

El valor de ser

# MUJER:

“Voces que convirtieron el silencio  
en Resiliencia”



VIII CONCURSO NACIONAL DE PERIODISTAS  
PERIODISMO QUE LLEGA   
**SIN VIOLENCIA**

  
**OBSERVATORIO  
de medios**  
Iniciativa de Calandria & Concertv



By:

*Valeri Nicol Apaguëño*



## El valor de ser Mujer: Voces que convirtieron el silencio en Resiliencia

*Cinco mujeres de la provincia de Alto Amazonas alzan su voz para contar su historia, luego de haber enfrentado y superado la violencia en todas sus formas. En sus relatos, resuena la lucha contra el machismo que las quisieron silenciar, pero hoy son un testimonio de fortaleza. Sus vivencias, como las de muchas otras, permanecen calladas, pero ahora, finalmente, encuentran el espacio para ser escuchadas.*

**Por: Valeri Nicol Apagüño**

El sol brillaba intensamente sobre las calles de Yurimaguas, la capital de Alto Amazonas, iluminando la valentía de mujeres que, al igual que las flores que brotan en la Amazonía, se alzaban después de años de lucha silenciosa. En un rincón olvidado por muchos, cinco voces decidieron romper el silencio y compartir sus historias de violencia, historias que, aunque comunes, rara vez se atrevían a ser contadas.

De acuerdo con los resultados más recientes de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) del primer semestre de 2024, el 52,5% de las mujeres entre 15 y 49 años han experimentado algún tipo de violencia por parte de sus esposos o parejas. Entre los casos registrados, la violencia psicológica encabeza la lista con un preocupante 48,9%, seguida por la violencia física, que afecta al 26,7%, y la violencia sexual, que representa el 5,2%. Estas cifras evidencian la magnitud de una problemática que sigue afectando profundamente a miles de mujeres en el país.

El impacto de la violencia no discrimina edades, pero los datos son alarmantes entre las más vulnerables: 23,877 denuncias fueron realizadas por niñas y adolescentes menores de 18 años. Las mujeres adultas, de entre 18 y 59 años, lideraron las cifras con 51,880 denuncias, mientras que 4,238 correspondieron a mujeres mayores de 60 años. Estas estadísticas exponen una realidad cruel que atraviesa generaciones.

Entre enero y septiembre de 2024, los Centros de Emergencia Mujer (CEM) en la región de Loreto recibieron 2537 denuncias por violencia, de las cuales 1093 fueron por violencia psicológica, 877 por violencia física y 560 por violencia sexual. **Sin embargo, se estima que estas cifras podrían ser mayores, ya que muchas mujeres no denuncian los hechos.**

Aquí se unen cinco historias de mujeres que no se conocen pero que si comparten algo en común: Vivieron la violencia en las sombras.



Brígida locutando (Foto: Cortesía Artime Gonzáles)

## “SER MUJER EN BALSAPUERTO ES UN RETO POR LAS TRADICIONES QUE NOS IMPONEN”

Brígida Tangoa Mapuchi  
21 años

En el distrito Balsapuerto, el futuro de una mujer se define desde la cuna. No importa si es inteligente, si sueña con algo más, si se aferra a los libros. Al final, la tradición dicta su destino: Casarse joven, tener hijos, trabajar en la chacra y callar. A los 12 años, muchos ya tienen pareja. A los 15, los embarazos son tan normales como la lluvia. Y a los 17, si no tienen marido, la familia se encarga de encontrarles uno.

Brígida debía seguir ese camino. Le dijeron que estudiar no era para mujeres. Casi le eligieron un esposo. Le prepararon el destino. **Pero ella eligió romperlo.**

### LA NIÑA QUE DEBÍA SOÑAR

Brígida nació el 21 de julio de 2003. Es la séptima de diez hermanos, creció en un hogar donde la educación no era prioridad para las mujeres. De sus cuatro hermanas, ninguna llegó a estudiar su superior. Dos quedaron embarazadas en la secundaria y una ni siquiera terminó la primaria.

Pero Brígida era diferente. Nunca faltaba a clases. Quería aprender. Su mente no estaba en la chacra ni en un matrimonio temprano. “Quería ser profesional y ayudar a sus padres”, asegura Brígida.

A los 14 años, la realidad le golpeó con fuerza. Sus propios compañeros de secundaria se burlaban de ella:

*“Las mujeres no pueden estudiar.”*

*“Para qué estudias, si igual vas a tener marido”.*

*“Deja de perder el tiempo.”*

Esas palabras la herían como un cuchillo de que no podía cambiar su destino, empezó a dudar de sí misma. ¿Realmente tenía sentido esforzarse? Fue su tutora quien la sostuvo. “Tú puedes cambiar tu destino”, le dijo. Pero ¿Cómo cambiar algo que parecía grabado en piedra?

## AL BORDE DEL COMPROMISO FORZADO

A los 17 años, Brígida dejó de ser una estudiante con sueños. Se convirtió en una mercancía.

Un primo suyo tenía un cuñado de 26 años. Un hombre que ella jamás había visto, pero que ya estaba siendo negociado como su futuro esposo. “Él te va a mantener”, le dijeron. No era una propuesta. Era un acuerdo.

