



La
**Violencia
Doméstica**
nos
afecta a **TOD@s**

*Basta ya del maltrato . . .
busca la Paz*

LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

La violencia doméstica viola los derechos humanos de sus víctimas, tales como: la libertad, la dignidad, las oportunidades de desarrollo, la salud y la PAZ. Éstos se ven limitados por la fuerza física, la coerción y la intimidación que ejerce la parte agresora.

El maltrato físico, la violencia psicológica, las amenazas, la restricción de la libertad y las agresiones sexuales contra la pareja son algunas de las manifestaciones de la violencia doméstica que afecta en su mayor parte a mujeres.

TIPOS DE MALTRATO

Maltrato Físico – Hacer uso de la fuerza física para causar daño a la pareja o para obligarla a realizar algún acto que ésta no desea. Incluye golpes, patadas, puños, empujones, mordiscos, fracturas, heridas, mutilaciones, etc. En algunas circunstancias que agravan las situaciones se utilizan armas como cuchillos, machetes, bates y armas de fuego.

Maltrato Psicológico – Desvalorizar y ridiculizar a la pareja haciéndola sentir mal con ella misma y empobreciendo su autoestima. Utilizar la violencia, la restricción de la libertad o la intimidación contra la pareja para controlar lo que ésta hace, con quién se relaciona o a dónde va. Prohibirle u obstaculizar sus planes de estudio o trabajo y amenazarla, así como, utilizar otras estrategias para ejercer poder y control sobre ella.

Maltrato Sexual – Utilizar la violencia en los acercamientos sexuales y tratar a la pareja como objeto sexual. Exigir relaciones sin el consentimiento ni deseo de la pareja. Obligar a la pareja a prácticas sexuales no deseadas o agredirla en sus partes sexuales.

ESTRATEGIAS PARA EJERCER PODER Y CONTROL SOBRE LA PAREJA

Nuestra sociedad patriarcal, pensada y promovida por los hombres, sustenta que el varón, por su posición social, debe ejercer poder y control sobre su pareja. Éstos utilizan diversas formas para hacerlo, todas ellas conducentes al maltrato de las mujeres y a la violación de sus derechos humanos. El Proyecto de Intervención con el Maltrato Doméstico de Duluth, Minnesota desarrolló el siguiente modelo que recoge las estrategias de ejercer poder y control más comunes.

RUEDA DE PODER Y CONTROL

Intimidación: atemoriza a la mujer por medio de gestos, alzándole la voz, arrojándole cosas, destruye su propiedad.

Utilización de los hij@s: hacerla sentir culpable, utilizar a los hij@s para llevarle mensajes, utiliza las visitas a los hij@s como una manera de hostigarla.

Aislamiento: controla lo que ella hace, con quién se relaciona y a dónde va. La aísla de todo posible recurso de apoyo como familiares y amigas(as).

Abuso Sexual: le pide a la mujer que lleve a cabo actos sexuales sin el consentimiento de ella. La agrede en sus partes sexuales. La trata como un objeto sexual.

PODER Y CONTROL

Abuso Emocional: ridiculiza a la mujer y la hace sentir mal con ella misma, la hace pensar que está loca. Juegos mentales o psicológicos.

Privilegio de ser hombre: trata a la mujer como sirvienta, toma las decisiones importantes y actúa como el "rey" de la casa.

Amenazas: utiliza amenazas que hacen sentir a la mujer emocionalmente herida, la amenaza con quitarle a los hij@s y ofrecer información negativa a las agencias sociales. Amenaza con suicidarse.

Abuso Económico: trata de evitar que la mujer consiga trabajo o mantenga el que tiene, hace que la mujer pida dinero, le asigna mesada, se queda con el dinero que ella devenga.

