

¿Qué hacer si sufre violencia doméstica?

- ▶ Denuncie la violencia doméstica y busque ayuda legal y psicológica.
- ▶ No se aisle. Busque familiares de confianza o personas amigas y comparta su problema para que le ayuden a detener la violencia.
- ▶ Si debe salir del hogar para huir de la violencia, busque donde refugiarse. Puede ser en casa de familiares o personas amigas.
- ▶ No se quede aguantando, pensando que todo pasará y que la calma volverá. La violencia cada vez es más grave y su vida y la de sus hijos e hijas corren peligro.
- ▶ Denuncie inmediatamente los hechos de violencia ante la policía, fiscalía o juzgados más cercanos.
- ▶ Busque asistencia legal e infórmese sobre sus derechos y las leyes que la protegen.
- ▶ Busque apoyo emocional.

Recuerde que:

- ▶ Las mujeres tienen derecho a vivir una vida libre de violencia.
- ▶ Nada justifica la violencia.
- ▶ Si pasó una vez, es muy probable que vuelva a pasarle.
- ▶ La violencia contra las mujeres siempre se convierte en un ciclo en el que después de ser agredidas, la pareja agresora pide perdón y dice que nunca más volverá a pasar. Sin embargo, esta situación se vuelve a repetir una y otra vez si no busca ayuda.

Puede buscar asistencia legal gratuita, apoyo emocional o información en los siguientes lugares:

- ▶ Centro de Derechos de Mujeres (CDM), Tegucigalpa, Tel/Fax 2221-0459 / 2221-0657
- ▶ Centro de Derechos de Mujeres (CDM), San Pedro Sula, Tel/Fax 2552-8498 / 2553-4979
- ▶ Centro de Estudios de la Mujer (CEM-H) Tegucigalpa, Tel. 2239-8979
- ▶ Comité de Mujeres por la Paz "Visitación Padilla", Tegucigalpa, Tel. 2238-4659
- ▶ Oficina de Asistencia Legal a la Mujer y al Menor Desprotegido (OFALAM), Tegucigalpa, Tel. 2255-2098
- ▶ Fiscalía Especial de la Mujer del Ministerio Público, Tegucigalpa, Tels. 2221-5620-36
- ▶ Consultorio Jurídico Gratuito, UNAH, Tegucigalpa, Tel. 2257-3695
- ▶ Consultorio Jurídico Gratuito, Universidad Católica, Tegucigalpa, Tel. 2232-5788
- ▶ Consultorio Jurídico Gratuito, UTH, Tegucigalpa, Tel. 2232-4419
- ▶ Consultorio Jurídico Gratuito, CEUTEC, Tegucigalpa, Tel. 2202-4800 Ext. 3091
- ▶ Centro de Atención y Protección de los Derechos de las Mujeres, CAPRODEM, Tels. 2220-4500 / 2220-4474
- ▶ La posta policial de su colonia, barrio o comunidad
- ▶ Las Oficinas Municipales de la Mujer de su Municipio
- ▶ Organizaciones de derechos humanos y de derechos de las mujeres en su comunidad

Centro de Derechos de Mujeres (CDM)

- 📍 Col. Lara Norte, Calle Lara, No.834, Apdo. postal 4562, Tegucigalpa, Honduras
- ☎ 2221-0459 / 2221-0657
- ✉ cdm@cablecolor.hn
- 📍 Barrio Guamilito, entre 10-11 avenida, 7 calle N.O., San Pedro Sula, Honduras
- ☎ 2552-8498 / 2553-4979
- ✉ cdmsps@sulanet.net

🌐 www.derechosdelamujer.org



¿Qué hacer?

2

¿Qué es la Violencia Doméstica contra la mujer?

¿Qué es la **Violencia Doméstica** contra la mujer?

Se entiende por violencia doméstica cualquier tipo de agresión física, psicológica, sexual, patrimonial y/o económica realizada contra una mujer por parte del cónyuge, ex cónyuge, compañero de hogar, ex compañero de hogar, novio, ex novio o cualquier relación a fin a una pareja, ya sea que se viva o no bajo el mismo techo con esa persona.