Brígida se enfrentaba a una pedida de mano. Ella no tuvo voz. Simplemente calló.

Pero su madre se enteró y rompió el silencio por ella. “Brígida debe estudiar, no va a tener marido”.

En Balsapuerto, las madres no suelen ganar estas batallas. Las costumbres pesan más. Brígida sabía que su madre no podría protegerla para siempre. Y si no hacía algo, tarde o temprano, su destino la alcanzaría.



Vestimenta Shawi (Foto: Cortesía Brígida)



Brígida en edición (Foto: Cortesía Artime Gonzáles)



Brígida danzando (Foto: Cortesía Brígida Tangoa)

La desigualdad sigue marcando la vida de las mujeres indígenas: El 70% no cuenta con ingresos propios, y el 40% de las adolescentes indígenas no acceden a la educación secundaria.

Además, entre mayo y junio de 2024, el servicio de Atención Rural del Programa Aurora, del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, atendió 756 casos de violencia contra mujeres indígenas.

## EL ESCAPE: LA SOLEDAD O LA LIBERTAD

Su hermana entendió que la única salida era sacarla de allí. Le consiguió trabajo en Yurimaguas, en casa de una profesora.

Pero la libertad tenía un precio. Yurimaguas era una ciudad extraña. No tenía familia. No tenía amigos. No tenía nada.

“Había noches en las que quería regresar. Pero sabía que si regresaba, no iba a poder estudiar”. Entonces, en medio de la incertidumbre, apareció una nueva oportunidad. Ese mismo año, postuló al Instituto Pedagógico Monseñor Elías Olázar para estudiar Educación Primaria Intercultural. Y entró.

Ya no era una niña escapando. Ahora era una estudiante con un propósito.

### UN AULA VACÍA, UN MENSAJE CLARO

Ella recuerda que su promoción de colegio eran 60 estudiantes, 25 eran mujeres. Y de ellas solo 4 seguían estudiando.

Las demás ya estaban casadas y eran madres. Ya no tenían tiempo para estudiar.

“Nosotras, las mujeres shawis, tenemos derecho a ser profesionales”, dice. Pero no todas pueden.

Las suegras, las madres, las vecinas, todas repiten lo mismo cuando una mujer ya se ha comprometido y sigue estudiando.

“Si tienes marido, no tienes por qué estudiar”.

“Tienes que quedarte en la casa.”

“Tu lugar está en la chacra.”

Los hombres, solo por el hecho de pertenecer al género masculino, tienen mayores oportunidades y menos barreras para cumplir sus metas.

### EL PODER DE LA COMUNICACIÓN: UNA VOZ PARA LAS QUE CALLAN

Brígida entendió que su historia no podía quedarse en silencio.

La educación la salvación, pero la comunicación le dio fuerza. En la actualidad es Agente de comunicación en Radio Oriente de Yurimaguas en este espacio puede contar lo que pasa en su comunidad, hablar de los derechos de las mujeres shawis, denunciar los abusos normalizados.

Hoy, está formándose para convertirse en defensora de los derechos de las mujeres. A través de su carrera, quiere ayudar a más niñas como ella. Niñas que aún no han encontrado su voz. Niñas que necesitan saber que sí pueden elegir su propio destino.

### SUPERSTICIONES QUE CONDENAN A LAS NIÑAS

En Balsapuerto, no siempre es la familia quien decide el destino de una niña. A veces es la *brujería*.

Si un curandero se enamora de una joven, la familia no se niega. Si lo hacen, creen que sus parientes morirán.

Así, niñas de 12 años son entregadas a hombres de 50. Es la tradición cruel que viven.



Aplicación de clases educativas (Foto: Cortesía Brígida)



Presentación de trabajos (Foto: Cortesía Brígida)



Grabación de spots (Foto: Cortesía Artima González)



Spot Publicitario (Foto: Pedagógico Yurimaguas)

# “UNA DEBE AMARSE A SÍ MISMA, NO ES SOLO DECIRLO, ES SENTIRLO”

María Cristina Del Carmen Gonzáles  
García  
23 años



Juramentación Colegio de Psicólogos de San Martín (Foto: Cortesía Cristina Gonzáles)

María con una sonrisa en su rostro nos cuenta su historia, nació el 8 de octubre del 2001 en Yurimaguas, una fecha que ve más como un símbolo de sus sueños infinitos. En su adolescencia y juventud, el machismo y la constante calificación de su cuerpo la sumergieron en desafíos emocionales que muchas jóvenes enfrentan en silencio. Lo que un día pareció “normal” resultó ser violencia y fue solo al reconocerlo que comenzó su lucha por el amor propio.

## “MI NIÑEZ SIEMPRE FUE RODEADA DE MUCHO AMOR”

Hija de Bertha Luz García y Arttime Gonzáles, dos figuras que la rodearon de amor incondicional, María Cristina creció imaginativa, expresiva y sonriente. Sin embargo, los cimientos de su identidad temblaron cuando, a los seis años, los rumores de su adopción comenzaron a acecharla como sombras en su infancia. Fue su madre quien, en un acto de valentía y honestidad, confirmó lo que los susurros anunciaban: María había nacido de una adolescente de 15 años que no pudo cuidarla y que probablemente fue violentada. Para sus padres nuevos ella fue un milagro y empezaron a darle una nueva vida.

