

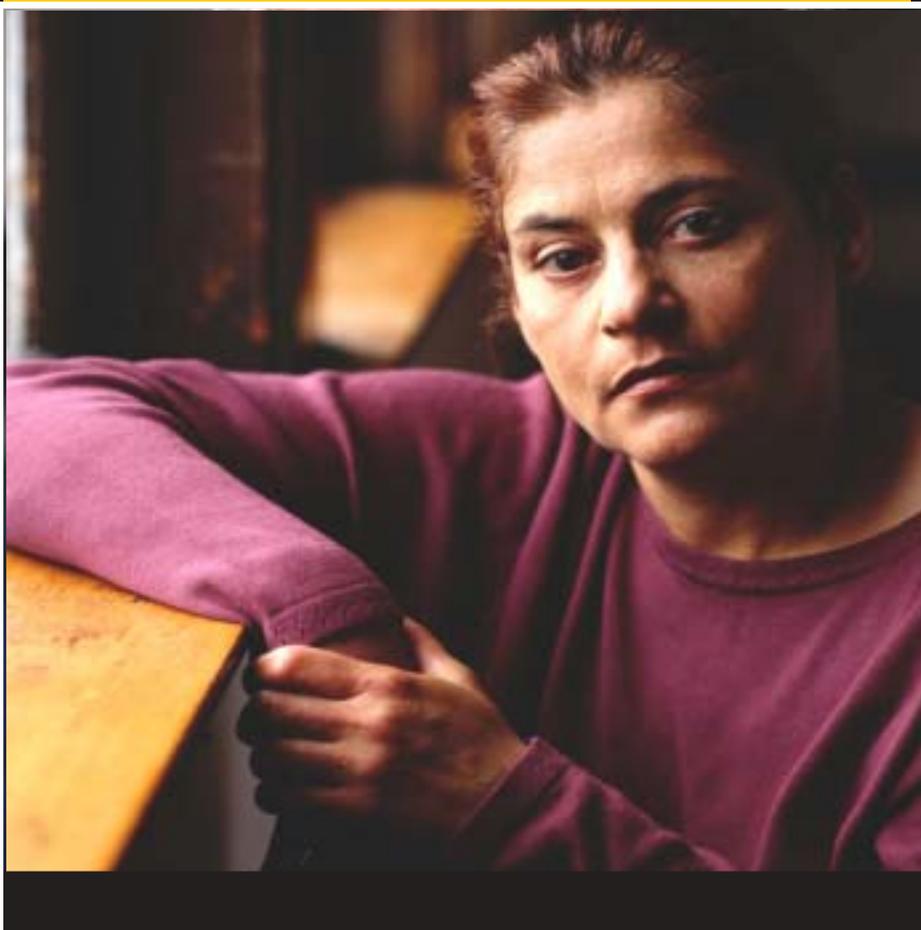


**Condado  
de San Diego**

**INFORMACIÓN Y  
RECURSOS**

**UNA REALIDAD  
QUE DEBE  
ENFRENTARSE  
Y NO OCULTARSE  
PARA MEJORAR  
LOS SERVICIOS  
A LAS VÍCTIMAS:**

**“ABUSO  
Y VIOLENCIA  
DOMÉSTICA”**



COUNTY OF SAN DIEGO MENTAL HEALTH SERVICES ACT • MHSA • PROP 63

**¡Usted No Está Solo!**

**Obténga Ayuda llamando a**



**Línea de Access and crisis 1-800-479-3339**



**A UNA REALIDAD  
QUE DEBE ENFRENTARSE Y NO OCULTARSE  
PARA MEJORAR LOS SERVICIOS A LAS VÍCTIMAS:**

## “Abuso y Violencia Doméstica”

### DESCRIPCIÓN

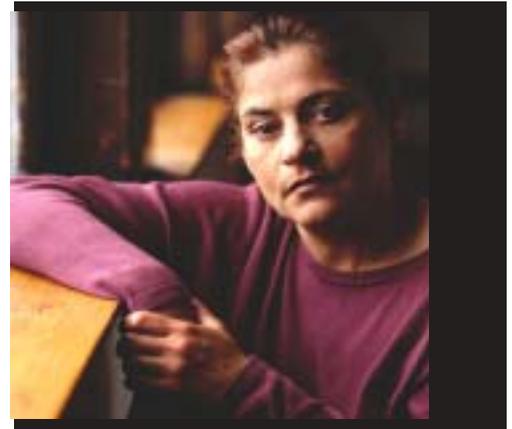
La violencia doméstica y/o el abuso afecta a las personas de todas las razas, edades, estratos económicos y religiones. Se estima que el 25 % de las mujeres y el 8 % de hombres en Estados Unidos han sido víctimas de abuso psicológico, físico o sexual por su pareja, en su vida adulta.

