violence against women. Disponible en : <https://www.unwomen.org/en/articles/facts-and-figures/facts-and-figures-ending-violence-against-women>
21. UNICEF (2024a) Child marriage. Disponible en : <https://data.unicef.org/topic/child-protection/child-marriage>
22. UN Women Europe and Central Asia (2023) Facts and figures: Ending violence against women. Disponible en : <https://eca.unwomen.org/en/stories/explainer/2023/12/facts-and-figures-ending-violence-against-women>
23. Girls not Brides (n.d.) Adolescent pregnancy and child marriage. Disponible en : <https://www.girlsnotbrides.org/learning-resources/child-marriage-and-health/adolescent-pregnancy-and-child-marriage>
24. Plan International (2018), p.37
25. UNICEF (2024b) Female Genital Mutilation: A global concern. Disponible en : <https://data.unicef.org/resources/female-genital-mutilation-a-global-concern-2024>
26. O'Brien, M. (2024) Online violence: real life impacts on women and girls in humanitarian settings, Humanitarian Law & Policy. Disponible en : <https://blogs.icrc.org/law-and-policy/2024/01/04/online-violence-real-life-impacts-women-girls-humanitarian-settings>
27. Stark, L. et al. (2021) Gender-based violence against adolescent girls in humanitarian settings: a review of the evidence, The Lancet Child & Adolescent Health, 5:3. Disponible en : <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2352464220302455>
28. UN Women Europe and Central Asia (2023)
29. Plan International (2018) p39; World Health Organization (2022) Violence against children. Disponible en : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-children>
30. Zhu, J. et al (2023) Adverse childhood experiences and intimate partner violence: A meta-analysis, Dev Psychopathol, 36:2; Fulu, E. et al (2013) Why do some men use violence against women and how can we prevent it? Quantitative findings from the United Nations Multi-Country Study on Men and Violence in Asia and the Pacific. Bangkok: UNDP, UNFPA, UN Women and UN Volunteers.
31. World Health Organization (2024)
32. Alheiwi, S. et al (2022) Adolescent girls are falling through the cracks of violence prevention, UNICEF Innocenti. Disponible en : <https://www.unicef.org/innocenti/stories/adolescent-girls-are-falling-through-cracks-violence-prevention>
33. Plan International (2018) p. 32
34. Adapted from Our Watch (2021) Change the Story: A shared framework for the primary prevention of violence against women in Australia (second edition). Melbourne, Australia: Our Watch. Disponible en : <https://assets.ourwatch.org.au/assets/Key-frameworks/Change-the-story-summary-AA.pdf>
35. Ibid, p.6
36. Fulu, E. et al. (2017) What Works Evidence Review: Intersections of violence against women and violence against children. What Works to Prevent Violence: A Global Programme to Prevent Violence Against Women and Girls. Disponible en : <https://www.whatworks.co.za/documents/publications/116-vac-vaw-evidence-brief-new-crop-1/file>, p. 2
37. Our Watch (2021) p.6
38. Sommer, M. et al. (2018) How gender norms are reinforced through violence against adolescent girls in two conflict-affected populations, Child Abuse & Neglect, 79. Disponible en : <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0145213418300644>
39. Ibid, p. 8-9
40. Sommer, M. et al. (2018) Heise, L. (1998) Violence Against Women: An Integrated, Ecological Framework, Violence Against Women, 4:3.
41. Fulu, E. et al (2013)
42. Sommer, M. et al. (2018) Heise, L. (2011) p.14
43. Bicchieri, C. (2005) The Grammar of Society: The Nature and Dynamics of Social Norms. Cambridge: Cambridge University Press.
44. Lillestone, P.S. et al. (2016) Understanding social norms and violence in childhood: theoretical underpinnings and strategies for intervention, Psychology, Health & Medicine, 22:1
45. Sommer, M., et al (2018) McDonnell, K.A., et al (2011) Women's Perceptions of their Community's Social Norms Towards Assisting Women Who Have Experienced Intimate Partner Violence, Journal of Urban Health, 88:2
46. Heise, L. (2011), p.13
47. Ibid
48. Caribbean Development Bank and UN Women (2020), p.31
49. Ibid, p.20-21
50. Proteknô (2024) p.6
51. Proteknô (2024) Exploring opportunities for coordinated response to intimate partner violence and child maltreatment in low- and middle-income countries: a scoping review, Psychology, Health & Medicine, 22:S1
52. Fulu E. et al. (2017), p.4
53. Heise, L. (2011), p12
54. Fulu E. et al. (2017), p.4
55. Our Watch (2021), p.6
56. Christie, N. (1986) Ideal Victim, in Fattah, E. (ed) From Crime Policy to Victim Policy: Reorienting the Justice System, Basingstoke: Palgrave Macmillan; Inunza, M. (2022) The significance of victim ideality in interactions between crime victims and police officers, International Journal of Law, Crime and Justice, 68
57. Sommer, M. et al (2018)
58. de la Torre Laso, J. et al. (2022) The relationship between attribution of blame and the perception of resistance in relation to victims of sexual violence, Frontiers in Psychology, 13. Disponible en : <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/>
59. Ibid
60. Rosaria Juli, M., Juli, R., Juli, G. and Figliuzzi, S. (2023) Victim Blaming: Being a Victim Twice. Comparison of Emotional and Socio-Cultural Aspects, Psychiatria Danubina, 35:2. Disponible en : [https://www.psichiatria-danubina.com/UserDocs/Images/pdf/dnb\\_vol35\\_noSuppl%202/dnb\\_vol35\\_noSuppl%202\\_150.pdf](https://www.psichiatria-danubina.com/UserDocs/Images/pdf/dnb_vol35_noSuppl%202/dnb_vol35_noSuppl%202_150.pdf)
61. Ibid
62. de la Torre Laso, J. et al. (2022) Bridging the gaps: A global review of intersections of violence against women and violence against children. Global Health Action, 9(1)
63. Plan International (2024) Out of Time: The Gendered Care Divide and its Impact on Girls, Technical Report. Disponible en : [https://plan-international.org/uploads/2024/10/Out-of-Time\\_RCRL-Technical-Report\\_final.pdf](https://plan-international.org/uploads/2024/10/Out-of-Time_RCRL-Technical-Report_final.pdf)
64. World Health Organisation (2016) INSPIRE: Seven Strategies for Ending Violence Against Children. Disponible en : <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/207717/9789241565356-eng.pdf>
65. Plan International (2025) Champions of Change. Disponible en : <https://plan-international.org/youth-empowerment/champions-of-change>
66. Plan International (2020) Child Early and Forced Marriage and Unions. Disponible en : [https://plan-international.org/uploads/2022/02/glo-cefmu\\_policy\\_brief-final-io-eng-jan21-1.pdf](https://plan-international.org/uploads/2022/02/glo-cefmu_policy_brief-final-io-eng-jan21-1.pdf)
67. OurWatch (2024) Types of violence against women. Disponible en : <https://www.ourwatch.org.au/types-of-violence-against-women>
68. World Health Organization (2025) Female genital mutilation. Disponible en : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/female-genital-mutilation>
69. Proteknô (2024b) Protection from Violence: Intersections between violence against women and violence against children in Plan International's work, p.2
70. World Health Organization (2012) Understanding and addressing violence against women: Intimate Partner Violence. Disponible en : <https://www.who.int/publications/item/WHO-RHR-12.36>
71. Breiding, M.J. et al (2015) Intimate Partner Violence Surveillance: Uniform Definitions and Recommended Data Elements, National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention (CDC)
72. O'Brien, M. (2024)
73. UNFPA (2021) Prevalence Rates, Trends and Disparities in Intimate Partner Violence: Power of Data in the IPV Geospatial Dashboard. New York, USA: United Nations Population Fund. Disponible en : [https://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/IPVDataAnalysisReport\\_final.pdf](https://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/IPVDataAnalysisReport_final.pdf), p.5
74. Plan International (2018)
75. UNFPA (2021), p.5-6
76. Pan American Health Organization (2024)
77. United Nations General Assembly (1993) Declaration on the Elimination of Violence against Women, proclaimed by General Assembly resolution 48/104 of 20 December 1993. Disponible en : [https://www.un.org/en/genocideprevention/documents/atrocity-crimes/Doc.21\\_declaration%20elimination%20vaw.pdf](https://www.un.org/en/genocideprevention/documents/atrocity-crimes/Doc.21_declaration%20elimination%20vaw.pdf)