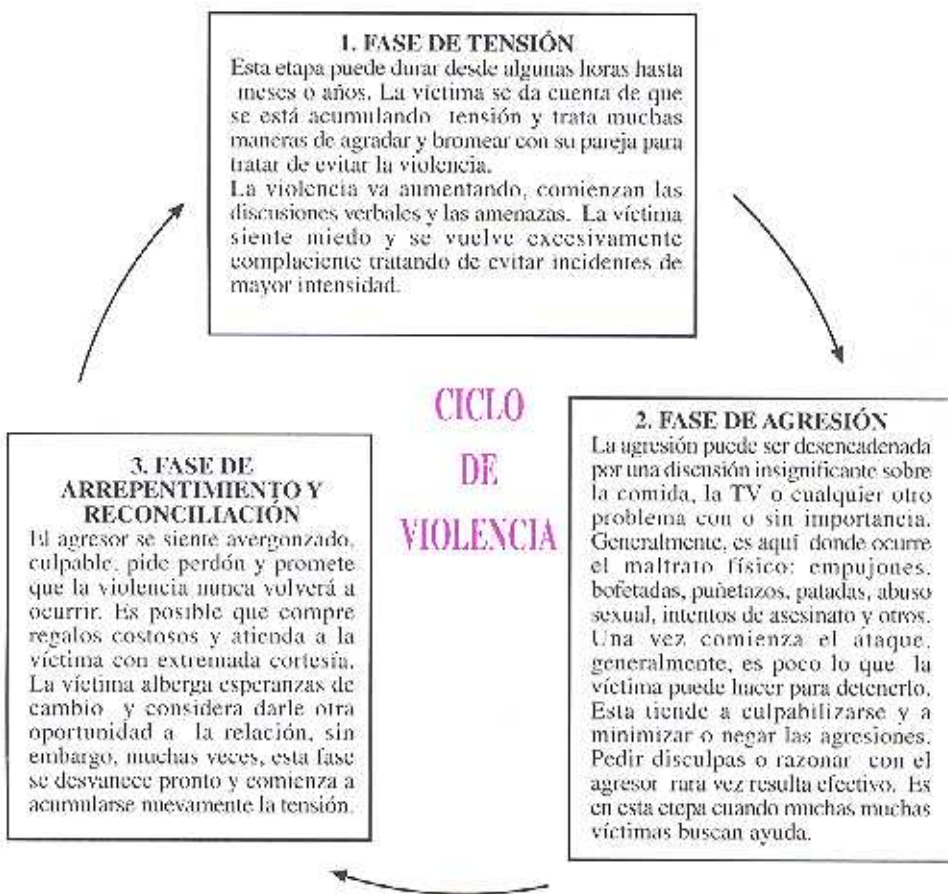
MANTEN EL CONTROL SOBRE TU VIDA

MITOS Y REALIDADES SOBRE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

<ul style="list-style-type: none"> - La mujer que es maltratada es porque le gusta. 	<ul style="list-style-type: none"> - A nadie le gusta ser maltratada o humillada. La socialización le ha enseñado a las mujeres a ver el maltrato como algo común en la vida de pareja. Muchas veces, las mujeres, se sienten responsables de las expresiones violentas de su pareja o asumen estrategias de resistencia para sobrevivir como la sumisión o el ser extremadamente complacientes.
<ul style="list-style-type: none"> - La mujeres provocan la violencia de su pareja. 	<ul style="list-style-type: none"> - Esta es una concepción popular en nuestra cultura que justifica la conducta del/a agresor/a. El usar la violencia es una opción que decide el/la agresor/a y sólo esa persona es responsable de la misma y puede controlarla.
<ul style="list-style-type: none"> - El maltrato es más común entre las clases pobres. 	<ul style="list-style-type: none"> - El maltrato no escoge clase social. Todas las mujeres, por el hecho de ser mujeres, podemos sufrir maltrato por parte de una pareja violenta. Sin embargo, las mujeres pobres, generalmente, acuden en busca de ayuda a hospitales públicos que documentan su experiencia. Las mujeres con recursos económicos van a profesionales de la salud y hospitales privados que no sacan a la luz pública este tipo de casos.
<ul style="list-style-type: none"> - La persona que maltrata es violenta en todas sus relaciones interpersonales. - El alcohol y las drogas son la causa de la violencia doméstica. 	<ul style="list-style-type: none"> - Muchos hombres son violentos, sin embargo, muchos solo son maltratantes con sus esposas o compañeras. - La causa de la violencia doméstica se identifica en las relaciones de poder desigual entre hombres y mujeres. El alcohol y las drogas no son la causa aunque en muchos casos puede agravarla. Muchos de las personas que beben o usan drogas pero no maltratan a su pareja, de igual forma, muchas de los/as agresores/as no beben ni consumen drogas.
<ul style="list-style-type: none"> - Los agresores son locos o psicópatas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se ha encontrado que la mayoría de los agresores no son psicópatas. Son personas manipuladoras y poseedoras de cierto encanto personal, que tratan de conseguir lo que quieren de su pareja sin tomar en cuenta sus intereses y necesidades. Son personas que pueden funcionar muy bien con otras personas, su abuso de poder es solo con su pareja.
<ul style="list-style-type: none"> - Los agresores no pueden mostrarse amorosos, siempre expresan odio y violencia hacia su pareja. 	<ul style="list-style-type: none"> - En ocasiones los agresores pueden mostrarse amorosos, simpáticos y atentos con su pareja, eso confunde los sentimientos de la víctima.