Las relaciones saludables son en las que hay amor, cuidado, respeto, confianza y consideración mutua. En toda relación hay problemas y desacuerdos, por lo que es normal que se presenten situaciones donde surjan conflictos, los cuales necesitan resolverse. En estas situaciones las personas pueden sentir fuertes emociones, tensión, estrés y enojo. Este cúmulo de sentimientos durante las discusiones es normal y discutir hasta llegar a un acuerdo mutuo, es lo que muchos consejeros especializados en la psicología de relaciones humanas y conflictos maritales o de parejas sugieren, dado que la mejor manera de resolver un problema o conflicto es dialogarlo, hasta que se alcance el acuerdo común. Existen varias maneras para resolver los conflictos en las relaciones, y tratar las emociones negativas. Lo que no es saludable ni correcto, es que alguien salga lastimado físicamente o emocionalmente en el proceso. La expresión violenta de los sentimientos negativos al discutir puede llevar a una de las personas a perder el control y en una crisis emocional, la discusión puede tornarse en una situación de abuso emocional o físico al implicar amenazas, y violencia verbal o física lastimando a la otra persona.

### QUÉ ES VIOLENCIA DOMÉSTICA

Aunque la mayoría de las personas pueden pensar que la violencia doméstica es causada por el enojo, realmente no lo es. La violencia doméstica es el uso de agresión y violencia para provocar miedo y mantener el poder o control sobre las personas en una relación. La persona que abusa puede utilizar varias maneras o comportamientos agresivos para mantener el control.

La violencia doméstica es el abuso por parte de alguien que proporciona cuidados, padre, esposo o pareja sexual de una persona. Puede tomar muchas formas. Algunos tipos de abuso son: el abuso físico que implica agredir o físicamente maltratar y golpear; el abuso sexual es cualquier actividad sexual forzada y sin el consentimiento de la otra persona; el abuso emocional incluye amenazas, crítica constante y degradaciones. Degradar la autoestima de una persona mediante críticas, desprecios, abandono o insultos, también son formas de abuso. El término de abuso también incluye el controlar el acceso al dinero y el uso del dinero. Una vez que la violencia y el abuso comienzan,



normalmente empeora si no se toman los pasos necesarios para detenerlo.

La violencia doméstica empieza normalmente con maltratos, sobre nombres insultantes o despreciativos, actitudes y agresiones como aventar las cosas o las puertas, romper platos o cosas y va aumentando a empujones, manotazos, cachetadas, u otros actos violentos que pueden llegar a ser mortales.

Como este tipo de abuso o violencia doméstica ocurre mayormente en la privacidad del hogar, generalmente pasa desapercibido, a veces durante muchos años, pero ésta es una realidad que no puede continuar oculta, porque es un crimen que afecta a toda la familia y a los niños de por vida. De hecho la violencia doméstica en mujeres, niños y personas de la tercera edad son considerados actos criminales y son castigados legalmente.

### UNO DE LOS PRIMEROS PASOS PARA HACER FRENTE AL ABUSO ES IDENTIFICARLO.

Identificar lo que es la violencia doméstica es difícil, porque se puede manifestar de maneras diferentes. Se puede manifestar como maltrato físico, emocional, verbal o abuso sexual. Puede ocurrir entre esposos, parejas, parientes o entre novios. Cuando sucede en estas relaciones se llama abuso doméstico, violencia doméstica o violencia familiar.



La violencia doméstica y abuso familiar es algo complejo. Porque puede ocurrir en una serie de circunstancias diferentes dentro de una misma familia; puede sucederle a las personas de edad avanzada, entre hermanos, como violencia entre parejas del mismo sexo, entre adolescentes; por ejemplo los niños que son violentos con sus padres, cuidadores y/o maestros, los proveedores de cuidados de una persona de edad o con discapacidad, pueden ser violentos en su trato o como reacción al estrés acumulado, pero en la mayoría de los casos, la violencia familiar es cometida principalmente por hombres contra sus parejas femeninas.

