



RECOMENDACIONES

- Hablarlo es el primer paso.
- Acude a servicios profesionales de apoyo psicológico y orientación.
- Recuerda: **No estás sola, no estás solo.**



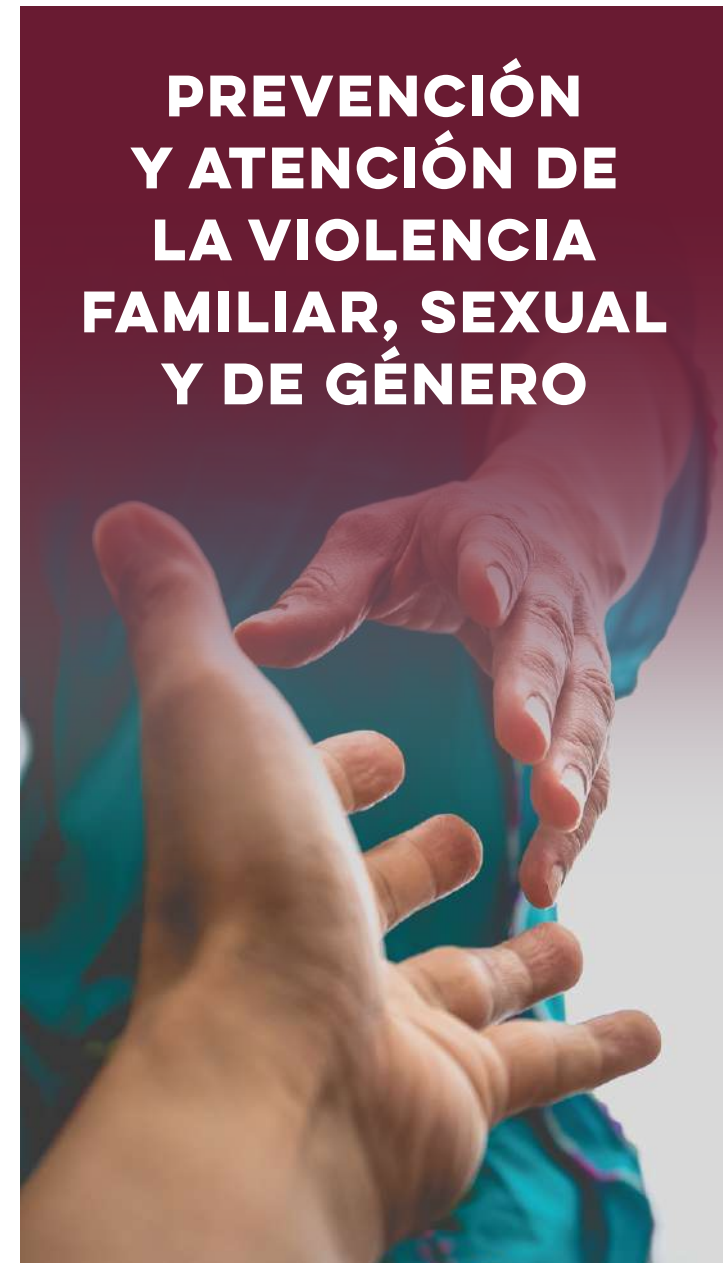
Calle Moisés Canale Rodríguez #18
esquina con Avenida Juan de Oñate,
Col. Los Arcos, C.P. 83250, Hermosillo, Sonora.

Síguenos para más información y orientación:

 Dirección de Salud Mental y Adicciones

 @DGSMASON

 pavifsonora@gmail.com



PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LA VIOLENCIA FAMILIAR, SEXUAL Y DE GÉNERO

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA FAMILIAR?

Es cualquier acción u omisión cometida por un miembro de la familia en contra de otro que causa daño o sufrimiento.

Existen 5 tipos de violencia:

Física:

Golpes, empujones, quemaduras, jalones.

Psicológica:

Insultos, humillaciones, amenazas, control emocional.

Sexual:

Forzar actos sexuales sin consentimiento.

Económica:

Control del dinero, impedir que trabajes.

Patrimonial:

Destruir, dañar o quitarte tus pertenencias.



EL CÍRCULO DE LA VIOLENCIA

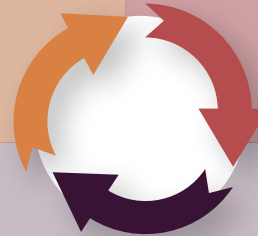
Se repite, se intensifica y puede ser mortal.

Fase 1. Tensión

Esta etapa inicia con pequeños actos violentos que son minimizados o justificados por quien los recibe.

Fase 2. Agresión

En esta etapa la persona que ejerce violencia descarga su tensión con violencia física, psicológica o sexual en forma extrema.

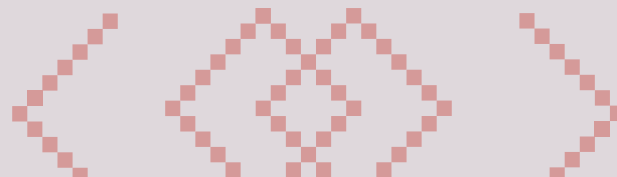


Fase 3. Luna de miel

En esta etapa la persona que ejerce violencia “se arrepiente”, “pide perdón” y jura que no volverá a “portarse mal”.



Con el tiempo, el ciclo se acorta y el peligro aumenta.



¿TU PAREJA TE VIOLENTA?

Reflexiona...

En los últimos 12 meses tu pareja:

- ¿Te humilló o menospreció?
- ¿Fue celoso o controló tus amistades?
- ¿Ha juzgado tu aspecto físico?
- ¿Te empujó o pegó?
- ¿Te forzó a tener relaciones sexuales?
- ¿Te amenazó con dejarte si no accedes?

Si respondiste “sí” a alguna, **estás en una relación violenta.**

