

## Conozca los hechos

**L**a violencia doméstica es una conducta de comportamientos abusivos y dominantes que usan algunas personas contra sus parejas íntimas o ex-parejas. Puede incluir:

**Abuso físico:** Puñetazos, bofetadas, golpes, empujones, patadas, quemaduras, ahogamiento, uso de armas y otros objetos que causan heridas.

**Abuso sexual:** Obligar a su pareja a participar en actos sexuales, rechazar métodos de protección contra las enfermedades de transmisión sexual, tratar la pareja como un objeto sexual.

**Abuso emocional/intimidación:** Insultos y tratos degradantes; el negar o cambiar de la culpa; tratar la pareja como inferior; amenazas de hacerle daño a sí mismo o a otros, amenazas de deportar a la pareja; el abuso a los niños o mascotas; acechanzas de miradas, acciones y gestos amenazantes.

**Abuso a la propiedad/económico:** Robando o la destrucción de pertenencias/dinero; negándole las necesidades básicas como el alimento o tratamiento médico; entrometiéndose en el trabajo o en los estudios de la pareja.



La violencia doméstica es un problema social. Está arraigada en los valores sociales que dan importancia a personas que tengan poder sobre otros, y permiten que suceda la violencia contra las mujeres y contra otros grupos sin castigarlos.

Los maltratos no se causan por el uso de drogas ni alcohol, ni enfermedad mental, ni porque es “provocado”, ni por estrés, o por falta de controlar el enojo — los maltratadores deciden ser abusivos.

Hay muchos obstáculos para las mujeres maltratadas que buscan escapar del abuso, incluyendo: el temor de ser agolpeada; la vergüenza y culpabilidad de sí misma; la falta de dinero, de recursos y de apoyo, las presiones sociales para mantener su familia junta y otros tabús culturales.

El racismo, la homofobia, envejecimiento, discriminación por la habilidad física, nacionalidad, o otros factores hacen más difícil encontrar seguridad para algunas mujeres.

Los maltratos pueden tener muchos efectos en las víctimas, como: la baja autoestima, enfermedades físicas y discapacidad, dificultad en poder confiar en sí misma o en otros, y pobreza. A pesar de estos efectos, mujeres maltratadas encuentran maneras creativas y maneras valientes para protegerse a sí mismas y a sus hijos.

No hay modo sencillo de identificar o describir a los maltratadores. Muchas veces son miembros bien respetados de la comunidad.

## Únase al esfuerzo

**Para poner fin a la violencia doméstica, todos necesitamos trabajar juntos.** Las siguientes son cosas que usted puede hacer para ayudar:

**Ayude a una amiga que es abusada.** Dígale que ella no tiene la culpa del abuso, escúchela, ayúdele a identificar recursos y opciones, empodérela a escoger alternativas para su seguridad, y provéale apoyo sin juicio, y la oportunidad para que vuelva a buscar su apoyo.

**Apoye al programa de violencia doméstica en la localidad donde usted vive.** La mayoría de las líneas de emergencia, las agencias de abogacía o los albergues pueden beneficiar de su tiempo, su apoyo financiero, o otras donaciones. Llámeles para averiguar cómo puede ayudar en su área.

**Hable del abuso.** Dígales a los maltratadores que su compartimiento está mal y anímelos a buscar ayuda. Si ve el abuso, llame a la policía— a falta de hacer nada, puede resultar en abuso peor y aún fatal.

**Infórmese a sí mismo y a otros.** Llame al programa local de violencia doméstica para programar talleres informativos en su lugar de trabajo, grupos en la comunidad o iglesia. Anime a los colegios a incluir en su currículo la prevención del abuso.

**Dé un ejemplo.** Comprométase a trabajar para la igualdad y para poner fin a la violencia en todas sus formas. Modele un comportamiento no violento y respetuoso con sus acciones diarias.

## **Un problema serio**

*La violencia doméstica, o el maltrato, ha sido un problema serio por el mundo entero desde hace siglos, pero ha hecho un asunto de conciencia social en los Estados Unidos en los últimos 20 años.*

*La violencia doméstica afecta a miembros de todas las comunidades sin tener en cuenta la situación económica, la raza o cultura, el estado civil, la edad, la habilidad física, o la orientación sexual. Aunque los maltratos pueden ocurrir en cualquier relación, la mayoría de las víctimas son mujeres abusadas por sus parejas o ex-parejas.*

*Los estudios nacionales indican que cada año por lo menos dos a cuatro millones de mujeres son abusadas físicamente por sus parejas íntimas. (Straus and Gelles, 1985; Commonwealth Fund, 1993). En 1995, aproximadamente 1,200 mujeres fueron asesinadas por sus parejas íntimas. (FBI Uniform Crime Report, 1995).*

*Dadas a estas estadísticas, es probable que usted conozca a mujeres que son maltratadas. Puede que sean sus amigas o miembros familiares, sus vecinas o colegas de trabajo. La violencia doméstica deja un impacto también en nuestras comunidades – contribuye a otras formas de violencia y sufrimiento, nos carga de enormes costos médicos y judiciales, y causa la decreción de productividad en los lugares de trabajo.*

---

## **Obteniendo ayuda**

Hay lugares que ofrecen apoyo las 24 horas del día, refugio de emergencia, abogacía, e información sobre recursos y opciones seguras para las víctimas de la violencia doméstica. Para asistencia, llame a la:

Línea Nacional de Emergencia  
de la Violencia Doméstica  
**1-800-799-SAFE (7233)**

**1-800-787-3224 TTY**

O

Obtenga los recursos locales:

Este folleto es parte de una serie desarrollada por el Proyecto de Asistencia Técnica para la Educación Pública del Centro Nacional de Recursos sobre la Violencia Doméstica. Para más información, llame al (800) 537-2238 / (800)553-2508 TTY.

---

**LA VIOLENCIA DOMÉSTICA..  
Montando las piezas**

---

# **Ayude a poner fin a la violencia doméstica**