*“Acepté la verdad, pero sentí que no pertenecía a mi familia”, confiesa María, describiendo los años de lucha interna que siguieron. A pesar de ello, sus padres nunca dejaron de acompañarla con amor y paciencia, guiándola en cada proceso.*

## AMORES QUE HIEREN, CICATRICES INVISIBLES

A los 15 años, María Cristina vivió su primer amor, un romance que pronto se convirtió en una relación tóxica y manipuladora. *“No identificaba que eso era violencia psicológica, pero ahora sé que lo era”,* relata con una claridad que solo el tiempo puede otorgar. El control emocional, la manipulación y la constante transgresión de sus límites dejaron profundas heridas en su autoestima.



María de niña (Foto: Cortesía Arttime Gonzáles)

## TATUAJES EN LA PIEL, MARCAS EN EL ALMA

Con el tiempo, María encontró en los tatuajes una forma de expresión personal. Lleva 17 diseños en su piel, cada uno con un significado único. Pero incluso esta manifestación de amor propio fue usada en su contra. Durante sus prácticas profesionales como psicóloga, se enfrentó al machismo y al acoso sexual en su máxima expresión.

Los trabajadores de la institución donde ella se formaba comenzaron a stalkear sus fotos en redes sociales, compartiéndolas y burlándose de ella. La tacharon de "fácil", argumentando que una psicóloga no debería tener tatuajes ni mostrarse cómoda en su propia piel. *"Me sentía incómoda; hablaban y se reían en mi cara. Tener tatuajes y amar mi cuerpo no es motivo para llamarme fácil"*, sentencia con firmeza.

Ser juzgada por su apariencia reabrió heridas del colegio, llevándola a casi abandonar sus prácticas, pero en medio de la tormenta encontró la fuerza para continuar.

Al darse cuenta del impacto negativo que esta relación tenía en su vida y en la de sus padres, María decidió terminarla. Pero las secuelas permanecieron. Su experiencia fue un recordatorio brutal de que el amor no debe doler.

En el colegio, las cosas no eran más fáciles. María enfrentó constantes burlas por su cuerpo, lo que intensificó sus episodios de ansiedad y depresión. *"El tiempo lo cura todo, dicen, pero no es cierto. El tiempo pasa, y lo que realmente sana es enfrentarlo y reconstruirse"*, reflexiona.



María en prácticas (Foto: Cortesía Cristina Gonzáles)

María creía que todo lo que vivía era normalizado por la sociedad, al punto de pensar que su voz no importaba porque era *"Solo una simple practicante"*.

El psicólogo español Javier Urra, señala que "El 65% de las mujeres no denuncia a sus parejas; de ellas, el 44,6% considera que la violencia es "normal" o no lo suficientemente grave. Muchos no reconocen el maltrato, se sienten dependientes, tienen miedo o no ven una salida que les garantiza una nueva vida."

## RELACIONES QUE ROMPEN Y SANACIÓN DESDE EL AMOR PROPIO

Tiempo después, María se enamoró nuevamente, pero esta vez fue diferente. La relación estuvo marcada por violencia psicológica aún más profunda. Su pareja, con rasgos narcisistas, la veía como un trofeo, alimentándose de su sufrimiento y asegurándole que nunca podría ser amada por nadie más, ya que ella era solo una opción.

*"Él decía que yo era solo suya. Me costó entender que el amor que sentía por él debía sentirlo primero por mí misma"*, explica. Fue entonces cuando María tomó la decisión más difícil, pero también la más valiente: **Alejarse**.

Aunque no denunció los abusos por miedo a no ser creída, esta experiencia le enseñó la importancia de respetarse a sí misma. *"Recordé quién soy, recordé de dónde vengo, y decidí no permitir situaciones que me resten"*.

## MARÍA VUELVE A RENACER COMO EL AVE FÉNIX

Con terapia y el apoyo inquebrantable de su familia, María comenzó a reconstruir su vida. Es licenciada en Psicología, sus metas continúan y está construyendo su camino a la psicología deportiva y comunitaria, además se convirtió en facilitadora, brindará sus servicios en la Oficina Legal de Derechos Humanos del Vicariato Apostólico de Yurimaguas y también en la IE Monseñor Atanasio Jauregui, dedicándose a ayudar a jóvenes que enfrentan situaciones similares. En sus talleres, comparte su historia para enseñarles a identificar la violencia y hacerles reconocer su valor.

*"Todos tenemos un propósito en la vida"*, dice con convicción. *"Las cosas llegan en su momento, y debemos disfrutarlas de forma sana, al lado de las personas que siempre estuvieron contigo"*.

Hoy, María Cristina no solo es un ejemplo de superación personal, sino también una voz para quienes aún luchan por salir del abismo. Su historia es un recordatorio de que, incluso en medio del dolor más profundo, siempre hay esperanza de encontrar la luz.