Aunque algunas relaciones son claramente abusivas desde el principio, tal vez no sea fácil de identificar el abuso, sobre todo al principio. Los malos tratos a menudo se inician sutilmente y empeoran con el tiempo. Por ejemplo, el abuso puede comenzar con algunos comentarios hirientes, celos o el control de comportamiento. A medida que empeora, el abuso puede llegar a ser más frecuente, grave o violento. La violencia doméstica es parte de un ciclo que es difícil de romper. Como el ciclo de abuso empeora, la seguridad de las personas y de los niños pueden estar en peligro.

**AMENAZAS Y CONTROL SON LOS DOS ELEMENTOS CLAVES DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA Y EL ABUSO:**

La violencia doméstica es cualquier tipo de acción o comportamiento que una persona utiliza o amenaza con utilizar, para controlar a su pareja. Aunque no hay víctimas típicas de la violencia doméstica, las relaciones abusivas comparten características similares. En todos los casos, el abusador tiene como objetivo ejercer poder y control sobre su pareja.

**VIOLENCIA Y EMBARAZO**

El embarazo es un momento muy especial para la mujer y su familia. Es una época de muchos cambios para la mujer, en su cuerpo, sus emociones y en la vida de su familia. La dicha de tener un bebé puede ser bienvenida pero también trae consigo varios cambios que suelen añadir nuevas tensiones a la vida de las mujeres embarazadas, porque además de su embarazo, tienen otras exigencias en el hogar y en el trabajo.

Son muchas las veces que las mujeres durante el embarazo se enfrentan a circunstancias estresantes. Por ejemplo, la disolución de su matrimonio, abuso físico o emocional, infidelidad de la pareja, o que la pareja está ajena y desinteresada en el embarazo, por lo que prefieren mantenerse al margen o fuera de casa, y no ofrecen el apoyo emocional que requiere una mujer embarazada. Estas madres padecen un estrés constante, vergüenza, soledad, a veces depresión clínica durante el embarazo o después del parto.

El embarazo puede ser un momento especialmente peligroso para las mujeres que están en relaciones abusivas. Varios estudios establecen que el estrés en niveles elevados puede provocar riesgos especiales durante el embarazo. De acuerdo con March of Dimes el estrés crónico puede provocar un parto prematuro.



Se estima que en E. U. el 6% de las mujeres embarazadas son maltratadas. Durante el embarazo, el abuso puede aumentar en severidad y con ello también aumentan las consecuencias especialmente por que la mayoría de las mujeres que son maltratadas, tiene mayor posibilidad de convertirse en personas sin hogar, o con graves problemas financieros, y tienen mayor probabilidad de tener un parto prematuro o de perder a su bebé. Problemas durante el embarazo, tales como un bajo aumento de peso, anemia, infecciones y hemorragia, son condiciones frecuentes en estas mujeres. Los bebés de estas madres están expuestos a hormonas de estrés, toxinas y por la mala nutrición y estado emocional de la madre a la malnutrición en el interior del útero. No es de extrañar que durante el embarazo, los problemas mencionados son más comunes para las mujeres que son maltratadas. March of Dimes ha llegado a la conclusión de que el maltrato de la mujer durante el embarazo causa más defectos de nacimiento que las enfermedades para las que los niños son inmunizados. El abuso durante el embarazo aumentar el riesgo del bebé de nacer bajo de peso, prematuramente, o de muerte.

**EFFECTOS DE LA VIOLENCIA EN LOS NIÑOS**

Para aprender, a crecer y convertirse en un adulto saludable y exitoso, los niños deben tener un mundo donde se sientan contentos y

Continúa -> -> -> -> -> -> ->



seguros de sí mismos. La violencia doméstica no sólo les roba la confianza en sí mismos dificultando la posibilidad de llegar a ser exitoso y obtener mejores oportunidades en la vida, si no que los pueden dejar traumatizados.

Los lactantes y los niños pequeños que son testigos de la violencia en sus hogares generalmente tiene irritabilidad excesiva, conducta inmadura que no mejora, problemas del sueño, angustia emocional, temor de estar solos y regresiones para ir al baño, caminar y/o hablar. Los niños en edad preescolar pueden desarrollar enuresis (orinar la cama) y problemas del habla, como tartamudez. La exposición al trauma, sobre todo la violencia en la familia, interfieren con el desarrollo normal del niño, de la confianza en sí, y los comportamientos de exploración, que son parte del desarrollo de la autonomía y la personalidad del niño.

