

# Y aún así me quedé

Ana Villaseñor Horcajada

LA RED SOCIAL TIKTOK no solo es un mar donde la extrema derecha navega bien, como habitualmente se destaca, sino también un espacio donde la juventud rompe estigmas y alza la voz frente a las injusticias. Ahora las mujeres jóvenes han tomado la voz a través del *trend* (tendencia) “y aún así me quedé” que, a pesar de lo que pueda parecer, surge para nombrar y reconocer las violencias machistas dentro de una relación y su normalización. Se les pone nombre a todas ellas, con cierto sentido del humor en alguna ocasión, pero siempre de manera útil para reconocer el dolor, sobreponerse, ayudar a otras y poner pie en pared frente a las violencias machistas.

Reconocer todas estas formas de ejercer violencia no es sencillo, especialmente cuando eres quien las ha sufrido. Pero, en un alarde de valentía y coraje, estas mujeres han decidido no permanecer calladas, porque saben que el peso de ser una víctima de violencia de género, no tiene que recaer en ellas, sino en quienes la ejercen.

Mucha gente, al ver estos vídeos, se habrá hecho la misma pregunta: ¿Por qué no se fueron antes? ¿Qué les hizo quedarse ahí? Formularlo de este modo desvía la atención hacia la víctima y sus decisiones, en lugar de centrarse en el agresor, que es quien ejerce el abuso de poder y el maltrato. Estas relaciones no comienzan con violencia extrema, sino con gestos sutiles que, con el tiempo, minan la autoestima, generan dependencia emocional y aíslan a la víctima de su entorno. Así es como el control se normaliza y la salida se vuelve cada vez más difícil de ver.

A quienes plantean estas preguntas, solo podemos responderles con pedagogía

Y de eso trata este *trend* (tendencia): de construir una red de apoyo, de reconocernos y no avergonzarnos. Trata de visibilizar las violencias, de acompañarnos y de nombrar y dar a conocer los lugares en los que no queremos estar. Lejos de ser un ejercicio de culpabilización, estos vídeos, bajo esa etiqueta, nacen desde la resiliencia. Porque estas mujeres, a pesar de reconocer que “se quedaron” en relaciones dañinas y violentas, lograron salir, abrazar sus contradicciones y comprender que, por desgracia, lo que vivieron es producto de una sociedad machista y patriarcal que aún tiene mucho camino por recorrer para construir relaciones verdaderamente sanas y libres de violencia.

Como ilustra este ejemplo, TikTok a veces puede convertirse en un espacio donde la juventud, además de divertirse y entretenerse, se politiza a través de las experiencias personales y genera comunidad. Porque sí, lo personal es político. Además, si algo demuestra esta presencia del feminismo en redes es



Grabándose en primer plano, estas mujeres relatan diversas formas de violencia en sus relaciones, que van desde manipulaciones como el *gaslighting* (luz de gas), humillaciones y burlas, o imposiciones sobre su vestimenta o economía, hasta amenazas, encierros, violencia física y digital, entre ellas la difusión no consentida de vídeos íntimos, las grabaciones de conversaciones privadas o la creación de perfiles falsos para influir en el contenido que publican en redes sociales.

y haciéndoles entender que el problema no es la supuesta pasividad de la víctima, sino los mecanismos de violencia que la inmovilizan. La clave está en reconocer esas primeras señales de violencia, en generar redes de apoyo y en construir una sociedad que no solo reaccione ante los casos más extremos, sino que intervenga antes de que el maltrato se arraigue. Porque la responsabilidad nunca es de quien sufre la violencia, sino de quien la ejerce y de quienes, como sociedad, permitimos que se repita.

que, a pesar de los intentos por despolitizar a la juventud, ésta sigue encontrando maneras de organizarse, aprender y reivindicar sus derechos. Lo que se construye en estos espacios digitales tiene un impacto en nuestras vidas: impulsa cambios culturales, genera conciencia y refuerza la idea de que la lucha por la igualdad y el feminismo siguen siendo urgentes y necesarios. ■

Ana Villaseñor Horcajada (@anaglimlag) es adjunta a la secretaria confederal de Juventud