Until we are all equal

## Acerca de Plan International

Plan International es una organización humanitaria y de desarrollo independiente que defiende los derechos de la infancia y la igualdad de las niñas. Creemos en el poder y el potencial de cada niña y niño, pero sabemos que con frecuencia se ven reprimidos por la pobreza, la violencia, la exclusión y la discriminación. Y son las niñas quienes se ven más afectadas.

Trabajamos junto a niñas, niños, jóvenes, seguidores y socios para construir un mundo más justo, mientras abordamos las causas profundas de los desafíos que enfrentan las niñas y los niños más vulnerables. Apoyamos los derechos de la infancia desde el nacimiento hasta que alcanzan la adultez, y las/los ayudamos a prepararse y responder ante crisis y adversidades. Impulsamos cambios en las políticas y las prácticas a nivel local, nacional y global, gracias a nuestro alcance, experiencia y conocimiento.

Desde hace más de 85 años, hemos convocado a personas optimistas y decididas para transformar la vida de los niños y las niñas en más de 80 países.

**No nos detendremos hasta lograr la igualdad.**

Publicado en 2025. Texto © Plan International.

### Plan International España

C/Pantoja 10  
28002, Madrid, España

Atención al donante:  
900 244 000  
atencionaldonante@plan-international.org



[plan-international.es](http://plan-international.es)



[facebook.com/Planinternational.es](https://facebook.com/Planinternational.es)



[twitter.com/PlanInt\\_ES](https://twitter.com/PlanInt_ES)



[instagram.com/planint\\_es](https://instagram.com/planint_es)



[linkedin.com/company/plan-espa-a](https://linkedin.com/company/plan-espa-a)



[youtube.com/user/PlanEspana](https://youtube.com/user/PlanEspana)