Más de la mitad de los hombres que maltratan a sus mujeres, también maltratan a sus hijos. Los niños a menudo sufren directamente. Los hombres que golpean a sus esposas también golpean con frecuencia a sus hijos. La violencia o la amenaza de la violencia para los niños se utiliza a menudo para controlar a la madre maltratada. Del 30% al 60% de estos hogares violentos, los niños también son maltratados y abusados. El niño puede ser abusado por la madre, su pareja que no es el padre, abusado por el padre, por un hermano que está celoso o imita a los padres, o por un pariente, maestro, o proveedor de cuidados.

Las relaciones abusivas también son sumamente nocivas para los niños, aunque sólo sean testigos. Los niños que presencian actos de violencia doméstica sufren consecuencias a largo plazo.

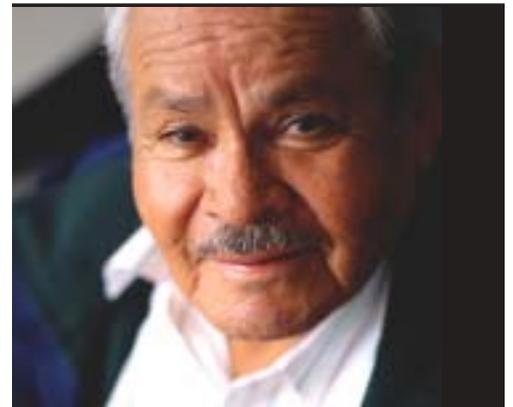
Muchos estudios han demostrado que los niños que crecen presenciando estas situaciones de violencia y abuso en sus hogares, ellos sufren de abuso emocional, tienen problemas de comportamiento y de aprendizaje, también tienen mayor riesgo de padecer depresión, bajo rendimiento escolar, aislamiento social, y constantemente se quejan de dolores corporales, de estómago y de cabeza. A menudo, en la escuela y en el patio de recreo, van a mostrar actitudes agresivas y la violencia que mostraran será en la medida del comportamiento agresivo del que son testigos en el hogar. Detrás de todos estos "síntomas" de la violencia en el hogar, los niños también tendrán respuestas emocionales, es decir, a menudo mostrarán ira, terror intenso, miedo de morir, o temor a la pérdida de su padre, madre o familiar. Los niños pueden tener sentimientos de ira, culpa, o sentir equivocadamente el que ellos, son responsables de los actos violentos, lo que puede alterar su desarrollo emocional y social.

El estar expuesto a la violencia en el hogar, enseña a los niños, que la violencia es una forma normal de vida y aumenta su riesgo de formar parte de la relación violenta de los adultos, ya sea como abusadores o como víctimas. Los niños a menudo creen que ellos de alguna manera son la causa de la violencia en el hogar.

El legado de la violencia en el hogar se transmite cuando los niños crecen viendo a la violencia como parte normal de la vida. En los niños que presencian actos de violencia doméstica es común que tengan relaciones violentas cuando sean adultos, ya sea como abusadores o víctimas.

"Usted puede ayudar a sus hijos asegurándoles que ellos son amados y que no ha incurrido en falta. Los niños necesitan sentir que están protegidos y seguros. Salirse de una relación abusiva, es una forma de enseñarles con el ejemplo, el que la violencia está mal y se debe evitar".

Buscar ayuda es la mejor manera de protegerse, salvar a sus hijos y a usted de una relación abusiva.



**LA REALIDAD DEL ABUSO EN LAS PERSONAS DE EDAD**

Aunque es difícil de creer, el maltrato de personas de la tercera edad puede ocurrir en cualquier lugar. Cada año, miles de estadounidenses de edad avanzada, son maltratados en sus propios hogares, por su propia familia, o amigos, y también puede ocurrir en las agencias de servicios profesionales encargados del cuidado de personas de edad avanzada o con discapacidades. La realidad es que a menudo, las personas de edad avanzada son lastimadas o perjudicadas en alguna forma, por las personas que son responsables de su cuidado. Más de medio millón de informes de abusos contra ancianos reciben las autoridades estadounidenses cada año, y más millones de casos son los que no se denuncian. Muchas personas no piensan que el maltrato a personas de edad avanzada sea un delito, pero sí lo es.