En el año 1997 se reconoció que la violencia dentro de la familia es un delito, incorporándola al código Penal [art. 179-A y B] como violencia intrafamiliar, sancionándola con reclusión de 1 a 3 años y de 2 a 4 años dependiendo de las circunstancias en que se produzca, por ejemplo, si el agresor actúa en presencia de menores de edad.

En ese mismo año, el Congreso Nacional de Honduras aprobó la Ley contra la Violencia Doméstica, que incluye mecanismos de protección para detener la violencia, evitar nuevas agresiones y garantizar la seguridad de las mujeres. De acuerdo a esta ley, **cualquier persona puede denunciar los hechos de violencia doméstica contra las mujeres ante la fiscalía, la policía y los juzgados.**

Estas instituciones tienen la obligación de actuar de inmediato para detener, investigar y sancionar la violencia. Deben prevenir nuevos hechos de violencia y sancionar al agresor por los actos de violencia ejercida y por el incumplimiento de las medidas de protección impuestas.

¿Quiénes son **las agredidas** y quienes **los agresores**?

Cualquier mujer puede ser agredida y enfrentar violencia doméstica, no importa si es profesional o ama de casa, joven o vieja, casada o soltera, rica o pobre. El maltrato hacia las mujeres puede ocurrir independientemente de su condición social.

El agresor puede ser cualquier hombre, un profesional, un obrero, una persona religiosa o una sin ninguna o escasa educación, muchos son hombres reconocidos y respetados

por distintos grupos sociales, ya que la violencia es una manifestación de las relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres.

Muchas personas creen que la violencia doméstica es solo un maltrato físico, pero la violencia doméstica también puede ser psicológica, sexual, patrimonial y/o económica.

¿**Cómo se manifiesta** la violencia doméstica?

Si su pareja:

- ▶ La pellizca, la empuja, le da puñetazos, patadas, fajazos, le jala el pelo, o cualquier otro tipo de agresión física.
- ▶ La amenaza con herirla o causarle daño con cuchillo, puñal y/o pistola o cualquier otro objeto a usted o a un ser querido.
- ▶ La obliga a ingerir bebidas alcohólicas o consumir drogas.

Usted está sufriendo **violencia física.**

Si su pareja:

- ▶ Se burla de usted o la ridiculiza
- ▶ Le dice que lo que hace no sirve o está mal hecho
- ▶ La insulta o le grita
- ▶ Le echa la culpa de sus problemas o los de la familia
- ▶ La amenaza con maltratarla o quitarle a sus hijas e hijos
- ▶ La amenaza con suicidarse
- ▶ Le impide tener amistades
- ▶ Le impide salir o tener visitas
- ▶ Nunca le da amor ni cariño o la acusa de infidelidad
- ▶ Establece un ambiente de miedo en su hogar

Usted está sufriendo **violencia psicológica.**

Si su pareja:

- ▶ Pretende obligarla a tener relaciones sexuales cuando usted no quiere
- ▶ La maltrata durante el acto sexual
- ▶ Pretende obligarla a tener relaciones sexuales con otras personas o en posiciones que usted no quiere
- ▶ Le niega el derecho a la anticoncepción y a la protección cuando tienen relaciones sexuales

Usted está sufriendo **violencia sexual.**

Si su pareja:

- ▶ Destruye a propósito bienes materiales, ya sean de ambos o solamente de usted
- ▶ Vende o desaparece bienes materiales sin su consentimiento
- ▶ Retención de documentos personales, bienes muebles y/o inmuebles
- ▶ Se niega a dar dinero para la comida y otras necesidades de la familia
- ▶ La vigila para ver en qué y cómo gasta el dinero que le da
- ▶ No la deja decidir cómo administrar el dinero que usted gana

Usted está sufriendo **violencia patrimonial y/o económica.**

Consecuencias de la violencia doméstica

El maltrato que una mujer sufre por parte de su pareja o ex pareja, causa mucho daño emocional y físico.

Algunas **consecuencias** pueden ser:

- ▶ Quebrantamiento general de la salud
- ▶ Ansiedad o depresión
- ▶ Miedo, fatiga
- ▶ Abusos del alcohol o drogas
- ▶ Deseo de no vivir por lo que se intenta el suicidio
- ▶ Pérdida de facultades físicas o mentales
- ▶ Se puede incluso llegar a perder la vida

Las hijas e hijos que viven o presencian la violencia, también sufren graves trastornos físicos y emocionales.