<ul style="list-style-type: none"> - Un agresor no puede cambiar ni dejar de ser violento. 	<ul style="list-style-type: none"> - La conducta violenta es aprendida y puede ser modificada. Esto requiere de una intervención profesional que facilite desarrollar estilos no violentos de relacionarse en pareja.
<ul style="list-style-type: none"> - Aguantando y evitando molestar a la pareja se puede controlar su conducta agresiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - Esta es una estrategia de resistencia que utilizan muchas víctimas de violencia doméstica para sobrevivir, sin embargo, esto no detendrá la violencia y pone en riesgo su salud física y mental.
<ul style="list-style-type: none"> - La violencia doméstica contra la pareja sólo se da de parte de los hombres hacia las mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> - Las estadísticas señalan que en casi el 90% de los casos registrados la violencia se da por parte de los hombres hacia mujeres, sin embargo, ésta se puede dar de mujeres hacia hombres y en relaciones del mismo sexo (de mujeres hacia mujeres y de hombres hacia hombres).

EL CICLO DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

La psicóloga Lenore Walker, en el 1979, observó que muchas relaciones violentas siguen un patrón cíclico que tiende a escalar en frecuencia y severidad. Describe un ciclo de tres fases en el que, primeramente, aumenta la tensión entre la pareja, más adelante, ocurre un incidente violento agudo, para luego dar paso a un acto de arrepentimiento con un período de reconciliación y calma. El ciclo, que no se da igual en todas las parejas, puede desarrollarse en un día o tardar semanas o meses en completarse. Si no se atienden los problemas reales de la pareja el ciclo se repetirá y los problemas se agudizarán. Muchas veces es necesaria ayuda profesional para romper el ciclo y terminar con el maltrato.



MUJER, ROMPE EL CICLO BUSCA AYUDA

EFFECTOS DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA EN LAS VÍCTIMAS Y SOBREVIVIENTES

La violencia doméstica tiene un efecto devastador en la salud física y mental de las mujeres. En muchas víctimas de maltrato se observan los siguientes indicadores:

- Baja autoestima
- Sentimiento de impotencia y desvalidez
- Temor a la toma de decisiones
- Enfermedades físicas o mentales como la depresión
- Insomnio
- Pérdida de apetito
- Ser complaciente al extremo
- Sentido de culpabilidad por la situación
- Aislamiento
- Miedo paralizador

IMPACTO DE LA VIOLENCIA EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Los niños y las niñas sufren por la violencia que experimentan directa o indirectamente en sus hogares. Debemos estar alerta a los siguientes indicadores:

