

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DOMÉSTICA?

La violencia doméstica es:

- ◆ Cualquier tipo de violencia en el hogar entre dos personas que se conocen el uno al otro, por ejemplo esposo y esposa. Esto incluye: gritar o insultar, dar patadas o bofetadas, golpear o dar puñetazos, relaciones sexuales forzadas o no deseadas.
- ◆ Un problema muy serio que empeora con el tiempo.
- ◆ Física y emocionalmente perjudicial para usted y sus niños.



“El me dijo que si le decía a alguien que me golpea que se va a llevar a mis niños”

Usted y sus niños tienen el derecho de vivir sin ningún tipo de violencia.

“Yo no quería tener relaciones sexuales, pero el había estado tomando y me obligó.”

Usted tiene derecho a decir no, si no quiere tener relaciones sexuales, inclusive con su marido.

¿QUÉ PUEDO HACER SI ME ESTÁN LASTIMANDO?

Usted puede:

- ◆ **Hablar con alguien de confianza que no le echará la culpa a usted**, por ejemplo un familiar, un amigo, alguien de su iglesia o un trabajador social.
- ◆ **Hable con alguien que tenga experiencia profesional sobre la violencia doméstica:** un maestro, un doctor o enfermera o alguien que trabaje en un refugio de violencia doméstica.
- ◆ **Tome medidas de seguridad:** practique cómo salir de su casa sin peligro cuando hay violencia, encuentre un amigo con quien pueda quedarse, hable con sus niños sobre seguridad, lleve siempre con usted números de teléfono que le puedan ser útiles.
- ◆ **Encuentre un consejero** que le ayude a desarrollar relaciones saludables. Pídale a su esposo que vaya por su cuenta a ver a un consejero.
- ◆ **Consiga acceso a los sistemas legales civiles o penales** para recibir protección en caso de violencia. Llame a la policía para recibir ayuda.

¡RECUERDE!

- ◆ La violencia doméstica NUNCA es culpa de la víctima.
- ◆ Usted tiene derecho a sentirse segura.
- ◆ Usted no está sola. Aproximadamente una de cada ocho (1 en 8) mujeres es víctima de la violencia doméstica.
- ◆ Hay personas que se preocupan y quieren ayudar. Llame a los números de teléfono que figuran en este folleto.

“El se llevó mis tarjetas de crédito y se negó a darme dinero para comprar las cosas necesarias.”

Nadie tiene derecho a aislarla ni a controlar su vida.