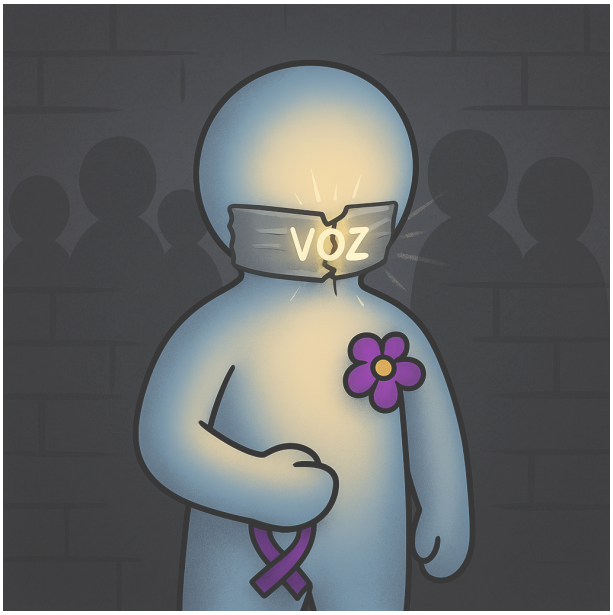
Columna de Opinión

Callar También Es Violencia: La Imposición del Silencio como Forma de Dominación

Catalina Cortés B.



La violencia de género no siempre se manifiesta en golpes o gritos. A veces, es sutil, casi invisible, pero igual de dañina. Una de sus formas más insidiosas es el silencio impuesto, esa voz que no se alza por miedo, por vergüenza, o por la creencia profundamente arraigada de que hablar no servirá de nada. Callar también es violencia, especialmente cuando ese silencio no es elegido, sino forzado por una estructura social que minimiza, justifica y normaliza el acoso.

En muchas sociedades, las mujeres han aprendido a sobrevivir al acoso silenciando su dolor. Las frases “quizás estás exagerando”, “no fue para tanto”, o “es solo una mirada” no sólo deslegitima la experiencia individual, sino que son expresiones de lo que la socióloga Marcela Lagarde y el antropólogo Pierre Bourdieu han descrito como violencia simbólica: aquella que se ejerce no con armas, sino con discursos, costumbres y formas de socialización profundamente normalizadas (Lagarde, 2005; Bourdieu, 2000).

Desde la infancia, se nos enseña a tolerar comentarios sexuales disfrazados de halagos, roces no consentidos, miradas invasivas, insinuaciones en la calle o el trabajo... todo esto muchas veces no se nombra, no se denuncia, y lo más grave: no se habla siquiera. Así, el silencio no es simplemente una ausencia de palabras, sino un producto cultural y estructural de una sociedad que condiciona a las mujeres a soportar sin ruido.

Los cuerpos callan y la mente guarda. Ese silencio físico y emocional se convierte en un contenedor del trauma, de la vergüenza ajena que nos han hecho cargar como propia. No es solo que no hablamos: es que el cuerpo aprende a contener el miedo y la mente a silenciar la angustia.

Callar también es violencia y no se trata solo de la ausencia de palabras, sino de un sistema que castiga la voz femenina cuando se convierte en denuncia.

Callar no siempre es una elección. Es una reacción defensiva, un mecanismo de supervivencia ante un entorno que muchas veces responde con indiferencia o juicio. Y es aquí donde se revela el verdadero rostro del callar violento: un silencio cultivado por miedo al castigo, a la exclusión, a la falta de credibilidad.

Según Bourdieu (2000), estas formas simbólicas de dominación no necesitan de la coerción física porque se naturalizan a través de las prácticas sociales y así, muchas mujeres, incluso sin ser conscientes, interiorizan este mandato de silencio como si fuera parte de su identidad. Callar se convierte entonces en una carga colectiva, en un pacto no escrito que aísla, enferma y perpetúa la desigualdad.

La violencia de callar no es solo individual, también es colectiva. A diario, miles de niñas y mujeres comparten historias similares, pero en soledad. Y ese aislamiento refuerza el poder de quien acosa, al dejar a sus

víctimas sin red, sin validación, sin voz. Es una forma de control silencioso, pero eficaz.

En Chile, la V Encuesta Nacional de Violencia contra la Mujer (2024) reveló que un 20,3% de las mujeres reportaron haber sufrido algún tipo de violencia en el último año, y un 33,4% ha sido víctima en algún momento de su vida. Sin embargo, solo el 37,4% de quienes experimentaron violencia física denunciaron el hecho, lo que evidencia la fuerza de ese silencio impuesto (Ministerio de la Mujer y la Equidad de Género, 2024).

Hablar, por tanto, se convierte en un acto político. En un gesto de resistencia. Romper el silencio no solo permite sanar, también desafía la estructura que lo impone. Por eso, es urgente crear espacios seguros donde las mujeres puedan contar sus experiencias sin miedo ni vergüenza. Donde el “yo también” no sea una frase que nos iguala en el sufrimiento, sino una herramienta de sororidad y empoderamiento.

El silencio no debería ser la única opción. El acoso no debería ser una experiencia común pero muda. Y la cultura no puede seguir enseñándonos a callar, como si nuestra incomodidad, nuestro miedo o nuestro dolor no tuvieran lugar en la conversación pública.

¿No es momento de preguntarnos por qué callamos? ¿Y qué podríamos cambiar si empezamos a hablar, a escucharnos y a creer en lo que decimos?

Porque sí: callar también es violencia. Y romper ese silencio es el primer paso para transformar una sociedad que, hasta ahora, ha hecho del silencio femenino una norma aceptada.

Referencias

Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Anagrama.

Lagarde, M. (2005). *Los cautiverios de las mujeres: Madresposas, monjas, putas, presas y locas.* UNAM.

Ministerio de la Mujer y la Equidad de Género. (2024). *Resultados V Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres*. https://cead.spd.gov.cl/wp-content/uploads/file-manager/presentacion-resultados-envcm-2024 .pdf