Continúa -> -> -> -> -> -> ->



Como las personas de edad avanzada con los años se vuelven más débiles físicamente, son menos capaces de enfrentarse a la intimidación y no pueden defenderse al ser atacados. Es posible que la persona ya no vea, escuche, o piense con claridad como antes, y esto deja abierta la posibilidad a que personas sin escrúpulos se aprovechen de ellos. Los problemas de salud mental y las enfermedades físicas pueden hacer que necesiten cada vez más de la ayuda de familiares o compañeros que vivan con ellos, y esto aumenta las posibilidades de que sean maltratados.

El uso abuso de sustancias se ha identificado como uno de los factores de riesgo que son frecuentemente asociados con el maltrato de ancianos y su abandono. Puede ser la víctima y / o la persona de edad la que tiene el problema de abuso de sustancias. Se cree que el uso indebido de sustancias es un factor en todos los tipos de maltrato hacia las personas mayores, incluidos los malos tratos físicos, abuso emocional, explotación económica, y el abandono. Es también un factor significativo en un tipo de auto-abuso que es cuando la persona debido a lo avanzado de su edad y otros factores como soledad, y depresión, deja de atenderse así misma en sus necesidades primarias como asearse y arreglarse, preparase sus alimentos, tomar sus medicinas, etc., y esta actitud puede ponerle en grave peligro y debe ser reportada a las autoridades por la seguridad de la persona.

El abuso de alcohol y/o sustancias pone en riesgo de maltrato y abuso a las personas de edad avanzada por varias razones. Las personas de edad pueden usar indebidamente sus medicamentos por ciertos impedimentos propios, y la pérdida de su habilidad mental reduce su capacidad para detectar cuando están siendo víctimas de fraude o para defenderse cuando están siendo atacados. Las discapacidades físicas asociadas con el abuso de sustancias, aumentan el riesgo de la persona mayor, porque depende de otros para sus actividades de la vida diaria y requiere de la presencia de cuidadores y de otorgar el libre acceso físico y a veces legal a otra persona en su casa. Cuando la persona mayor otorga autoridad legal a la persona que le cuida, su proveedor de cuidados obtiene el acceso y autoridad para disponer de los recursos financieros y también será quien tome decisiones sobre la persona y sus bienes.

Las personas de edad avanzada pueden ser alentadas a tomar drogas, beber en exceso, o incluso, ser obligados a hacerlo. Cuando esto sucede, puede ser con la finalidad de que la persona de edad sea más fácil de explotar económicamente o, se le pueden estar dando mal sus medicamentos o drogas ilegales, para que tenga menos probabilidades de reportar que están siendo abusados o maltratados y sean más fáciles de cuidar.

Las personas de edad avanzada que son víctimas de maltrato suelen vivir en silencio, con desesperación, con el temor y la desesperanza de buscar ayuda porque, lamentablemente, creen que sus gritos de ayuda van a quedar sin respuesta además de que temen a las represalias de sus agresores. Muchos de ellos permanecen en silencio para proteger a los miembros de la familia abusivos de las consecuencias jurídicas de

sus crímenes, o porque están demasiado avergonzados para admitir que han sido o son víctimas de abuso. Otros temen que nadie les va a creer y que sus acusaciones son intrigas debidas a su vejez o calumnias creadas por su estado mental.

La intervención apropiada a menudo ayuda a que la persona mayor recupere su dignidad, su salud, seguridad y respeto, además de recuperar o salvar sus bienes, o incluso le salva la vida. Si usted sabe de fraude, maltrato o abuso a una persona de edad avanzada, infórmelo a las autoridades. Reporte el abuso aunque sólo sea una sospecha.

#### EL TEMOR DE REPORTAR EL ABUSO

El aislamiento social puede indicar que una familia tiene problemas, y también puede ser un factor de riesgo para el abuso. El aislamiento social puede ser una manera de mantener en secreto los abusos que se están cometiendo. El aislamiento es peligroso, ya que evita que los miembros de la familia busquen la ayuda y el apoyo que necesitan en su comunidad. Los estudios muestran que existe mayor riesgo de sufrir lesiones graves o la muerte por la violencia en una relación íntima que está en el punto de separación, o en el momento de hacer la decisión de separarse. Normalmente las víctimas de violencia doméstica se muestran renuentes a informar de abusos, llegan a negarlo y a retirar los cargos.

