



# Violencia doméstica

**GUÍA DE PREVENCIÓN  
Y RECURSOS**



*Casi un tercio de las mujeres norteamericanas reportan que sus cónyuges o novios les han maltratado físico o sexualmente en un momento dado de la vida (Commonwealth Fund Survey 1998).*

## ¿Qué es el maltrato en el hogar?

Es un patrón de conducta coercitiva que se usa para tener poder y control de otra persona por miedo e intimidación, y que a menudo incluye amenazas o violencia. Por lo general los actos más frecuentes de violencia doméstica caen en una o más de estas categorías:

**Agresión física** – Los ataques físicos o la conducta violenta del agresor pueden incluir desde moretones hasta el asesinato. A menudo empieza con acciones que se excusan como contactos triviales que se intensifican hasta convertirse en ataques más frecuentes y graves.

**Abuso sexual** – El ataque físico por parte del agresor a menudo va acompañado o culmina con violencia sexual en la que se fuerza a la víctima a tener relaciones sexuales con el agresor o participar en actividades sexuales no deseadas.

**Maltrato psicológico** – La violencia psicológica o mental por parte del agresor puede incluir el maltrato verbal, hostigamiento, actitud posesiva en exceso, aislamiento de la mujer de los amigos y la familia, privación de recursos físicos y económicos, y destrucción de bienes muebles.

***“En el 92% de todos los incidentes de violencia doméstica, los hombres son quienes cometen delitos en contra de las mujeres.” Estadísticas del Bureau of Justice***

El maltrato en el hogar afecta a las personas casadas, divorciadas, que viven juntas o salen como novios, y a la gente de todos los grupos sociales, económicos, raciales, religiosos, étnicos y sexuales. Cualquier persona puede ser víctima de violencia doméstica, pero las mujeres son en gran medida las víctimas más frecuentes. En todas las culturas, es más común que los agresores sean hombres. Se han desarrollado muchas teorías para explicar el motivo por el cual los hombres usan la violencia en contra de sus parejas, entre ellas la disfunción familiar, habilidad inadecuada para comunicarse, abuso de sustancias, estrés, falta de espiritualidad y dificultades económicas. Los agresores usualmente continúan con su conducta debido a que la violencia es un método efectivo para obtener y mantener control de la otra persona y porque por lo general no sufren consecuencias adversas como resultado de su comportamiento.

# Síntomas de la violencia doméstica

Las siguientes acciones pueden indicar o conducir al maltrato en el hogar:

- ¿Su pareja le pega, da puñetazos, abofetea o patear? ¿Le fuerza a tener relaciones sexuales que le hacen sentir incómoda?
- ¿Su pareja impide que usted vaya a donde quiere ir y cuando desea hacerlo?
- ¿Su pareja abusa del alcohol o las drogas? Existe un fuerte nexo entre la violencia y los problemas con las drogas y las bebidas alcohólicas, pero estas sustancias por ningún motivo son una disculpa de un comportamiento agresivo.
- ¿Le tiene miedo a su pareja cuando se enoja? ¿Siempre espera que usted siga sus órdenes?
- ¿Amenaza con lastimarlo a usted o a sus hijos?

Millones de mujeres lidian diariamente con la violencia doméstica. No hay excusa para el maltrato, ni nada de lo que usted diga o haga debe hacer que su cónyuge o pareja actúe en forma violenta contra usted. La violencia doméstica no se acaba; por lo general empeora. La violencia doméstica es un delito y nunca es culpa de usted. Si es víctima de violencia doméstica, protéjase usted misma y a su familia, y consiga ayuda.



## Si es víctima de violencia doméstica, puede hacer lo siguiente para protegerse:

- Llame al 911 si está en peligro y necesita ayuda.
- Hable con un amigo o un pariente en el que confíe para obtener apoyo moral.
- Póngase en contacto con su programa local de asistencia para casos de violencia doméstica. Estos programas pueden ayudarle a obtener información sobre las leyes, los refugios, orientación y asistencia financiera.
- Si sus amigos o parientes saben de su situación, establezca palabras clave por teléfono o métodos alternos para informarles que la situación en casa es violenta.
- Si tiene hijos, avise a la escuela de cualquier amenaza posible y/o la situación actual de la custodia. Asegúrese que la escuela sepa quién puede recoger a los niños o no y/o recibir información sobre ellos o usted.
- Si piensa dejar la casa, asegúrese de tener un plan. Guarde una bolsa de emergencia con alguien en quien confíe y que contenga una muda de ropa para usted y para sus hijos, un juego extra de llaves, copias de documentos importantes y dinero de emergencia. Lleve consigo papeles y documentos importantes de usted y de sus hijos. Los papeles importantes pueden incluir: tarjetas de identificación, tarjetas de Seguro Social, certificados de nacimiento, licencia de matrimonio, chequeras, títulos de propiedad, tarjetas de crédito, estados de cuenta bancarios, talones de cheques de pago (suyos y de su cónyuge). También llévese su documentación sobre incidentes previos de maltrato (por ejemplo, fotos, informes de policía, expedientes médicos, etc.).

