

UNC Hospital's Beacon Child and Family Program

Violencia doméstica

Definición

Es un patrón de conductas coercitivas que se pueden manifestar como agresiones repetidas, abuso psicológico, ataque sexual, aislamiento social progresivo, privaciones e intimidaciones. Estas conductas las ejecuta alguien con una relación íntima, previa o actual, con la víctima.

Beacon Program Services

- Evaluación,
- asesoramiento,
- apoyo,
- información relacionada con asuntos legales, los efectos del abuso en la mujer y cómo otras mujeres lidian con la violencia,
- remisión a proveedores de cuidado de salud,
- remisión a agencias comunitarias,
- sesiones de seguimiento,
- cómo manejar los problemas después de terminar la relación.

Características de una relación saludable

Una relación saludable debe hacerla sentir:

- Respetada
- Escuchada
- Segura
- Apoyada
- Amada y apreciada
- Confiada

Usted y su pareja deben:

- Compartir tiempo juntos.
- Sentirse completamente seguros el uno del otro.
- Tenerse confianza.
- Divertirse sin necesidad de usar ninguna sustancia.
- Expresar honestamente sus sentimientos.
- Abrigar sueños individuales y compartidos.

Características de una relación enfermiza

A muchas mujeres les interesa saber cómo predecir si van a involucrarse con alguien que pudiera ser abusivo. Por lo general el abuso se da entre un hombre y una mujer pero también puede presentarse dentro de parejas del mismo sexo. A continuación encontrará una lista de conductas que se presentan en las personas que le pegan a sus parejas; los cuatro últimos signos son abusos, pero muchas mujeres no se dan cuenta que es el inicio del abuso. Si una persona muestra muchas de las demás conductas, digamos tres o más, existe una fuerte tendencia a la violencia. Cuantos más signos la persona presente, más posibilidades existen de que sea un abusador. En algunos casos, la mujer puede reconocer en el abusador solo algunos de estos comportamientos, sin embargo estos son muy exagerados (como por ejemplo, el tratar de justificar una conducta como señal de amor y preocupación); al principio la mujer puede sentirse halagada. A medida que pasa el tiempo, las conductas se hacen más severas y sirven para dominar y controlar a la mujer.

1. **CELOS:** Al inicio de la relación el abusador puede decir que sus celos son una señal de amor. Los celos no tienen nada que ver con el amor. Son un indicio de ser posesivo y de falta de confianza. El abusador puede preguntar a la pareja con quién está hablando, acusarla de coqueteo o ponerse celoso cuando pasa tiempo con la familia, los amigos o los hijos. A medida que los celos progresan, puede que comience a hacer llamadas frecuentes o pase sin avisar. Puede que no quiera que ella trabaje por temor a que conozca a alguien más o hasta hacer cosas como revisar la cantidad de millas que ha recorrido el carro, o pedirle a los amigos que la vigilen.
2. **CONDUCTAS CONTROLADORAS:** Al principio el abusador puede justificar esta conducta diciendo que le preocupa su seguridad, porque ella necesita aprovechar bien el tiempo o tomar mejores decisiones. Él se enojará si la mujer «llega tarde» de la tienda o de una cita; la interrogará a fondo acerca de a dónde fue y con quién habló. A medida que esta conducta avanza, es posible que el hombre no deje que la mujer tome sus propias decisiones en relación con la casa, su ropa y hasta ir a la iglesia. Puede que él guarde todo el dinero o incluso que le tenga que pedir permiso para salir de la casa o de una habitación.
3. **RELACIÓN RÁPIDA:** Muchas de las mujeres que sufren abuso se casan, se comprometen o viven con el abusador menos de seis meses después de haber comenzado a salir o de conocerlo. Él llega como un torbellino diciendo: «tú eres la única persona con la que puedo hablar» o «nunca nadie me amó así antes.» Él presionará a la mujer para que se comprometa a la relación, de tal manera que si ella quisiera ir más despacio en la relación o terminarla más adelante ella se sienta muy culpable o sienta «que lo decepciona».

4. **FALSAS EXPECTATIVAS:** Los abusadores esperan que la pareja satisfaga todas sus necesidades. Él pretende que sea la mujer, madre, amante y amiga perfecta. Él dirá algo como por ejemplo: «si me amas, yo soy todo lo que tú necesitas y tú eres todo lo que yo necesito». Espera que la pareja se ocupe de él en todo, tanto en lo emocional como en la casa.
5. **AISLAMIENTO:** El abusador tratará de cortar todos los recursos a su pareja. Si tiene amigos, ella es una «prostituta». Si tiene amigas, ella es lesbiana. Si tiene una relación cercana con la familia, «ella no se ha independizado». Él acusa de «causar problemas» a las personas que ayudan a la mujer. Es posible que quiera vivir en el campo, sin teléfono o que no la deje manejar el auto o hasta que trate de hacer que no trabaje o vaya a la escuela.
6. **CULPA A OTROS POR LOS PROBLEMAS:** Si es un desempleado crónico, siempre son otros los que están haciendo algo mal o los que están en contra de él. Es posible que cometa errores y luego culpe a la mujer por hacerlo enojado y desconcentrarlo de la tarea. Puede echarle la culpa a la mujer por prácticamente todo lo que esté mal en su vida.
7. **CULPAR A OTROS POR SUS SENTIMIENTOS:** Es posible que el abusador le diga a su pareja «tú me haces enojado», «tú me lastimas cuando no haces lo que yo quiero que hagas» o «no puedo evitar estar enojado». Él es el que toma las decisiones sobre lo que piensa o siente, pero usará estos sentimientos para manipular a su pareja. Los reclamos más difíciles de detectar son «tú me haces feliz» o «tú eres la que controla mis sentimientos».
8. **HIPERSENSIBILIDAD:** El abusador se siente «insultado» muy fácilmente y dice que han «herido» sus sentimientos, pero en realidad él está enojado o toma un pequeño contratiempo como si fuera un ataque personal. Él pondrá «el grito en el cielo» por alguna injusticia que haya ocurrido, hechos que son simplemente parte de la vida (como por ejemplo que le pidan que trabaje hasta más tarde, que le pongan una multa de tráfico, que le pidan que ayude con alguna tarea o cuando le digan que algunas de sus conductas son molestas).
9. **CRUELDAD CON LOS ANIMALES O LOS NIÑOS:** Los abusadores pudieran castigar a los animales con brutalidad o mostrarse insensibles ante el dolor o el sufrimiento de ellos. Un abusador puede pretender que los niños sean capaces de realizar ciertas tareas que están más allá de sus habilidades (castigar a un niño de 2 años por mojar el pañal). Puede que moleste a niños o hermanitos menores hasta hacerlos llorar. Es posible que no quiera que los niños se sienten a comer a la mesa o que pretenda que si él está en la casa los niños se queden en el cuarto. Ciertos estudios indican que aproximadamente el 60% de los hombres que abusan físicamente de sus parejas también abusan de sus niños.