María junto a su padre (Foto: Cortesía Arttime Gonzáles)



María en talleres (Foto: Cortesía Cristina Gonzáles)



María con niñas shawi (Foto: Cortesía Arttime Gonzáles)



Marilyn disfrutando de su día libre (Foto: Propia)

## “ESTOY CONSTRUYENDO MI FELICIDAD, AHORA TENGO PAZ”

Marilin Romero Maldonado  
30 años

Marilin nació un 31 de diciembre de 1994 a las 5: 30 p.m. como asegura ella entre risas. La violencia en su vida se disfrazó de amor, de promesas y de costumbre. Ella solo aprendió a soportar, a callar, a aceptar que el dolor es parte de la vida. Pero un día decidió romper el ciclo y reconstruirse desde el vacío.

### “MIS PADRES ME AMABAN, HE SIDO UNA NIÑA FELIZ”

Creció rodeada de amor en la comunidad de San Juan de Shanusi, junto a sus padres y su hermano. En su hogar no existía la violencia; sus padres eran justos, cariñosos y comprensivos. Su único conflicto de niña eran pequeñas peleas con su hermano por caramelos, pero jamás hubo gritos ni golpes. Aprendió que el amor era sinónimo de respeto y protección.

A los 12 años dejó su comunidad para estudiar en la ciudad de Yurimaguas. Era una alumna sobresaliente, con sueños grandes y el deseo de construir su futuro. Sin embargo, la distancia de sus padres y su hogar comenzó a dejar vacíos que la harían vulnerable a lo que estaba por venir.

### “LA PRIMERA VEZ QUE SENTÍ MIEDO”

A los 14 años, Marilyn se enamoró por primera vez. Jhony, dos años mayor, se convirtió en su mundo. Pero lo que comenzó con ilusiones pronto se transformó en miedo. Jhony la acosaba, la forzaba a quedarse con él, la tomaba por la fuerza cuando ella intentaba alejarse.

*“Tenía miedo”, recuerda. “Me escondía para que no me viera”.*

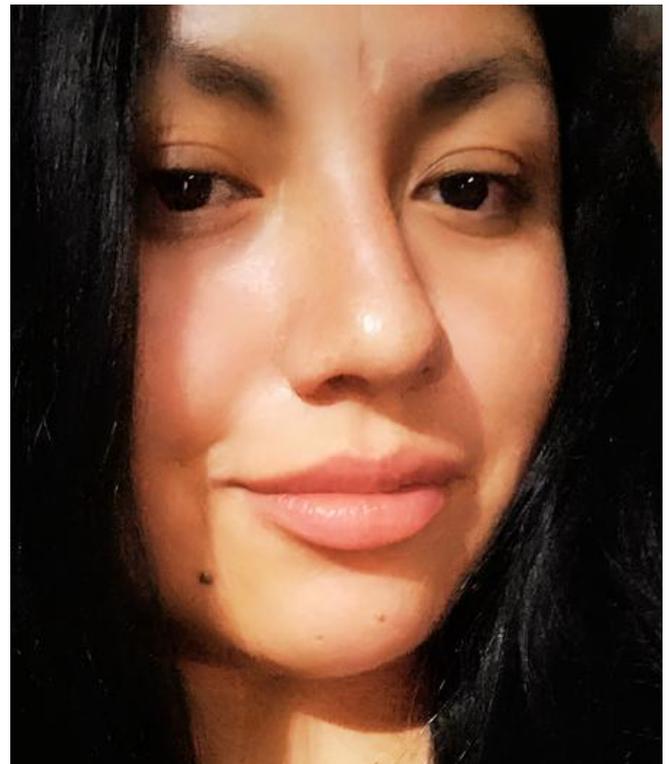
El miedo se hizo aún más fuerte cuando su propia familia, su abuela paterna, le dijo que debía quedarse con el primer hombre con el que había estado. *“Nadie te querrá después”,* le repetía.

Pero Marilyn decidió romper con esa cadena de sometimiento. Se refugió en el silencio, dejó de salir hasta que él se cansó de perseguirla.

## UN AMOR QUE SE CONVIRTIÓ EN PRISIÓN

A los 15 años, creyó haber encontrado el amor verdadero en un joven de 20. En el 2012 se comprometió con él, y empezaron la convivencia. Creía haber construido la vida perfecta: Un hogar, sueños en común y un futuro prometedor. Pero con el nacimiento de su primera hija en 2014, la violencia comenzó a crecer.

Al principio, eran palabras. *"Estás gorda"*, le decía su pareja después del embarazo. Luego vinieron los gritos, el aislamiento, las humillaciones. *"Mi mundo se convirtió en cuatro paredes"*, recuerda Marilin. Nadie sabía de su sufrimiento. Y cuando llegaron los golpes, la historia se repitió. Nadie la defendió. *"Una mujer no debe opinar, solo recibir"*, es lo que escuchaba.



Marilin en su proceso (Foto: Propia)



Marilin ayudando a reforestar (Foto: ASEDEH YURIMAGUAS)

La violencia psicológica se convirtió en rutina, más de siete veces su cuerpo sintió el peso de la agresión física. *"Sabía que era violencia pero no lo quería aceptar, porque yo lo amaba"*.

