



## La Violencia

■ **José Alonso Vargas Aguilera, Profesor Leng. y Ciencia Prevencionista Área alcohol y drogas Bachiller en teología**

La violencia es perjudicial en todos los ámbitos, provocando daños físicos y psicológicos graves, como depresión, ansiedad, enfermedades crónicas y baja autoestima. Afecta a la niñez dañando su desarrollo cerebral, incrementando la agresividad y perpetuando ciclos de abuso. Es un problema social que afecta la salud. La violencia perjudica gravemente la salud física y mental, provocando trastornos como ansiedad, depresión, enfermedades crónicas, lesiones y muerte prematura. Afecta transversalmente a la sociedad, perpetuando ciclos de abuso, reduciendo la autoestima y rendimiento escolar, y causando un alto impacto económico y social.

La violencia es un fenómeno complejo y transversal que afecta a todos los ámbitos sociales, niveles socioeconómicos y grupos etarios,

impactando profundamente la salud física, mental y las relaciones personales. No respeta fronteras, presentándose en el hogar, la escuela, el trabajo y espacios públicos, y perpetuando ciclos de desigualdad y daño a largo plazo. La violencia daña la sociedad al erosionar el tejido social, provocando traumas físicos y mentales profundos, deteriorando la salud pública y generando costos económicos significativos. Fomenta el miedo, el aislamiento, la inseguridad y perpetúa ciclos de agresión al normalizar el conflicto en lugar del diálogo.

La violencia nunca es la solución, **«ya que vulnera la dignidad humana, perpetúa ciclos de agresión y nunca resuelve conflictos de manera real»**. El diálogo, la empatía y la educación son los únicos caminos para alcanzar soluciones pacíficas y sostenibles. La paz y la convivencia requieren la renun-

cia activa a la agresión.

La violencia genera destrucción, traumas, inestabilidad social, económica y afecta la convivencia, especialmente en niños. Todo esto es un impacto negativo para la sociedad y las relaciones... La persona tiene que 'tomar otro camino', uno muy diferente, pues la violencia hoy está en niveles muy altos y esto desordena todo en una sociedad que lucha día a día por mantenerse a 'flote'.

La vida es un don preciado... y la violencia no puede llegar a terminar con una vida, tenemos que trabajar para esto y encontrar trabajos y estrategias que nos ayuden a mejorar. 'Así como el ser humano utiliza su intelecto para llegar a la luna, hoy lo debe utilizar para que sigamos nuestra civilización, y si es en la luna... no la destruyamos'. La violencia debe parar, no podemos vivir en medio del miedo y de la desesperación.