## Una vez que deje la relación:

- Obtenga una orden inhibitoria (*restraining order*). Las solicitudes para las órdenes inhibitorias se obtienen en los tribunales, refugios para mujeres, oficinas de servicios legales y algunas jefaturas de policías.
- Cambie su número de teléfono.
- Filtre sus llamadas. Consiga una máquina contestadora o un dispositivo identificador de llamadas. De esta manera puede ayudarle a optar para contestar o no sus llamadas de una manera más eficiente.
- Cambie los cerrojos si el agresor tiene llave.

- Haga planes sobre cómo escaparse en caso de que el agresor la confronte.
- Varía su rutina.
- Puede informar a su empleador de su situación. Esto le permitirá hablar de las opciones que tenga usted disponibles (por ejemplo: horario, precauciones de seguridad y beneficios de asistencia para los empleados/ familia).
- Si el agresor y usted tienen hijos, usted puede solicitar que se le conceda manutención para sus hijos. Por ley se requiere que el padre de sus hijos los mantenga, aun cuando no vivan juntos, aunque ustedes nunca hayan estado casados e independientemente de su situación migratoria. Es posible que algunas mujeres casadas califiquen para recibir pensión alimenticia o manutención conyugal.

## su cónyuge le amenaza

### Qué puede hacer si su cónyuge le amenaza con quitarle sus hijos:

- Obtenga de inmediato una orden de custodia, que puede incluir una orden que prohíba a su cónyuge sacar a sus hijos del condado o del país en el que usted vive.
- Dé una copia de la orden de custodia a las escuelas de sus hijos y avíseles que sólo le entreguen sus hijos a usted o a la persona que usted designe.
- Asegúrese de tener fotos recientes, pasaportes y certificados de nacimiento de sus hijos. Mantenga una lista de los domicilios y los números de teléfono de los amigos y parientes de su cónyuge, tanto los que vivan en la localidad como en su país de origen.

***Ser víctima de violencia doméstica puede ser una experiencia devastadora, pero por fortuna no tiene que tenerla sola. Tome el primer paso y póngase en contacto con su programa local de asistencia para casos de violencia doméstica. Sus hijos y usted tienen el derecho a vivir en un entorno sin violencia.***

## Qué puede hacer para ayudar a alguien que usted sabe que maltratan:

### ayudar a alguien

Usted puede ayudar y tener un gran impacto en la vida de una persona que maltratan. Es muy importante la manera en que usted reaccione a la situación. La mejor forma de mostrarle a una persona que usted se interesa en su bienestar es dándole apoyo y ánimo. Si sospecha que a alguien le maltratan o siente que algo está mal con la relación de su amiga o de uno de sus parientes, éstas son algunas de las indicaciones que pueden ayudarle a determinar si hay maltrato.

La persona:

- tiene miedo de su pareja;
- siempre tiene mucho afán de agradar a su pareja;
- ha dejado de ver a la familia y/o los amigos;
- interrumpe abruptamente las conversaciones telefónicas cuando su pareja está en la habitación;
- su pareja le controla y/o toma todas las decisiones (por ejemplo: controla todo el dinero, controla las salidas, etc.);
- a menudo habla de los celos, el mal genio y la actitud posesiva de su pareja;
- tiene lesiones físicas (moretones, huesos rotos, esguinces, cortadas, etc.).