Quiso estudiar secretariado, pero su pareja la menospreciaba. *"Las secretarias usan minifaldas y solo consiguen trabajo acostándose con sus jefes"*, le decía para destrozar sus sueños. Empezó a emprender, pero cualquier intento era minimizado. Si trabajaba, debía ser en algo que él aprobara.

Creyó que con otro hijo las cosas mejorarían, pero su pareja los abandonó. Y cuando Marilin, de rodillas, le suplicó que se quedara, él se marchó sin mirar atrás. *"Me vió en el suelo llorando por amor"*.

En medio de su tristeza interminable Marilin comenzó a despertar su valor con las pocas fuerzas que le quedaban. *"Siempre recibí amor en mi familia ¿Por qué permito que me haga daño?"*.

"Casi la mitad de las mujeres víctimas de violencia no buscan ayuda. Según la ENDES, el 44,1 % de las mujeres maltratadas no pide apoyo porque considera que no es necesario. Otras razones incluyen la vergüenza (17 %), el desconocimiento de dónde acudir (11 %), el miedo a nuevas agresiones contra ellas o sus hijos (8,5 %) y el temor a perjudicar al agresor (6,4 %). Estos datos evidencian una realidad alarmante: Muchas mujeres siguen atrapadas en el silencio".

**“YA NO ERA AMOR, ERA DECEPCIÓN”**

Tiempo después, él regresó. Pero ya no era la misma. Con ayuda psicológica, empezó a comprender que no era ella la culpable. Que no tenía que callar. Que merecía algo más.

La violencia se intensificó: Golpes, insultos, control económico. Su pareja le pedía cuentas por cada sol gastado en la comida de sus hijos. Hasta que un día, Marilin se miró en el espejo y tomó la decisión que cambiaría su vida: *“No voy a volver a llorar. Me merezco mucho más que esto. Merezco paz”*.

Marilin convencida se alejó por completo. Su proceso fue humillante, su pareja le aseguraba *“Para mí estás muerta”*. Ahí supo que el amor por él había terminado.



Marilin junto a su primer hija (Foto: Mari Maldonado)



Marilin empezando su rutina de voluntariado (Foto: Valeri Apagueño)



Marilin junto a sus hijos (Foto: Mari Maldonado)



Marilin en el campo (Foto: Mari Maldonado)



Marilin en un centro de reforestación (Foto: Mari Maldonado)

**LA ESPERANZA DE SER FELIZ HA REGRESADO**

Denunció a su ex pareja, no por los golpes, porque el sistema le enseñó que no serviría de nada, pero sí por la manutención de sus hijos. Y cuando su padre la vió, con la voz temblorosa, solo le dijo una frase que la abrazó como nunca antes: *“Si no quieres, no regreses con él. Yo estoy aquí para ti”*. Y esa fue la última vez que miró atrás.

Hoy, Marilin no es una víctima. Es una mujer que se reconstruyó, que emprendió segura de sí misma. Se ha convertido en la mujer que siempre mereció ser.

Cuando su hija de 11 años le dice *“Mamá, recuerda tu valor como mujer”*, ella sonríe. Porque sabe que está rompiendo el ciclo. Porque ahora, sus hijos aprenden que el amor no duele.

*“No se sumerjan en el silencio. Sanar comienza cuando dejamos de escondernos”*, dice con la firmeza de quien ha renacido de la tormenta.

# “TENER AMOR, RESPETO, AUTOCONTROL, HUMILDAD Y SENCILLEZ”

Maricel Pisco Orbe

34 años



Preparación de tragos - Algarrobina (Foto: Maricel Pisco)

Toma aire. A Maricel se le quiebra la voz. Su mirada se pierde en un punto lejano, como si buscara reconstruir los pedazos de una vida que no ha sido fácil. A sus 34 años, sus palabras cargan el peso de la violencia, la ausencia y las heridas que ha sanado. Esta es su historia, y también la de miles de mujeres que, como ella, han luchado contra un sistema que les ha dado la espalda.

## INFANCIA ENTRE SOMBRAS

Maricel nació el 23 de octubre de 1990, en Yurimaguas, Loreto. Desde muy pequeña, su vida estuvo marcada por el desamparo y el dolor. Cuando tenía apenas dos años, su padre, Alberto Pisco, la llevó a vivir con él porque su madre no podía cuidar de ella adecuadamente. En ese momento, él representaba seguridad y estabilidad para Maricel, pero esta calma no duró.

Cuando cumplió cinco años, su padre formó una nueva familia y dejó de prestarle atención. Maricel creció sintiendo el abandono, pero también desarrolló una rebeldía que, según ella misma dice, era la típica de cualquier adolescente.