- Se observarán deprimidos, tristes y aislados.
- En la escuela o en la casa, mostrarán una conducta hostil; no mostrarán controles.
- Mostrarán violencia al resolver situaciones de conflicto.
- Se sentirán confundidos al momento de expresar lealtades entre el padre y la madre.
- Visualizarán la conducta sexual como una forma de ejercer poder.
- Presentarán problemas de aprendizaje y períodos cortos de atención.
- Al jugar con otros, se mostrarán agresivos.
- Presentarán disturbios de sueño y alimentarios.
- Sufrirán dolores de estómago constantes, dolores de cabeza, mareos, fiebre y otros.
- Es probable que se mantengan cerca de la casa y cerca de la madre para protegerla de futuros ataques por parte del agresor.
- Mostrarán poca tolerancia ante eventos o situaciones conflictivas.
- Mostrarán dificultad al relacionarse con sus pares.
- Tomarán roles de adultos a temprana edad como el matrimonio o la maternidad.
- Pueden expresar sentimientos suicidas u homicidas.
- Son propensos a conductas delincuentes y a la deserción escolar.

"... la tradición familiar perpetúa una cultura del terror que humilla a la mujer, enseña a los hijos a mentir y contagia la peste del miedo." E. Galeano

PERFIL DE LOS AGRESORES

Los hombres no son violentos por naturaleza. La violencia es una forma que han aprendido socialmente para expresar su masculinidad en las relaciones con las mujeres y con las otras personas. La violencia es considerada por muchos como una forma de ejercer poder, privilegio y control, la ven como un modo aceptable de dominar y controlar a las mujeres y al mundo. Cualquier hombre con esta manera de pensar, sin importar su raza, religión o nivel socioeconómico, puede ser un agresor. Observa los siguientes indicadores:

- Son celosos en extremo.
- Son propensos al enamoramiento rápido.
- Tienen expectativas poco realistas de su pareja.
- Culpan a otr@s por sus comportamientos y sentimientos.
- Tienen historial de haber golpeado a otras mujeres en el pasado.
- Rompen o tiran objetos.
- Son extremadamente sensibles.
- Muestran crueldad hacia los animales.
- Son rígidos en su visión de los roles sexuales.
- Muestran una conducta controladora.
- Mantienen a la pareja aislada de familiares y amig@s.
- Tienen cambios bruscos de temperamento.
- Amenazan con usar la violencia física durante las discusiones.
- Utilizan la fuerza física durante las discusiones.
- Abusan verbalmente de la pareja.
- Utilizan la fuerza física como juego en las relaciones sexuales.

INDICADORES DE MAYOR PRELIGRO

- Posee armas legales e ilegales
- Amenaza con suicidarse o con matar
 - Abusa físicamente de l@s hij@s.
- Fue abusado física o sexualmente cuando niño.
 - Ha sido violento con parejas anteriores.
- Tiene arrestos previos por violencia doméstica.
 - Usa frecuentemente drogas y alcohol.
- Tiene diagnósticos previos de enfermedades mentales.

PARA INFORMACIÓN SOBRE HOMBRES CONTRA LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES BUSCA EN INTERNET "LA CAMPAÑA DE LISTÓN BLANCO".

¿POR QUÉ LAS MUJERES SE MANTIENEN EN LAS RELACIONES VIOLENTAS?

Existen múltiples razones de tipo social, cultural y económico por las que las mujeres permanecen en las relaciones violentas. No juzgues ni critiques las decisiones que toma una mujer víctima de maltrato, nadie conoce sus razones. Aquí señalamos algunas:

- Por no romper la familia y alejar a l@s hij@s del padre.
- Por falta de recursos económicos: vivienda, trabajo, educación, etc.
- Miedo a que el agresor la persiga, la agreda o la mate a ella o a sus hij@s.
- Sentido de desvalidez.
- El no saber qué hacer.
- El temor a la soledad.
- Las creencias religiosas sobre el matrimonio “para toda la vida”.
- Las exigencias familiares y la presión por parte de amistades y familiares.
- Pensar que toda relación de pareja conlleva problemas.
- La esperanza de que la relación mejore.
- El poco respaldo de las instituciones sociales.
- El sentimiento de fracaso en su rol de la mujer.
- Por las ideas sexistas producto del proceso de socialización.