## Qué puede hacer usted:

A veces es difícil entender por qué una persona se queda en una relación en que se le maltrata; no obstante, es importante dar apoyo y ánimo para poder ayudar a ese individuo. También es una manera excelente de mostrarle que se interesa en su bienestar. *Éstas son algunas sugerencias:*

- Acérquese a su amiga o pariente actuando de una manera sensible, haciéndole saber lo que le preocupa a usted. Dígale que está preocupado por ella y explíquele el porqué.
- Escuche a la persona sin juzgarla.
- Considere el maltrato como un problema grave. El maltrato puede causar daños psicológicos y emotivos. No subestime el peligro en que puede estar esta persona.
- Ayúdele a desarrollar un plan para protegerse. Anime a la persona para que se ponga en contacto con un albergue o su programa local de violencia doméstica.
- Ayúdele a encontrar alternativas para no estar en peligro si decide quedarse. Ayúdele a pensar en un sitio a donde pueda ir si hay una discusión. Asegúrese de que la persona evite habitaciones que no tengan salidas o en donde haya armas (la cocina o el garaje, por ejemplo).
- Ayude a la persona a inventar una palabra de contraseña que pueda usar en el teléfono para pedir ayuda cuando esté en una situación peligrosa.
- Respete el derecho de la otra persona a tomar sus propias decisiones, aunque usted no esté de acuerdo con ellas.
- Siga apoyándole una vez que haya terminado la relación.

***Si desea más información sobre cómo ayudar a una amiga o a una pariente que esté en una relación en que la maltraten, póngase en contacto con su programa local de violencia doméstica.***

*La violencia doméstica entre los cónyuges no sólo lastima y daña al cónyuge maltratado, sino también a los hijos que están en casa. Las investigaciones muestran que del 80 al 90 por ciento de los hijos que viven en hogares en donde hay violencia doméstica son conscientes de que hay violencia. La violencia doméstica crea un ambiente familiar en el que los hijos viven con el temor constante y sufren física y emotivamente.*

## Efectos potenciales en los hijos: *Efectos en los hijos*

### **Mayor riesgo de maltrato infantil**

- En los hogares en donde hay violencia conyugal, la probabilidad de que haya maltrato infantil es 15 veces más alta.
- El setenta y cinco por ciento de los hombres que maltratan a sus cónyuges también maltratan a sus hijos.
- Es ocho veces más probable que las mujeres lastimen a sus hijos cuando son víctimas de maltrato que cuando tienen un entorno seguro.

### **Mayor riesgo de conducta violenta y abusiva**

- Es diez veces más probable que los adolescentes que ven actos de maltrato en el hogar maltraten a su cónyuge futura que los que crecen en hogares no violentos.
- Es más probable que las muchachas que ven actos de maltrato en el hogar tengan relaciones en que haya malos tratos que las chicas que no están expuestas a ellos.
- El setenta y cinco por ciento de los hijos que tienen una conducta violenta provienen de hogares en que hay violencia doméstica.

## Traumas emotivos

Los hijos pueden sentir:

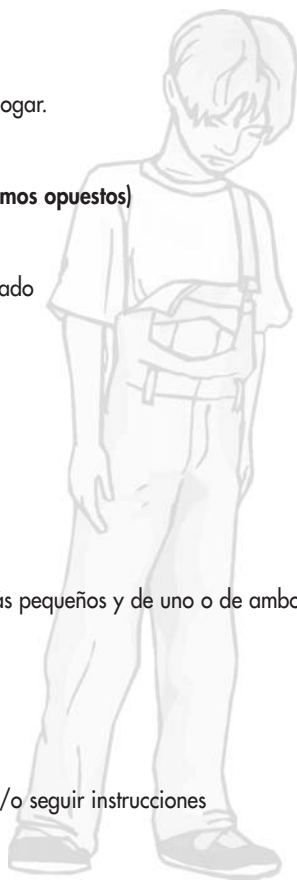
- Que son culpables del maltrato y de no poder acabar con él.
- Que los malos tratos son su culpa;
- Pena excesiva por los problemas/pérdidas en la familia y por las pérdidas personales;
- Confusión por los sentimientos conflictivos hacia los padres: amor, odio, temor;
- Temor de que se les abandone, de lo desconocido y de sufrir lesiones personales;
- Enojo por la violencia y el caos en sus vidas;
- Depresión;
- Indefenso;
- Impotencia;
- Vergüenza por los eventos y la dinámica en su hogar.

## Problemas de conducta (a medida se ven en extremos opuestos)

- Comportamiento rebelde/retraimiento
- Rendimiento por encima/por debajo de lo esperado
- Necesitado/demasiado independiente
- Baja autoestima/dominante
- Pasivo/agresivo
- Negarse a ir a la escuela

## Otros problemas de conducta:

- Se convierten en cuidadores de los hermanos más pequeños y de uno o de ambos padres
- Actúan en forma distante, sarcástica, defensiva
- Se orinan en la cama
- Tienen pesadillas frecuentes
- Tienen problemas para fijar sus propios límites y/o seguir instrucciones
- Pueden gritar excesivamente en la infancia