## DESCUBRIR EL DOLOR

A los 12 años, su madre la convenció de irse a vivir con ella al distrito de Santa Cruz, en la provincia de Alto Amazonas. Maricel describe ese año como una de las etapas más duras de su vida. Su madre la sometió a violencia física y psicológica. Era un ambiente asfixiante en el que Maricel se sentía secuestrada, sin libertad ni refugio. *“Cuando salíamos a pescar tenía miedo de caerme al agua y pensar que mi mamá no me iba a rescatar y que ahí me iba quedar”.*

Fue entonces cuando descubrió un secreto que marcó su vida: Alberto, el hombre que siempre demostró ser su padre, no lo era realmente. Su madre le reveló que tenía otro progenitor biológico. Este descubrimiento la llenó de confusión, dolor y preguntas sin respuesta.



Maricel junto a sus hijos (Foto: Maricel Pisco)

## EL PESO DE LA VIOLENCIA

A los 23 años, Maricel pensó haber encontrado el amor. Se enamoró profundamente y, a los 25, quedó embarazada. Pero lo que parecía un sueño pronto se convirtió en una pesadilla. Su pareja, alcohólica y violenta, comenzó a ejercer un control cruel sobre ella. La violencia física y psicológica se intensificó, y Maricel vivió un embarazo lleno de angustia. *“Me golpeaba, me humillaba. No podía dejarlo, porque sentía que mi hijo necesitaba tener a su padre”*, comparte con voz temblorosa.

Los años pasaron, y Maricel creyó haber escapado del infierno. Pero la historia se repitió con una nueva pareja. Esta vez, la violencia era más extrema. *“Me decía que iba a terminar con mi vida, que iba a quemar la casa con mis hijos adentro. Vivía con miedo, siempre abrazándolos en las noches, esperando que algo me salvara”*. A pesar de sus repetidas denuncias, los agresores nunca fueron detenidos. *“Nunca entendí por qué, a pesar de todas mis denuncias, nunca me hicieron caso”*, afirma, con un tono resignado pero firme.

## UNA HUÍDA DESESPERADA

A punto de cumplir 13 años, Maricel decidió huir. El miedo, los golpes, las restricciones y la constante violencia que vivía en casa la empujaron junto a su madre a la comisaría en donde solo le dijeron *“Debes ir con tu mamá porque tú eres mujercita”*, pese a ver el grado de violencia que sufría a lado de ella. En medio del caos su tía paterna toma su custodia y su madre en medio de la frustración le quita la ropa y todas sus cosas, dejándola sin nada *“No sé si mi mamá me quería en realidad”*, dice Maricel con tristeza.



Preparación de tragos - Pisco Sour (Foto: Maricel Pisco)

Maricel denunció a sus dos ex parejas por más de 10 veces, su último agresor solo le dió 100 soles como reparación de su daño.

Según la periodista Pamela Huerta del diario la República en su análisis a la Ley N° 30364, *“Denunciar a un agresor en el Perú significa enfrentarse a un sistema marcado por la impunidad, donde existe un 99% de probabilidad de que el proceso judicial no concluya con una sentencia, y mucho menos con una condena.”* Crudamente esto enfrentó Maricel.

## RENACIMIENTO DE LAS CENIZAS

Cuando Maricel se encontró en el punto más bajo de su vida, enfrentando episodios de depresión y baja autoestima, recibió una luz de esperanza gracias al apoyo de Milena Hidalgo, una defensora de los derechos de las mujeres. Gracias a ella, Maricel comenzó un proceso de terapia y sanación, y halló el coraje necesario para retomar la denuncia interrumpida contra sus agresores. Con el tiempo, se propuso alcanzar su meta de convertirse en bombera voluntaria. Sin embargo, en medio de este proceso, todo se nubló cuando sufrió acoso sexual por parte de uno de sus compañeros. A pesar de esta adversidad, Maricel no se dejó vencer y decidió reinventarse.

## UNA NUEVA OPORTUNIDAD

Maricel comenzó a capacitarse en coctelería y abrió su propio negocio: "La Barra de Mar". Con esfuerzo y dedicación, transformó su vida y la de sus hijos. *"Debía ofrecerle algo a mis pequeños, debía aprender algo nuevo"*.

A sus 31 años, participó en el certamen Señora Yurimaguas, no logra ganar pero ese espacio fue donde recuperó la confianza en sí misma. Fue coronada como reina de su barrio días después, un logro que simboliza su resiliencia y fortaleza. *"Hoy puedo mirarme al espejo y ver a la mujer que soy. Ya no soy esa niña sumisa, esa mujer rota. Soy una mujer fuerte, que se levantó después de cada caída"*, dice con orgullo.

## "LA VIDA ES UN RETO, YA NO TENGO MIEDO"

Hoy, Maricel está en el tercer ciclo de Administración de Empresas y lleva una vida tranquila junto a sus hijos. Se ha reencontrado con el amor, pero esta vez con alguien que la respeta y la impulsa a crecer. *"Aprendí que en la vida hay dificultades, pero no podemos permitir que nos destruyan. Podemos superarlas, si tenemos el valor de enfrentarlas"*, afirma, con una determinación palpable.

## MENSAJE DE UNA LUCHADORA

La historia de Maricel es un testimonio de valentía y resiliencia. Su vida, llena de dolor, no es una historia de derrota, sino de superación. A través de las adversidades, Maricel ha encontrado fuerza en su vulnerabilidad y ha aprendido a reconstruir su vida. *"Mi mensaje es claro: No duden de sí mismas. La violencia no define quiénes somos. Busquen ayuda, cuiden su salud mental y recuerden que nunca están solas. Siempre hay una salida"*, concluye mirando hacia el futuro con esperanza.



