



Prevención de la violencia familiar



WELLNESS • RECOVERY • RESILIENCE

La violencia familiar se refiere a la violencia entre miembros de la familia, tales como:

- ✓ Parejas íntimas (también conocidas como violencia doméstica)
- ✓ Abuso infantil (Parental)
- ✓ Abuso de ancianos
- ✓ Abuso entre hermanos
- ✓ Abuso hacia una persona discapacitada

Violencia de pareja | Violencia doméstica

Actos cometidos por una pareja íntima actual o anterior que incluye "(cónyuge, novio / novia, pareja de citas o pareja sexual en curso)".

- violencia física,
- violencia sexual
- Acechando
- agresión psicológica

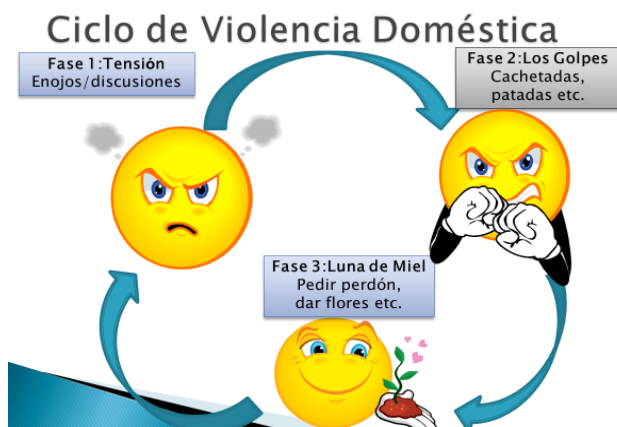
Causas de violencia de pareja

- **Factores culturales:** tradicionalmente, muchas culturas han permitido a los hombres un sentido de propiedad sobre las mujeres.
- **Uso de sustancias:** el uso frecuente de sustancias (drogas y alcohol) puede hacer que alguien sea más propenso a actuar violentamente.
- **Factores legales:** las agencias de aplicación de la ley a veces dudan en intervenir y ayudar a las víctimas; se considera un asunto familiar privado.
- **Factores económicos:** una posición económica más baja está relacionada con un mayor riesgo de violencia doméstica / violencia de pareja íntima
- **Factores ambientales:** venir de un ambiente abusivo y haber experimentado abuso doméstico puede hacer que alguien sea más propenso a ser abusivo hacia su pareja íntima. (el ciclo del abuso)
- **Factores sociales:** Las víctimas son frecuentemente responsables de ser abusadas.

El problema comienza temprano

- La violencia de pareja (IPV) puede comenzar durante la adolescencia (violencia en el noviazgo adolescente)
- 11 millones de mujeres y 5 millones de hombres reportaron experiencias de violencia antes de cumplir los 18 años
- Esto afecta a millones de adolescentes estadounidenses cada año
- Los jóvenes de grupos marginados (jóvenes de minorías sexuales y de género) tienen un mayor riesgo de violencia sexual y física en el noviazgo

Ciclo de violencia doméstica



Creación de un plan de seguridad

- ◁ Identifique a un amigo o amigos seguros y lugares seguros a los que ir.
- ◁ Mantenga un teléfono celular alternativo cerca.
- ◁ Memorice los números de teléfono de amigos, familiares o refugios.
- ◁ Haga una lista de pertenencias personales para llevar si debe irse rápidamente.
- ◁ Si es posible, oculte un juego adicional de llaves del automóvil
- ◁ Consulte con su médico acerca de la medicación adicional
- ◁ Póngase en contacto con su tribunal de familia local.
- ◁ Proteja su seguridad en línea
- ◁ Trate de llevar consigo cualquier evidencia de abuso o violencia
- ◁ Guarde copias de todos los documentos en papel y electrónicos en una memoria USB externa.

La violencia de pareja es prevenible

Hay formas positivas que promueven relaciones saludables para aumentar el bienestar dentro de las familias y la comunidad.

Enseñar a los jóvenes habilidades de relación saludables tales como:

- a) Comunicación
- b) Manejo efectivo de los sentimientos
- c) Resolución de problemas

Los niños y la violencia doméstica

Efectos a corto plazo:

- Niños pequeños: comportamientos regresivos y ansiedad severa por separación.
- Niños en edad escolar: impacto en su desarrollo social/emocional e intelectual
- Adolescentes: comportamientos destructivos

Efectos a largo plazo:

- Están en mayor riesgo de repitiendo el ciclo como adultos.
- Niños que presencian cualquier tipo de abuso está en mayor riesgo para la salud problemas como adultos.

Maneras de apoyar a los niños durante el proceso de curación:

- Juegue con su hijo
- Escuche a su hijo
- Anime a su hijo
- Consuele a su hijo
- Ayúdelos a identificar y expresar sus sentimientos
- Crear un ambiente tranquilo y predecible
- Establecer reglas y expectativas claras
- Crear una red de apoyo

Los padres y / o miembros de la familia pueden proporcionar apoyo a los niños al:

- ✓ Crear un entorno predecible.
- ✓ Establecer una estructura consistente y expectativas claras.
- ✓ Prestar mucha atención a los signos y comportamientos no verbales.
- ✓ Modelar relaciones sanas y respetuosas.

"BUSQUE AYUDA, NO ESTÁ SOLO".

Línea de ayuda de emergencia y no emergencia. Funciona las 24 horas del día, los 7 días de la mañana.