## Problemas sociales

- Se aíslan de los amigos y los parientes
- Sus relaciones a menudo son tormentosas, empiezan en forma intensa y terminan de manera abrupta
- Tienen dificultad para confiar en la gente, en los adultos en particular
- No son buenos para la resolución de conflictos ni para controlar su enojo
- Tienen una vida social excesiva (para evitar la vida familiar)
- Pueden ser demasiado pasivos con los compañeros o intimidarlos
- Tienen relaciones de las que se aprovechan como agresor o como víctima
- Sus juegos con los compañeros se vuelven demasiado bruscos

## Problemas físicos

- Quejas somáticas (dolores de cabeza, de estómago)
- Tartamudeo
- Nerviosismo, ansiedad y breve capacidad de concentración
- Cansancio, letargo
- Enfermedades frecuentes
- Mala higiene personal
- Regresión a etapas previas del desarrollo, como orinarse en la cama o chuparse el pulgar
- Insensibilización al dolor
- Juegos y actividades de alto riesgo
- Maltrato de sí mismo

***Sus hijos dependen de usted para su seguridad y protección. Si usted es víctima de violencia doméstica y tiene hijos en el hogar, sepa que puede obtener ayuda. En la siguiente Sección se da una lista de organizaciones que pueden ayudarle a crear una vida mejor para sus hijos.***



A continuación se listan líneas directas que dan servicio las 24 horas para refugios que ofrecen refugio de emergencia y de transición, intervención en casos de crisis, defensa legal, grupos de apoyo y educación comunitaria.

\*Son los idiomas que se hablan en el refugio.

#### **Human Options**

Línea directa: (949) 854-3554

\* Inglés, vietnamita, español

#### **Laura's House**

Línea directa: (949) 498-1511

\* Inglés, español

#### **Interval House**

Línea directa: (714) 891-8121

\* Inglés, vietnamita, coreano, español

#### **Women's Transitional Living Center**

Línea directa: (714) 992-1931

\* Inglés, vietnamita, coreano, español

#### **Center for the Pacific Asian Family (CPAF)**

Línea directa: (323) 653-4042 o el (800) 339-3940

\* Se hablan todos los idiomas del área asiática del Pacífico

#### **Chicana Service Action Center**

Línea directa: (800) 548-2722

\* Inglés, español

#### **Korean American Family Service Center**

Línea directa: (888) 979-3800

\* Inglés, coreano



***Si el agresor le está amenazando con poner en peligro su vida y la de su familia, puede presentar una orden inhibitoria provisional en contra de esa persona. Si desea obtener ayuda y asesoría sobre una orden inhibitoria provisional, llame al (714) 935-7956. Si desea la línea de información de 24 horas para órdenes inhibitorias provisionales, llame al (714) 973-0134.***

***A continuación se listan centros y agencias que ofrecen asistencia legal gratuita o a bajo costo o recomendaciones para abogados privados.***

**Legal Aid Society of Orange County**

902 N. Main Street  
Santa Ana, CA 92701  
Teléfono: (714) 571-5200

\* En todos los idiomas

**Lawyer Referral Service**

1170 Civic Center Drive  
Santa Ana, CA 92703  
Teléfono: (800) 834-5001 ext. 204

\* Inglés, español

**Women's Law Center**

950 West 17th Street, Suite D & E  
Santa Ana, CA 92706-3573  
Teléfono: (714) 667-1038

**United Fathers of America**

595 S. City Drive, Suite 202  
Orange, CA 92868  
Teléfono: (714) 385-1002

**Father's Rights Organization**

Teléfono: (714) 542-3100

**Para la gente discapacitada,  
Protection and Advocacy, Inc.**

3580 Wilshire Blvd., Suite 902  
Los Ángeles, CA 90010-2512  
Teléfono: (800) 776-5746

\* Inglés, vietnamita, coreano, español, chino





*A continuación se listan líneas directas en servicio las 24 horas si desea información, servicios y recomendaciones adicionales en el Condado de Orange.*

**Domestic Violence Hotline**

Línea directa: (800) 978-3600

\* En todos los idiomas

**Info Link**

Línea directa: (800) 600-4357

\* En varios idiomas



*A continuación se listan líneas directas en servicio las 24 horas si desea información, servicios y recomendaciones adicionales en todo el país.*

**National Domestic Violence Hotline**

Línea directa: (800) 799-SAFE

Línea directa: (800) 799-7233

\* En todos los idiomas

**National Domestic Violence Hotline TDD**

Línea directa: (800) 787-3224

\* Para las personas con problemas de audición



***A continuación se listan clínicas comunitarias y centros de salud que ofrecen a individuos y familias atención médica gratis o a bajo costo con una escala móvil de cuotas.***