Clases de coctelería (Foto: Maricel Pisco)

La Barra de Mar en acción (Foto: Maricel Pisco)



Verick sonriendo en el campo (Foto: Verick Morey)

## “ESTOY DECIDIDA, YA SE ACABARON TODOS LOS SUFRIMIENTOS”

Verick Morey Teco

36 años

Verick nació el 08 de julio de 1988 en Yurimaguas, ella es la prueba de que, incluso en medio de la violencia, el abandono y el machismo, una mujer puede renacer y conquistar su libertad. Su historia es un grito de resistencia, un viaje de dolor transformado en poder y esperanza. Cada lágrima derramada, cada herida sanada, la lleva hoy a ser una mujer empoderada, decidida a cambiar su destino y el de su hija.

### UN HOGAR HUMILDE, UNA NIÑA LLENA DE SUEÑOS

Es la última de diez hermanos en una familia marcada por las dificultades económicas. Desde pequeña, vivió en un hogar donde el esfuerzo y el sacrificio de sus padres fueron lo único que los mantenía unidos. Su madre, que a pesar de ser huérfana desde los 7 años, nunca dejó de velar por su bienestar, crió a Verick y a sus hermanos con amor, pero también con mucha disciplina. Mientras su madre vendía pollo en las madrugadas para cubrir las necesidades del hogar, Verick, a la tierna edad de 7 u 8 años, ya ayudaba en las labores diarias. *“Mi mamá me enseñó que la vida no da tregua, pero también que el amor nunca falta”*, dice ella.

Verick se sentía un poco abandonada al ser la última de diez hermanos pero su padre, aunque humilde, le daba cariño de otra manera, llevándola cada sábado a comer salchipollo, un gesto que ella atesora profundamente. *“Había carencias, pero siempre estuvimos unidos”*, reflexiona.

### LA VIOLENCIA LLEGA A SU PUERTA

A los 15 años, el machismo comenzó a aparecer en su vida, y en la secundaria, Verick lo experimentó por primera vez de forma directa: Fue escogida para trabajar con una ONG, pero su compañero la dejó de lado solo por ser *mujer*. Este primer encuentro con el machismo la preparó para lo que tendría en que enfrentar en el futuro.

A los 22 años, Verick se enamora. Un amor que, al principio, parecía la oportunidad de ser feliz, pero rápidamente se transformó en una pesadilla de abuso emocional. Su ex pareja, incapaz de aceptar el fin de la relación, comenzó a acosarla, manipulándola con amenazas de suicidio. *"Tuve miedo, miedo de vivir con esa constante amenaza de que podía cruzarme con él en la calle, y el temor a lo que podría hacerme"*, relata, su voz se tornó firme al recordar esos días oscuros. La gota que colmó el vaso fue cuando, en su presencia, él intentó suicidarse. *"Esa fue la última vez que lloré por él"*, dice.



Verick regando su producción (Foto: Verick Morey)

## DEL AMOR AL SUFRIMIENTO

Con el tiempo, Verick dejó atrás esa relación, pero el trauma permaneció. Años después, se concentró en su educación, decidió estudiar Computación e Informática, en una nueva ciudad. Fue un proceso de sanación y reconstrucción. En su camino, conoció a un nuevo compañero y tuvo una hija, a quien, con amor y dedicación, le dio todo lo que necesitaba. Pero la presión seguía acechando. A medida que su relación avanzaba, Verick comenzó a sentir el peso de un compañero que, en lugar de apoyarla en sus sueños académicos, la juzgaba y la limitaba.

Con el tiempo, la relación en su hogar se volvió insostenible. El machismo se apoderó de su entorno, afectando su paz y la de su hija, cuyo rendimiento académico empezó a desplomarse. En la universidad, Verick enfrentaba humillaciones constantes por ser *mujer*: **Sus logros eran minimizados, su voz silenciada.** Esta constante lucha, tanto en casa como fuera de ella, la sumió en una depresión abrumadora. Las crisis emocionales la perseguían día tras día, mientras su esperanza se desvanecía, ahogada por el peso del sufrimiento.



Verick llevando sus productos a ferias locales (Foto: Verick Morey)

Según el Programa Aurora, el 62,8% de las mujeres víctimas de violencia psicológica y el 71,6% de las víctimas de violencia física sufren estos abusos a manos de sus parejas. Verick, como tantas otras, vivió esta cruel verdad en carne propia, atrapada en una relación donde el amor se convirtió en un campo de batalla, donde la manipulación y el abuso la destruyeron lentamente.

## EL PODER DE LA SUPERACIÓN Y EL CAMBIO

Verick decidió poner fin este ciclo de dolor, estableciendo límites y proponiendo terapia familiar en el Centro de Salud Mental como única opción para mejorar. Al darse cuenta del daño que había causado, su pareja eligió cambiar. Juntos empezaron a reconstruir su relación, decididos a no permitir que el pasado los definiera. Verick decidió levantarse, entre lágrimas, se hizo la pregunta que cambió su vida: *“¿Qué hago llorando? Puedo cambiar mi camino, no voy a quedarme aquí”*.

