

La violencia doméstica tiene como característica un patrón de conductas controladoras y abusivas (algunas veces violentas) que algunas personas ejercen hacia su pareja o otros miembros de su familia. El maltrato puede ser físico, sexual o emocional, y puede incluir amenazas, aislamiento, control financiero y acoso hacia la persona.

¿Alguna vez su pareja le ha ...

- golpeado, pateado, empujado o herido?
- utilizado armas a fin de herirle o amenazarle?
- forzado o coaccionado para tener una relación sexual no deseada?
- formulado amenazas para herir a usted o a otras personas, para que le deporten, o de que divulge información confidencial sobre usted?
- controlado lo que hace o a quién ve de una forma en que interfiera en su trabajo, en la crianza de los hijos, en la educación, atención médica o alguna otra actividad importante?
- robado dinero o destruido sus pertenencias?
- criticado, insultado o despreciado constantemente?
- negado sus necesidades básicas como la alimentación, la vivienda, vestimenta, atención médica u otro tipo de asistencia?

Si ha respondido que “sí” a alguna de estas preguntas, su salud y seguridad podrían estar en riesgo.

Puede ocurrirle a cualquier persona

La violencia doméstica es un problema muy serio y muy común que puede afectar tanto la salud física como emocional de una persona. Puede ocurrirle a cualquier persona, no importa quien sea o su procedencia.

No es culpa suya

Si ha sido víctima de maltrato por su pareja, es posible que se sienta confundido, asustado, enfurecido, o acorralado. Todas estas emociones son las respuestas características al maltrato doméstico. Además, es posible que también se sienta culpable por lo que está sucediendo. Sin embargo, independientemente de lo que ocurra, usted nunca es responsable por los actos abusivos de su pareja.

Nadie merece ser maltratado

Busque una fuente de ayuda

La creación de un sistema de apoyo puede ser muy importante. Existen muchas personas y lugares que podrían ser de gran utilidad como las amistades, miembros de su familia, compañeros de trabajo, grupos comunitarios, figuras religiosas, profesionales de la salud, consejeros, profesores, y defensores de los programas contra la violencia doméstica tan solo son algunos ejemplos.

La violencia doméstica se considera un crimen

Si le han herido, violado o amenazado como consecuencia de la violencia doméstica (o si es testigo de alguien que esté cometiendo estos crímenes) puede llamar por el 911 para comunicarse con la policía o solicitar asistencia médica.

Otra opción sería ir a la corte a fin de solicitar una orden de restricción que ordene al infractor para que no le haga daño, o que le exija mantenerse alejado de lugares como la casa, el trabajo o la escuela. La orden puede incluir protecciones para sus hijos y mascotas también.

Existen muchas otras fuentes de protección y de ayuda para las víctimas de la violencia doméstica. Para más información sobre sus derechos y posibilidades, contacte las fuentes enumeradas al dor-

Planificación para la seguridad

Sin ayuda, muchas veces la violencia doméstica se empeora con el tiempo. Algunas veces puede llegar a ser mortal. **Confíe en sus instintos**; si piensa que corre peligro, es probable que así sea. No ignore sus miedos. Posiblemente usted querrá hacer lo siguiente:

- **memorizar** números telefónicos de personas o líneas de emergencia que puedan ayudarle;
- **planificar rutas de salida** y lugares donde pueda ir si necesita salir rápido;
- **conversar con sus hijos** sobre lo que pueden hacer si se sienten inseguros o están asustados;
- **preparar un bolso con artículos de emergencia** que contengan dinero, medicamentos, las llaves del carro, documentos importantes como la acta de nacimiento, las tarjetas del seguro social y los documentos de inmigración. Este bolso deberá guardarse en un lugar seguro o en casa de un amigo;
- **contar a las personas de su confianza** lo que está ocurriendo y decirles de qué manera pueden ayudar.

Existe ayuda a su disposición

Centros de ayuda las 24 horas:

EnlaceSeguro (SafeLink)
1-877-785-2020
(TTY 1-877-521-2601)

Centro de Ayuda por Violación en el Área de Boston (Boston Area Rape Crisis Center)
1-800-841-8371
<http://www.barcc.org/espanol>

Línea Nacional de ayuda para la Violencia Doméstica
<http://www.thehotline.org/en-la-linea-nacional-sobre-la-violencia-domestica/>
1-800-799-7233

Para mayor información, se agradece comunicarse con: Programa Sobre la Violencia Doméstica del BMC
617-414-7734

Fuentes de información adicionales para los empleados del BMC

Programa de Asistencia para los Empleados
(Employee Assistance Program)
1-866-695-6327 (24hr)
Departamento de Seguridad Pública
617-414-4444 (24hr)
<http://internal.bmc.org/domesticviolence>

Este programa está parcialmente respaldado por el Departamento de Massachusetts de Asistencia a las Víctimas (MOVA, por sus siglas en inglés) a través del otorgamiento de la Ley de Víctimas de Crímenes (VOCA, por sus siglas en inglés) de 1984 del Departamento de Víctimas de Crímenes, Despacho de Programas de Justicia, Departamento de Justicia de EE.UU.

Cómo encontrar seguridad y apoyo



BOSTON MEDICAL CENTER

EXCEPTIONAL CARE. WITHOUT EXCEPTION.