**Lestonnac Free Clinic**

1215 E. Chapman  
Orange, CA 92866  
Teléfono: (714) 633-4600  
\* Inglés, español

**Huntington Beach Community Clinic**

8041 Newman Ave.  
Huntington Beach, CA 92647  
Teléfono: (714) 847-4222  
\* Inglés, español

**Nhan Hoa Comprehensive Health Care Clinic**

14221 Euclid Ave., Suite H  
Garden Grove, CA 92643  
Teléfono: (714) 539-9999  
\* Inglés, vietnamita

**Share Our Selves Free Clinic (SOS)**

1550 Superior Ave., Suite E-G  
Costa Mesa, CA 92627  
Teléfono: (949) 650-0640  
\* Inglés, español

**Vietnamese Community of OC Asian Health Center**

5015 K-L W. Edinger Avenue  
Santa Ana, CA 92704  
Teléfono: (714) 418-2040  
\* Inglés, vietnamita



***La Coalición Nacional en contra de la Violencia Doméstica y la Academia de Cirugía Plástica y de Reconstrucción Facial ofrecen cirugía reconstructiva a las víctimas de la violencia doméstica. Si desea recibir asesoría y recomendaciones, llame al (800) 842-4546.***

**Los centros que figuran a continuación ofrecen asesoría y referencias para las víctimas de violencia doméstica y para sus hijos.**

**Center for Pacific Asian Family**

543 N. Fairfax Ave., Suite 108  
Los Ángeles, CA 90036  
Teléfono: (323) 653-4042

\* En varios idiomas del área asiática del Pacífico

**Human Options Community Resource Center**

1500 Adams Ave., Suite 206  
Costa Mesa, CA 92626  
Teléfono: (714) 435-9992

\* Inglés, español

**K.C. Services**

8265 Garden Grove Blvd.  
Garden Grove, CA 92844  
Teléfono: (714) 539-4544

\* Inglés, vietnamita, coreano, español

**Korean American Family Service Center**

3727 W. Sixth St., Suite 509  
Los Ángeles, CA 90020  
Teléfono: (213) 389-6755

\* Inglés, coreano

**Women Helping Women**

661 Hamilton Avenue  
Costa Mesa, CA 92627  
Teléfono: (949) 631-2333

**CSP Inc.**

Domestic Violence Assistance Program  
Lamoreaux Justice Center  
341 The City Drive  
Orange, CA  
Phone: (714) 935-7956



**Asesoría y recomendaciones**

***A continuación se listan organizaciones de servicio a la comunidad que proporcionan asistencia de emergencia como comida, ropa, asesoría, recomendaciones, etc.***

**Catholic Charities/Community Services**

3631 W. Warner Ave.

Santa Ana, CA 92704

Teléfono: (714) 668-1130

\* Inglés, vietnamita, español

**CDC Orange County/Food Bank**

12640 Knott Street

Garden Grove, CA 92841

Teléfono: (714) 897-6670, ext. 0

\* Inglés, vietnamita, español

**O.C. Korean Social Services**

13121 Brookhurst St., Suite I

Garden Grove, CA 92844

Teléfono: (714) 539-7966

\* Inglés, coreano

**Share Our Selves (SOS)**

1550 Superior Ave.

Costa Mesa, CA 92627

Teléfono: (949) 642-3451

**Vietnamese Community of Orange County**

1618 W. First Street

Santa Ana, CA 92703

Teléfono: (714) 558-6009

\* Inglés, vietnamita

**ST. Anselm's Cross-Cultural Community Center**

13091 Galway Street

Garden Grove, CA

Phone: (714) 537-0608



***Ayuda de  
emergencia***

## notas





Se ha preparado este manual gracias a la colaboración de la Unidad de Relaciones Gubernamentales y Comunitarias de la Fiscalía de Distrito del Condado de Orange con la Unidad de Protección a la Familia, y el apoyo de las Comisiones de Asesoría Vietnamita e Hispana.

El propósito de este manual es informar a la comunidad sobre el maltrato en el hogar, además de proporcionarle a usted otros valiosos datos y recursos.

This booklet was funded by the California Attorney General's Office through the Spousal Abuser Prosecution Program. Points of view or opinions in this document are those of the author and do not necessarily represent the official position or policies of the California Attorney General's Office.

Copyright © 2002 By the Orange County District Attorney's Office. All rights reserved.