10. **ATAQUE SEXUAL:** Puede presentarse en una relación íntima. Por favor diríjase a la sección [Sexual Assault](#) para obtener más información.
11. **«JUEGOS» SEXUALES VIOLENTOS:** Es posible que el abusador disfrute tirar a la mujer o sujetarla durante el sexo. Pudiera querer representar fantasías sexuales en las cuales la mujer se encuentra indefensa. Él le está haciendo saber a su pareja que la idea de una violación es excitante. Pudiera importarle poco si la mujer no quiere tener relaciones sexuales y se muestra malhumorado o enojado para manipularla hasta lograr convencerla. Puede que comience a tener sexo mientras la mujer duerme o exigirle tener sexo cuando ella esté enferma o cansada.
12. **ABUSO VERBAL:** Además de hacer comentarios intencionalmente crueles o hirientes, el abuso verbal es también evidente cuando el abusador degrada a su pareja, la maldice o subestima sus logros. El abusador le dice que es una estúpida y que no puede hacer nada sin él. Esto puede también incluir despertarla para abusar verbalmente de ella o no dejarla irse a dormir.
13. **ROLES SEXUAL RÍGIDOS:** El abusador espera que su pareja lo sirva. Hasta pudiera decir que la mujer debe quedarse en la casa y obedecerle en todo, incluso acciones que podrían ser ilegales. El abusador ve a la mujer como inferior al hombre, como la responsable de las tareas menos importantes e incapaz de ser una persona completa si no está en una relación.
14. **PERSONALIDAD DR. JEKYLL/MR. HYDE:** A muchas mujeres les confunde los cambios de humor repentinos del abusador. Ella pueda pensar que tiene algún tipo de problema mental ya que cambia de ser agradable a explosivo en un minuto. La explosividad y los cambios de humor son típicos en los hombres abusadores. Estas conductas se relacionan con otras características tales como la hipersensibilidad.
15. **ABUSOS PREVIOS:** El abusador puede decir que en el pasado él ha golpeado a las mujeres y culparlas por el abuso («ellas hicieron que yo les pegara»). Las mujeres pudieran enterarse de que es un abusador por los familiares o las exparejas. Un abusador abusará de cualquier mujer con la que esté si la relación dura lo suficiente para que comience la violencia -las situaciones circunstanciales no crean una personalidad abusiva.
16. **AMENAZAS DE VIOLENCIA:** Esto incluye cualquier tipo de amenaza física para controlar a la pareja: «te cerraré la boca con una bofetada», « te voy a matar», « te voy a quebrar el cuello». La mayoría de la gente no amenaza a sus parejas - el abusador puede tratar de justificar sus amenazas diciendo « todo el mundo habla así»".
17. **ROMPER O TIRAR OBJETOS:** Se usa como castigo el romper posesiones que tiene valor sentimental pero es más para aterrorizar a la mujer hasta someterla. El abusador puede golpear la mesa con el puño o tirar objetos alrededor o cerca de la pareja. Repetimos, esta

no es una conducta común. No sólo es un signo de inmadurez extrema sino también representa un gran peligro cuando alguien piensa que tiene el derecho de castigar o asustar a su pareja.

18. **CUALQUIER TIPO DE FORCEJEOS DURANTE UNA DISCUSIÓN:** Esto puede incluir que el abusador mantenga sujeta a la mujer, que la restrinja físicamente para que no salga de una habitación o le dé todo tipo de empujones o empujones. Puede que sujete a la mujer contra la pared y le diga «¡tú vas a escucharme!».

La exposición de los niños a la violencia doméstica

- Los niños que están expuestos a la violencia doméstica sufren el abuso psicológico ocasionado por vivir en esa situación;
- Usualmente, los mismos niños sufren abuso físico y sexual , lo que indica un patrón de abuso concurrente;
- El estar expuesto a los ataques de abuso verbal y físico hacia uno de los padres provoca una estimulación fisiológica, es emocionalmente perturbador y con frecuencia induce trauma en los niños.
- Los niños, por su parte, también pueden sufrir otros tipos de maltrato psicológico, como por ejemplo el rechazo, el aislamiento, la falta de sensibilidad emocional por parte de la persona que lo cuida y la desatención.

Cómo denunciar que un niño está expuesto a la violencia doméstica

- Llame al Departamento de Servicios Sociales de su condado (Child Protection Services Division) al 1-800-662-7030, o al 919-855-4400 o la división local de servicios sociales.