*No es fácil salir de una relación de maltrato,
pero tampoco imposible.*

PLAN DE ESCAPE

Es importante estar preparada para huir con tus hij@s si es necesario por razones de seguridad. Siempre piensa en:

- * Tener los documentos importantes a la mano tales como:
 - Tarjeta de plan médico
 - Certificado de nacimiento
 - Escritura de la propiedad
 - Número de cuenta bancaria
 - Direcciones y números de teléfono
 - Planilla de contribución sobre ingresos
 - Otros
- * Haber identificado a alguna persona que sirva de ayuda y quien entienda la peligrosidad del agresor.
- * Utilizar recursos de ayuda tales como:
 - albergues para víctimas
 - policía
 - médic@s y psicólog@s
 - trabajadores/as sociales
 - abogad@s
 - organizaciones de apoyo a mujeres

LA LEY 54

para la Prevención e Intervención con la Violencia Doméstica de 15 de agosto de 1989

* **¿Qué es violencia doméstica según la Ley 54?** El empleo de fuerza física, violencia psicológica, intimidación o persecución contra la pareja con el propósito de causarle daño físico o emocional a su persona, sus seres queridos o sus bienes.

* **¿Cómo define la Ley 54 “una pareja”?** Es un cónyuge, excónyuge, una persona con quien se cohabita o se ha cohabitado, una persona con quien se sostiene o se ha sostenido una relación consensual o una persona con quien se ha procreado un hijo o una hija.

* **¿Qué remedios provee la Ley 54?** La Ley provee dos remedios uno *civil* y uno *criminal*. Estos aplican a cualquier persona víctima/sobreviviente de violencia doméstica, independientemente de su sexo u orientación sexual.

- **Ordenes de protección:** Son medidas legales de tipo civil que otorga el Tribunal para proteger la seguridad y satisfacer las necesidades básicas de las víctimas de violencia doméstica y sus hij@s. Se pueden solicitar en cualquier tribunal y no es necesario radicar cargos criminales para obtenerla. La orden puede prohibir que la parte agresora se acerque a la víctima, a su casa o a la de sus familiares, a su trabajo, a su lugar de estudio, o a donde quiera que ésta se encuentre. Atiende, además, asuntos relacionados con el desalojo de la parte agresora, la custodia de l@s menores, las pensiones alimentarias, los bienes gananciales y otros.

- **Radicación de casos criminales:** La Ley 54 establece cinco tipos de delitos graves con sus penas mínimas y máximas que pueden ser radicados en cualquier tribunal. Estos son:

- Maltrato
- Maltrato agravado
- Maltrato mediante amenaza
- Restricción de libertad
- Agresión sexual conyugal

* **¿Se pueden retirar los cargos por violencia doméstica?** Una víctima puede tener varias razones para retirar los cargos, sin embargo, el Departamento de Justicia se hará cargo de seguir el proceso del caso. La violencia doméstica es un delito contra la persona afectada y contra el Estado también.

MUCHAS MUJERES UTILIZAN LA LEY 54

Entre enero y diciembre de 2001 la Policía de Puerto Rico informó 17,770 intervenciones por violencia doméstica. En el 86% (15,211) de estos casos la víctima fue una mujer.

PARA SALIR DE UNA RELACIÓN DE MALTRATO

- Reconoce el maltrato e identifica los indicadores de violencia en tu pareja.
- Toma la decisión de salir de la relación violenta y prepárate para hacerlo.
- No guardes silencio. Habla con personas de tu confianza sobre la situación, podrían ayudarte o servirte de testigo.
- Prepara un plan de escape para un caso de emergencia.
- Desarrolla una red de apoyo entre familiares y amig@s que te puedan ofrecer apoyo y protección de ser necesario.
- Identifica organizaciones o grupos de apoyo que trabajen con víctimas/sobrevivientes de violencia doméstica y acude a ellos, pueden ayudarte.
- Busca un empleo o adiestramiento que te permita independencia económica.
- Utiliza la Ley 54 para obtener protección de la Policía y los tribunales.
- **Confía en ti misma. Muchas mujeres han sobrevivido a una relación maltratante y ahora viven en PAZ.**

