

¿Es abuso?

señales de la violencia doméstica

- ¿Te asusta el temperamento de tu pareja?
- ¿Te da miedo estar en desacuerdo?
- ¿Sientes que tienes que justificar cada cosa que haces, cada lugar a donde vas o cada persona con quien te reúnes, para evitar que alguien se enoje?
- ¿Tu pareja te hace sentir mal para luego decirte que te ama?
- ¿Mantienes distancia de tus amistades y familiares porque si no lo haces tu pareja sentiría celos?
- ¿Alguien te ha forzad@ a tener sexo cuando no lo querías?
- ¿Has tenido miedo de terminar una relación porque la persona te ha amenazado con hacerte daño o con hacerse daño?
- ¿Te hace daño tu pareja?
- ¿Sientes que la familia de tu pareja o tu propia familia te intimida o controla?
- ¿Alguien te niega medicamentos que necesitas para mantener una buena salud?

Si respondiste “sí” a cualquiera de estas preguntas, es posible que estés sufriendo abuso.

La violencia doméstica puede manifestarse de muchas maneras:



Abuso psicológico o emocional

Amenazas, insultos y agravios



Abuso físico

Golpear, patear, dar puñetazos, asfixiar agarrando por el cuello



Abuso económico

Controlar el dinero, apropiarse del cheque de tu salario, acosarte u hostigarte en el trabajo o buscarte problemas con tu jefe



Intimidación

Amenazarte con quitarte a tus hij@s o con echarte de la casa; tirarte cosas o golpear las paredes; amenazar con hacerle daño a l@s niñ@s, mascotas, a personas que amas o posesiones que tienes en el extranjero



Abuso sexual

Obligarte a tener sexo o a determinados actos sexuales u obligarte a mirar ciertos actos sexuales



Diferentes formas de abuso pueden tener lugar en persona o a larga distancia por teléfono, por mensajes de texto, por las redes sociales, por correo electrónico, etc.



El estado migratorio de la persona puede ser usado para ejercer abuso, lo que puede incluir amenazas de llamar a las autoridades de inmigración, robarse tu pasaporte u otros documentos importantes o no presentar documentos a inmigración.

Las relaciones deben estar basadas en



el amor, la confianza y el respeto.

Si no sientes seguridad en tu relación, existe ayuda.

No estás sol@.

Para obtener ayuda y apoyo en situaciones de violencia doméstica, llama a Casa de Esperanza. Nuestra línea de crisis está disponible las 24 horas y es confidencial y bilingüe
651.772.1611.

Si te encuentras fuera del estado de Minnesota puedes comunicarte con la Línea Nacional sobre la violencia doméstica las 24 horas del día al
1.800.799.7233,
1.800.787.3224 (TTY).

