

# El crimen oculto – la violencia doméstica

[Domestic Violence -- The Hidden Crime]

Una de cada cuatro mujeres en este país sufrirá algún tipo de violencia de manos de su esposo o su novio.

Muy pocas serán las que lo comentarán con otra persona -- un amigo, un pariente, un vecino o la policía.

Las víctimas de la violencia doméstica provienen de todos los sectores de la vida, de todas las culturas, de grupos de bajos o altos ingresos, de todas las edades, de cualquier religión. Ellas comparten sentimientos de impotencia, aislamiento, culpa, temor y vergüenza.

Todos esperan que no suceda nuevamente, pero a menudo se repite.

## Es usted víctima de malos tratos?

¿La persona que usted ama. . .

- la persigue a usted todo el tiempo?
- la acusa constantemente de serle infiel?
- se opone a sus relaciones con su familia y sus amistades?
- le prohíbe trabajar o asistir a la escuela?
- la critica por cosas pequeñas ?
- se pone iracundo fácilmente luego de beber o consumir drogas?
- controla todas su finanzas y la obliga a darle un detalle minucioso de lo que gasta?
- la humilla delante de otras personas?
- destruye su propiedad personal u objetos de valor sentimental?
- le pega, golpea, abofetea, pateo o muerde a usted o a los niños?
- utiliza o amenaza con usar una arma contra usted?
- amenaza con hacerle daño a usted o a los niños?
- la obliga a copular contra su propia voluntad?



*Si su respuesta a las preguntas anteriores es «Sí» es hora de pedir ayuda.*

## No ignore el problema

- Hable con alguien. Parte del poder de quien la maltrata viene de estar protegido por el secreto. A menudo las víctimas sienten vergüenza y no desean que nadie se entere de sus problemas íntimos familiares. Diríjase a un amigo o a un vecino, o llame a la línea de auxilio doméstico para hablar con un consejero.
- Planifique por adelantado y sepa lo que va a hacer si usted es atacada nuevamente. Si decide irse, escoja el lugar a donde irá; tenga dinero guardado. Ponga sus papeles importantes juntos -- licencia de matrimonio, certificado de nacimiento, chequero -- en un lugar donde usted pueda encontrarlos rápidamente.
- Aprenda a pensar independientemente. Trate de hacer planes para el futuro y establezca unas metas personales.

## Si a usted la lastiman ¿que puede hacer?

No existe una solución fácil, pero hay cosas que usted puede hacer para protegerse.

- Llame la policía o a un alguacil. La agresión, aún por miembros de la familia, es un crimen. Casi siempre la policía tiene información sobre albergues y agencias que ayudan a las víctimas de la violencia doméstica.
- Váyase de la casa o procure que alguien venga y se quede con usted. Váyase a un albergue para mujeres maltratadas. Para ubicar tales albergues, llame por teléfono a una línea de auxilio de su comunidad o a un centro de salud. Si cree que usted y sus hijos, corren peligro -- váyase inmediatamente.
- Consulte con su médico o vaya a la sala de emergencia de un hospital. Solicite al personal que tome fotografías de sus heridas y mantenga un récord detallado por si acaso usted decide tomar acción legal.



Comuníquese con el tribunal de relaciones familiares y pida información sobre cómo obtener una orden civil de protección que no involucre acusaciones criminales ni penalidades.

## ¿Ha lastimado usted a alguien de su familia?

- Acepte el hecho que su comportamiento violento destruirá a su familia. Esté consciente de que cuando ataca físicamente a otra persona, usted está violando la ley.
- Asuma responsabilidad por sus acciones y obtenga ayuda.
- Cuando sienta que aumenta la tensión, váyase. Utilice la energía proveniente de su ira para caminar, trabajar en un proyecto o practicar algún deporte.
- Llame a una línea de ayuda para casos de violencia doméstica o a un centro de salud y averigüe sobre los servicios de consejeros y grupos de apoyo para las personas que maltratan a sus familiares.

## El alto costo de la violencia doméstica

- Los hombres y las mujeres que siguen el ejemplo de sus padres y usan la violencia para resolver los conflictos, les están enseñando el mismo comportamiento destructivo a sus hijos.
- Puede perder el empleo o su carrera profesional puede quedar incapacitado debido a lesiones, arrestos u ofensas.
- A causa de la violencia se pierden vidas.

## Ayuda

### Domestic Violence Hotline

800-799-SAFE

This new, nationwide toll-free hotline will provide immediate crisis intervention, counseling and referrals to emergency shelters and services.

### National Resource Center on Domestic Violence

800-537-2238

### Family Violence Prevention Fund

383 Rhode Island Street, Suite 304  
San Francisco, CA 94103-5133  
415-252-8900