

## **SOBRE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA**

La violencia doméstica es una muestra de comportamientos abusivos dentro de una relación romántica o entre miembros familiares. Esto puede incluir abuso por parte de un novio, una novia, esposo/a o un padre. Los comportamientos abusivos pueden incluir abuso físico, sexual, verbal o psicológico. Muchas veces, una persona abusiva hace esto para tener control sobre su víctima.

La violencia doméstica es un problema serio que afecta todas las comunidades.

- Aproximadamente, 2.3 millones de personas en los EE.UU. son asaltados cada año por un esposo/a actual o ex-esposo/a, un novio o una novia.<sup>1</sup>
- Incidentes de violencia doméstica ocurren con más frecuencia en el grupo de muchachas y mujeres entre 16 a 24 años de edad.<sup>2</sup>
- Es más probable que una mujer sea lastimada, violada o asesinada por una pareja actual o una ex-pareja, que por cualquier otra persona.<sup>3</sup>

### **¿Qué debo saber?**

Porque toda relación es única, la violencia doméstica puede tomar varias formas. Los tipos de abuso pueden variar de ataques verbales y comportamientos de control, a asaltos físicos y sexuales. Es importante recordar que todos merecen tener una relación saludable y segura, donde no hay violencia ni temor.

Puede ser difícil reconocer los primeros signos de abuso, y por eso muchas veces los primeros incidentes de abuso son minimizados o no detectados. Usualmente, la violencia doméstica no es una ocurrencia de una sola vez; muchas personas hallan que el abuso ocurre en un ciclo de violencia que se vuelve a repetir. Puede que cada acto de abuso sea seguido por una disculpa, o que la persona abusiva culpe a otros por el abuso. Al continuar de la relación, puede que el abuso empeore y ocurra más frecuente.

### **¿Qué puedo hacer?**

El impacto de la violencia doméstica es sentido por todas personas, pero tú puedes hacer una diferencia.

- Si tú estas pasando por abuso, habla con alguien en quien tú confías y considera buscar ayuda para terminar tu relación con seguridad.
- Si tú estas abusando a tu pareja, se responsable y termina el abuso, buscando ayuda para ti mismo.
- Si tú conoces a alguien que esta siendo abusado, edúcate a ti mismo para ser la fuente importante de información y apoyo para esa persona.
- Toma acción en tu comunidad, hablando acerca de la lucha para eliminar la violencia doméstica.

**You have the right to a safe and healthy relationship..  
free from violence and free from fear.**

Si tu relación o la relación de alguien que tú conoces parece ser así, tal vez sea una relación abusiva. Break the Cycle puede ayudar. Ofrecemos información confidencial sobre opciones y derechos legales para jóvenes de 12 a 24 años de edad.

---

<sup>1</sup> National Institute of Justice and Centers for Disease Control and Prevention, "Extent, Nature, and Consequences of Intimate Partner Violence: Findings from the National Violence Against Women Survey." July 2000.

<sup>2</sup> U.S. Department of Justice, Bureau of Justice Statistics, "Intimate Partner Violence and Age of Victim, 1993–1999." October 2001.

<sup>3</sup> World Health Organization, Department of Injuries and Violence Prevention, "Violence Against Women: A Priority Health Issue." July 1997.