PARA PREVENIR Y COMBATIR LA VIOLENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA

- Promueve prácticas no sexistas y de equidad en las relaciones de pareja.
- Promueve el diálogo y la negociación en la toma de decisiones.
- No juzgues ni critiques las decisiones de las personas que están en una relación maltratante.
- Respalda las gestiones que apoyan a las víctimas/sobrevivientes de maltrato en tu familia, tus centros de trabajo y tu comunidad.
- Mantente informada sobre las leyes y programas que protegen a las víctimas de maltrato y comparte la información.
- **Defiende los derechos humanos de las mujeres y los hombres.**

¿DÓNDE BUSCAR APOYO Y SERVICIOS?

LUGAR	SERVICIOS	TELÉFONOS
Casa de la Bondad, Humacao	Albergue, programa ambulatorio, representación legal y apoyo en los tribunales de Humacao y Fajardo.	(787) 852-2087 (787) 852-7265
Casa Pensamiento de Mujer del Centro, Aibonito	Representación legal y apoyo psicosocial en los tribunales de la Región Judicial de Aibonito.	(787) 735-3200
Casa Protegida Julia de Burgos	Albergue, intercesoría legal y apoyo psicosocial en los tribunales de las Regiones Judiciales de San Juan, Carolina y Ponce.	San Juan (787) 721-3500 Aguadilla (787) 997-0638 Ponce (787) 284-4303
Casa Protegida Luisa Capetillo, Arecibo	Albergue y servicios de orientación ambulatorios en el Municipio de Arecibo.	(787) 880-6944
Centro Cristiano Hijas de Jairo, Guayama	Albergue, orientación y asesoría legal en el área de Guayama.	(787) 866-5134
Centro de Orientación Mujer y Familia, Cayey	Orientación y consejería en las áreas de Cayey, Cidra, Caguas, Aguas Buenas, Guayama, Arroyo, Parillas, Cuamo, Comerio, Santa Isabel, Villalba y Juana Díaz.	(787) 263-2114
Centro Mujer y Nueva Familia, Barranquitas	Orientación, consejería, intervención en crisis, intercesoría legal y actividades educativas en Barranquitas y pueblos cercanos.	(787) 857-4685
Clinica de Salud Mental de la Comunidad, San Juan	Terapia psicológica.	(787) 724-2272 (787) 724-6500
Hogar Clara Lair, Hormigueros	Albergue, apoyo psicosocial e intercesoría legal en los tribunales de las Regiones Judiciales de Aguadilla y Mayagüez.	(787) 849-3075
Hogar La Piedad (Fundesco), Caguas	Albergue, apoyo psicosocial, vivienda transitoria y trabajo social en toda la Isla.	(787) 746-0535
Hogar Nueva Mujer, Cayey	Albergue, apoyo psicosocial e intercesoría y representación legal en los tribunales de las Regiones Judiciales de Caguas y Guayama.	(787) 263-6473
Hogar Ruth, Vega Alta	Albergue, apoyo psicosocial e intercesoría legal en los tribunales de las Regiones Judiciales de Arecibo, Bayamón y Utuado.	(787) 883-1905
Instituto del Hogar, San Juan	Talleres psicoeducativos en San Juan y el área metropolitana.	(787) 765-7895
Instituto Pre Vocacional e Industrial (CAPROMUNI), Arecibo	Albergue, intercesoría legal, orientación y consejería a través de toda la Isla.	(787) 879-3300
La Casa de Todos, Juncos	Albergue, trabajo social, intercesoría legal y servicios educativos y de coordinación a través de toda la Isla.	(787) 734-3132

**PROTÉGETE Y
BUSCA AYUDA,
NO TOLERES
EL MALTRATO**



**Oficina de la Procuradora de las Mujeres
Apartado 11382**

Estación Fernández Juncos

San Juan, Puerto Rico 00910-1382

Teléfonos: (787)722-2907, (787)721-7676 Fax: (787)721-0236

Línea de Orientación a Mujeres/ 24 horas:

(787)722-2977, (877)722-2977, 1-800-981-9676