

## Niños Que Son Testigos de la Violencia Doméstica

Cada año, aproximadamente 3.3 millones de niños son expuestos a la violencia doméstica.<sup>1</sup> Estos niños corren más riesgo de desarrollar problemas emocionales, sociales y psicológicos. La violencia doméstica produce un ambiente en el hogar que hace que los niños no se sientan seguros y que posiblemente vivan en constante miedo.

### Los Hechos

- El 80-90% de niños que viven en hogares donde hay violencia doméstica están concientes de la violencia.<sup>2</sup>
- Se ha descubierto que exposición reciente a violencia en el hogar es un factor significativo para predecir comportamiento violento en niños y jóvenes.<sup>3</sup>

### ¿Qué debo saber?

La violencia doméstica y la violencia en noviazgos no solo te afecta a ti; también afecta a tus hijos, no importa la edad. Las criaturas expuestas a violencia de familia están a más riesgo de tener enfermedades, problemas de sueño y alimenticio, e demostrar irritabilidad, como llorar constantemente. Niños de edad pre-escolar frecuentemente se quejan de dolores de cuerpo como dolor de cabeza y de estomago y tienen ansiedad alterada alrededor de extraños. También demuestran signos de terror, como tartamudos, esconderse, gritar, y tener pesadillas. Niños de edad escolar que son testigos de la violencia en casa frecuentemente enseñan menos interés en actividades sociales, bajo auto-estima, bajas calificaciones y trastorno de estrés postraumático. Los adolescentes son más probables de demostrar comportamientos de alto riesgo y antisociales, como salirse de la escuela y abuso de drogas. Cuando los niños que son testigos de la violencia doméstica crecen a ser adultos, es probable que cometan crímenes, violencia, abusen a su pareja, estén deprimidos, abusen drogas y tengan bajo auto-estima.

Los niños y tu merecen vivir en un ambiente sano y seguro.

### ¿Qué puedo hacer?

Si tu estas en una relación abusiva, es importante que busques ayuda, para ti y para tu familia. Si tu eres una victima, habla con alguien a quien tu confíes y considera buscar ayuda para terminar la relación con seguridad. Si tú eres la pareja abusiva, toma la responsabilidad de terminar el abuso y obten ayuda para ti. La violencia por un padre/madre hacia su pareja nunca esta bien y no solo es dañino para los adultos; es dañino para los niños también.

Break the Cycle te puede ayudar. Nosotros te podemos enseñar sobre tus opciones y conectarte con los recursos necesarios en tu comunidad.

<sup>1</sup> American Psychological Association, Violence and the Family: Report of the APA Presidential Task Force on Violence and the Family, 1996.

<sup>2</sup> Pagelow, M.D. "Effects of domestic violence on children and their consequences for custody visitation agreements." Meditation Quarterly. 1990.

<sup>3</sup> Mark I. Singer, et al., Cuyahoga County Cmty. Health Research Institute. "The Mental Health Consequences of Children's Exposure to Violence." 1998.