Fue entonces cuando un rayo de esperanza llegó: Le otorgaron una chacra, un terreno donde pudo poner en práctica lo aprendido en su carrera universitaria. Comenzó a trabajar la tierra, sembrando semillas que le regalaba su familia. Verick encontró en la naturaleza la sanación que tanto necesitaba.

## UN FUTURO SIN MIEDO

Hoy en día, Verick es una mujer empoderada. Es bachiller en Agronomía, dirige proyectos sostenibles en su comunidad y tiene su propio emprendimiento apícola, cría animales, cultiva plantas y aplica prácticas ecológicas en cada paso que da. *“Todo lo que me da la tierra lo utilizo de forma sostenible”*, dice con orgullo. *“He reforestado cuatro hectáreas, y ahora soy presidenta de fiscalización de un proyecto de limón”*, añade, sonriendo por primera vez al recordar sus logros.

Su hija, su mayor motivación, ahora crece viendo a su madre como un modelo a seguir. *“Cada día le enseño el valor de ser mujer, el valor de emprender, para que ella no pase por lo que yo pasé”*, explica.

Verick tiene metas claras. *“En el 2025 no voy a volver a llorar, voy a ir con todo y menos miedo”*, dice con una fuerza que se siente en el aire.



Verick junto a su hija (Foto: Verick Morey)



Verick sonriendo en el campo (Foto: Verick Morey)

## LA ÚLTIMA PALABRA

Y cuando Verick habla por última vez sobre todo lo que ha vivido, se le cortan las palabras. Las lágrimas comienzan a brotar de sus ojos, reflejando todo el dolor y la fuerza que ha acumulado en su lucha. La historia de Verick no es solo la historia de una mujer que ha sufrido; es la historia de una guerrera que ha sabido renacer, que ha tomado las riendas de su vida y que, por fin, se ha liberado de las cadenas del miedo y la violencia.

Con lágrimas en los ojos, Verick se despide, sabiendo que, aunque el camino no ha sido fácil, ha logrado encontrar su paz. Y con ella, su voz resuena más fuerte que nunca, lista para seguir luchando por ella, por su hija y por todas las mujeres que aún siguen calladas, pero que pronto, muy pronto, encontrarán el valor para alzar su voz.



**CIFRAS QUE GRITAN POR JUSTICIA**

El Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, a través del informe actualizado del Programa Aurora hasta junio de 2024, expone un sombrío panorama sobre las principales formas de violencia contra la mujer en el país.

La violencia psicológica encabeza la lista, con 26.907 casos que representan el 40,6% del total. En el 61.6% de las denuncias, los agresores son las parejas de las víctimas, mostrando cómo esta forma de abuso mina lentamente la autoestima y salud mental de miles de mujeres.

Le sigue la violencia física, con 25.670 casos que equivalen al 38,8% del total. Alarmanamente, un 70.5% de estos episodios son perpetrados también por parejas, confirmando que el hogar, en muchos casos, sigue siendo un lugar peligroso.

La violencia sexual, con 13.448 casos (20,2%), revela otro rostro cruel de esta problemática. Más de la mitad de estas agresiones (54,9%) son cometidas por desconocidos, subrayando la vulnerabilidad de las mujeres en espacios públicos y privados.

Por último, la violencia económica, aunque menos reportada, registra 216 casos (0,3%). Este tipo de agresión, ejercida en su mayoría por familiares (53.2%), permanece invisibilizada, reflejando la falta de reconocimiento de esta forma de control y abuso en nuestra sociedad.

Estas cifras no son solo números, son historias de dolor que exigen cambios urgentes. *¿Cuántos más tendrán que alzar su voz para que se escuchen sus gritos de justicia?*

**DESPUÉS DEL DOLOR**

Cada una de estas mujeres lleva consigo cicatrices que no se ven, pero que pesan en el alma. Y sin embargo, allí están, de pie, avanzando contra todo pronóstico. Son ellas quienes nos enseñan que el dolor no define, que la violencia no tiene la última palabra, y que siempre existe la posibilidad de reconstruirse desde las ruinas.

Sus vidas son un ejemplo de resiliencia, de valentía en medio del caos, de luz que se enciende aun en las noches más oscuras. Cada paso que dan no solo es un acto de resistencia, sino una lección para el resto de nosotros: Que el cambio empieza cuando nos atrevemos a mirar la realidad de frente, a romper el silencio y a actuar.

Ellas no son víctimas, son sobrevivientes. Y sus historias, lejos de hundirnos en el desconsuelo, deben impulsarnos a construir un mundo donde las palabras "violencia" y "mujer" nunca vuelvan a ir juntas.

20  
25

# PERIODISMO QUE LLEGA SIN VIOLENCIA

*Redacción:* **Valeri Nicol  
Apagüño**

*Diseño de Portada:* **Aroldo  
Panduro Arévalo (Pro Selva)**

*Producción:* **Radio Oriente  
Yurimaguas**