En una situación abusiva, muchas mujeres maltratadas tratarán de resolver el problema hablando con quien les maltrata, o intentan defenderse, o tratan de cambiar su comportamiento para satisfacer las demandas del abusador. Cuando fallan en su intento para detener el abuso, las mujeres pueden convertirse en una víctima pasiva, lo que puede reducir el peligro inmediato, o también pueden entrar en un estado emocional de aislamiento y/o de depresión.



**ACTA DE SERVICIOS DE SALUD MENTAL (MHSA)  
Los Servicios de Prevención para la  
Intervención Temprana (PIT):**

**Son Claves para la Transformación**

La Agencia de Servicios de Salud Mental del Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego, por nueve meses ha venido realizando un proceso intensivo con la finalidad de identificar las necesidades en la comunidad para ser atendidas a través del componente PIT del Acta de Servicios de Salud Mental, MHSA. Se han asignado aproximadamente \$16 M para desarrollar alrededor de 10 programas que se han identificado.

**QUÉ ES LA PREVENCIÓN DE SALUD MENTAL**

La prevención en salud mental implica la reducción de factores de riesgo y/o estrés, ayudando a las personas a desarrollar las habilidades necesarias para fortalecer el bienestar emocional que permita a las personas que puedan funcionar al momento de enfrentarse a circunstancias difíciles. Lo que se hace a través de programas de ayuda que apoyen la educación, un desarrollo social y emocional.

**QUÉ ES LA INTERVENCIÓN TEMPRANA**

El término de intervención temprana se refiere a los servicios que se les dan a las personas y familias para mejorar un problema de salud mental, y para prevenir que empeore; pero, también puede ser desde que el problema que empieza a manifestarse, para evitar que se complique. Estos servicios pueden tener una duración corta porque pueden completarse en un año.

Los Programas de Salud Mental de Prevención para la Intervención Temprana (PIT) ofrecen varios servicios a la comunidad, a través de iniciativas de educación pública y diálogo, que facilitan el acceso a la ayuda inmediata ante las primeras señales de problemas de salud mental. Los programas PIT son desarrollados con la capacidad de proporcionar los servicios de intervención temprana en sitios accesibles a las personas o los que acostumbran para sus actividades de rutina, como centros de salud, instalaciones educativas, o centros comunitarios, logrando reducir la posibilidad de que el estigma y la discriminación contra las personas con enfermedad mental interfieran con que obtengan la ayuda que necesitan.

Para más información visite en el internet:

**[www.sandiego.networkofcare.org/mh](http://www.sandiego.networkofcare.org/mh)**

**RECURSOS DE AYUDA  
EN EL CONDADO  
DE SAN DIEGO:**

1) Access and Crisis Line  
1800-479-3339

2) Battered Women Hotline  
(619) 234-3164  
P. O. BOX 126398  
San Diego CA 92112

3) Violence Unit -  
Probation Department  
Domestic Violence Unit  
(619) 531-5069  
3977 Ohio Street  
San Diego, CA 92104

4) SD County Department  
of Social Services,  
Child Protective Services  
(619) 338-2888  
1255 Imperial Avenue, Suite 864  
San Diego, CA 92101

5) SD County  
Adult Protective Services  
1-800-523-6444  
9335 Hazard Way, Suite 100  
San Diego, CA 92123

6) San Diego County  
District Attorney's Office  
(619) 531-4040  
330 West Broadway  
San Diego, CA 92101

7) Aging and Independence Services  
1-800-510-2020  
9335 Hazard Way,  
San Diego, CA 92123

8) South Bay Community Services  
(619) 420-3620  
315 Fourth Avenue, Suite E  
Chula Vista, CA 92101

Artículo editado por la Dra. Piedad García, Ed. D., LCSW, Assistant Deputy Director, County of San Diego, Mental Health Services.

Este artículo fue escrito basándose en la información disponible sobre el tema. El contenido de esta publicación, "La violencia doméstica y abuso" es de dominio público y puede ser reproducida sin el permiso de MHS.

**¡Usted No Está Solo! Obtenga Ayuda llamando a  Línea de Access and crisis 1-800-479-3339**