



## CONSEJOS SOBRE VIOLENCIA DOMESTICA

La violencia doméstica es la intimidación deliberada, el asalto físico, la agresión, el asalto sexual y / u otro comportamiento abusivo como parte de un patrón sistemático de poder y control perpetrado por una pareja íntima contra otra. Incluye violencia física, violencia sexual y abuso emocional.

### Sabia usted que:

- En Estados Unidos, 24 personas por minuto son víctimas de violación, violencia física o acecho por parte de una pareja íntima.
- Casi el 30% de las mujeres y el 10% de los hombres sufren violación, violencia física o acecho por parte de una pareja íntima en Estados Unidos cada año.
- Aproximadamente el 25% de las mujeres y el 14% de los hombres han sufrido lesiones físicas graves como resultado de la violencia física por parte de una pareja íntima.
- Casi la mitad de todas las mujeres y hombres en Estados Unidos han experimentado agresión psicológica por parte de una pareja íntima.
- Las mujeres de 18 a 34 años experimentan el nivel más alto de violencia de pareja íntima en los Estados Unidos.
- Casi el 50% de los homicidios de mujeres en los Estados Unidos son cometidos por parejas íntimas anteriores o actuales.
- Se estima que la violencia de pareja ha crecido en un 40% solo en el condado de Harris durante COVID-19.

### ABUSO FISICO

Un acto intencional que cause lesiones o traumas a otra persona por medio del contacto corporal y podría incluir:

- Mordiéndolo, cachetadas, patear, golpear, empujar, pellizcar, lanzar objetos, estrangulamiento, usar un arma para dañar a alguien, negar atención médica, la privación del sueño, y forzar el consumo de drogas o alcohol

Las señales de que alguien que tal vez conozcas está sufriendo abuso físico incluyen:

- Moretones, ojos negros, huesos rotos, heridas abiertas, gafas o marcos rotos, y cambios repentinos de comportamiento

### ABUSO SEXUAL

Cualquier acto sexual, intento de obtener un acto sexual, comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o actos de tráfico o de otra manera dirigidos contra la sexualidad de una persona mediante coacción y podría incluir:

- Presionar actos sexuales no deseados de cualquier forma (verbal o física), besos no deseados, toque forzado, violación (incluida la violación marital), dejar marcas no deseadas como chupones en alguien, rechazar o alterar el control de la natalidad, y coerción de cualquier tipo

Las señales de que alguien que usted conoce puede estar sufriendo abuso sexual incluyen:

- Depresión, alteraciones del sueño o pesadillas, infecciones urinarias frecuentes, aislamiento de amigos y familiares, retiro de las actividades habituales, ansiedad o comportamiento demasiado agradable, exceso de ira o rebelión, autolesiones, y comportamiento obsesivo compulsivo

### ABUSO EMOCIONAL

Un patrón de comportamiento que amenaza, intimida, deshumaniza o socava sistemáticamente la autoestima y puede incluir:

- Amenazas, aislamiento, humillación pública, crítica implacable, devaluación personal, acecho, y cualquier cosa que haga que alguien sienta que su pareja tiene un control casi total sobre ellos

Las señales de que alguien que usted conoce puede estar sufriendo abuso emocional incluyen:

- Depresión, ideación suicida, desorden alimenticio, y abuso de drogas y alcohol

## ABUSO ECONOMICO

Cuando una pareja íntima tiene control sobre el acceso de la otra pareja a los recursos económicos o cuando los bienes maritales se utilizan como medio de control y pueden incluir:

- Evitar que un cónyuge adquiera recursos
- Limitar lo que puede usar un socio
- Explotar los recursos económicos de una pareja íntima
- Obligar o presionar a una pareja íntima para que firme documentos o venda cosas
- Obligar a alguien a cambiar un testamento
- Darle una mesada a una pareja íntima

Las señales de que alguien que usted conoce puede estar sufriendo abuso incluyen:

- Desnutrición
- Búsqueda frecuente de la aprobación del socio
- Crítica frecuente de uno mismo
- Hace muchos sacrificios para complacer a otros
- Excesivamente temeroso de perder la relación


## CUANDO EL HOGAR NO ES SEGURO

Si bien el distanciamiento social es de vital importancia para frenar la propagación del COVID-19, también puede aumentar el peligro para las personas que sobreviven a la violencia en sus relaciones y familias.

- En respuesta al virus, comuníquese con sus seres queridos, amigos, colegas y familiares extendidos que puedan estar en situaciones violentas en el hogar.
  - Si alguien que usted conoce está experimentando violencia en el hogar, ofrézcale una distancia social con usted en su hogar. Si no se sienten cómodos haciéndolo, asegúrese de hablar con ellos todos los días.
  - El coronavirus podría hacer que las personas queden atrapadas en relaciones abusivas debido al impacto económico a lo largo del tiempo. Como comunidad, debemos buscar mayores tasas de violencia doméstica debido al COVID-19.
  - Si usted o alguien que conoce está sobreviviendo a la violencia doméstica, haga un “plan de seguridad” o una estrategia para minimizar el riesgo incluso si el sobreviviente todavía tiene contacto o vive con una pareja abusiva.
  - Si está sobreviviendo a la violencia doméstica, considere comunicarse con un refugio. Muchos refugios lo acogerán incluso si tiene síntomas de COVID-19.
  - Establezca una palabra clave con un amigo o vecino que pueda llamar al 911 si es necesario.
- **Si necesita ayuda, comuníquese con la línea directa nacional contra la violencia doméstica disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.**
- Llame o TTY al 1-800-799-7233
  - Si no puede hablar con seguridad, inicie sesión en [thehotline.org](http://thehotline.org) o envíe un mensaje de texto con LOVEIS al 22522



### Como Reportar un Aviso

 Llame 713.222.TIPS (8477)

 Use nuestra **App Movil**  
Nombre: Crime Stoppers Houston

 Por internet: [crime-stoppers.org](http://crime-stoppers.org)

**Si usted sospecha violencia domestica,  
llame al 1-800-799-SAFE (7233).**