

Guía de Recursos para...



**...Mujeres
víctimas de la...**

**Violencia de
GÉNERO**

Introducción

La Asamblea General de las Naciones Unidas definió en 1993 la violencia de género como: "Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que puede o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales hechos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida privada como en la pública. La violencia de género contempla, por tanto, todo tipo de agresión que pueden sufrir las mujeres por el hecho de serlo, tanto en su vida pública como el ámbito doméstico".

Con esta guía se pretende crear una herramienta para erradicar la violencia contra las mujeres, ya que a través de ella muchas mujeres podrán identificar situaciones de su vida cotidiana como situaciones de violencia; esto las permitirá replantearse su situación, además de conocer y/o movilizar todos los recursos que están a su alcance para resolverla.

¿Qué

es la

VIOLENCIA

hacia las

MUJERES?



1. Tipos de violencia

• FÍSICA

Todo acto no accidental que provoque o pueda provocar daño físico o enfermedad.

- ❖ **Ejemplos:** Hacer heridas, fracturar, golpear, quemar, abofetear, morder, patear, usar armas...

• PSICOLÓGICA O EMOCIONAL

Todo acto o conducta que produce desvalorización o sufrimiento en las mujeres. Comprende amenazas, humillaciones, exigencias de obediencia, conductas verbales coercitivas como los insultos, así como el aislamiento, el control de las salidas, descalificaciones públicas (violencia social). El empleo de este tipo de violencia conduce a la destrucción del equilibrio psicológico.

- ❖ **Ejemplos:** Amenazas de violencia física, imponer su presencia en reuniones familiares, impedir trabajar o estudiar, tratar mal a familiares o amigos de la pareja, hacerse la víctima en público, controlar las relaciones externas de la pareja, obligar a vestirse o arreglarse de una determinada manera, destruir objetos de valor para la mujer, privar de las necesidades básicas, ignorar su presencia, tratar a la mujer como a una niña pequeña, hacer daño a los hijos e hijos, mirar con desprecio....

• SEXUAL

Se produce cuando se fuerza a la mujer a mantener relaciones sexuales contra su voluntad, cuando se ve obligada a consentir para evitar males mayores (por ejemplo; una paliza, que pegue a los hijos e hijas como venganza, etc..) o cuando se le imponen conductas sexuales humillantes para su dignidad. No tiene por que implicar violencia física.

- ✦ **Ejemplos:** Cualquier tipo de relación sexual mantenida contra la voluntad de la mujer, incluso aunque ella no lo manifieste de forma abierta.

• ECONÓMICA

Control de los recursos económicos del hogar, no permitiendo que la mujer pueda acceder de forma libre a la economía familiar. No permitir que la mujer participe en la toma de decisiones sobre como administrar el patrimonio familiar.

- ✦ **Ejemplos:** Gastarse todo el dinero de la familia, no dejar usar la tarjeta de crédito, obligar a la pareja a entregar su sueldo.

2. Ciclo de la violencia

El ciclo de la violencia se puede dividir en tres fases:

• TENSIÓN

Se producen situaciones tensas debido a pequeños incidentes o conflictos. Se observan cambios repentinos en el estado de ánimo del agresor. Se suceden las discusiones, y los conflictos conyugales.

• AGRESIÓN

Como consecuencia de la tensión acumulada en la primera fase se producen las agresiones a la mujer, ya sean tanto físicas, psíquicas, sexuales o verbales. Esta fase se caracteriza por la pérdida total de control por parte del agresor.

- **REMISIÓN O ARREPENTIMIENTO**

También denominada "luna de miel". Esta fase se produce tras la agresión, en ella se da cierta tranquilidad en donde el agresor promete a la víctima que no volverá a producirse ningún acto violento, con la intención de que la mujer no le abandone ni a él ni el hogar familiar.

Tras esta fase, se sucederá la de tensión, volviendo a repetirse el ciclo.

3. La escalada de la violencia

El ciclo de la violencia se repetirá una y otra vez, con la diferencia de que cada vez la fase de arrepentimiento será más corta, hasta que llegue a desaparecer, así que los ataques cada vez serán más frecuentes, más intensos y más peligrosos.

En un principio la violencia será más sutil (amenazas, silencios, insultos, desprecios, control), después empezarán los empujones y los arrebatos de violencia controlada, a esto le sucederán las primeras agresiones físicas tales como mordiscos, bofetadas, patadas y el aislamiento social, por último las agresiones físicas crecerán en su intensidad, propinando palizas, agresiones con armas y objetos contundentes, intento de asfixia, violación... el último escalón de la violencia es la muerte.

4. Indicadores de violencia en mujeres

INDICADORES FÍSICOS

- Hematomas en...
rostro, labios, boca, torso, espalda, muslos, cuello...
- Fracturas en...
cráneo, nariz, mandíbula,...
- Quemaduras de cigarros/ puros en...
manos, pie...
Por cuerdas en... piernas, cuello, torso...
Por objetos: señales definidas.
- Cortes y/o pinchazos.
- Mordeduras humanas.
- Lesión de órganos internos.
- Heridas.
- Arañazos.
- Problemas físicos o necesidades médicas no atendidas (heridas sin curar, infectadas).
- Perforación del oído.
- Problemas dentales:
lesiones en tejidos blandos del área de la boca.

INDICADORES PSICOLÓGICOS

Sintomatología Ansiosa:

- Falta de aliento (disnea) o sensación de ahogo.
- Mareo, sensación de inestabilidad, sensación de pérdida de conciencia.
- Palpitaciones o ritmo cardíaco acelerado (taquicardia).
- Temblor o sacudidas.

- Sudoración.
- Sofocación.
- Náuseas o molestias abdominales.
- Despersonalización o desrealización.
- Adormecimiento o sensación de cosquilleo en diversas partes del cuerpo (parestesia).
- Escalofríos.
- Dolor o molestias precordiales.
- Miedo a morir.
- Miedo a volverse "loca" o perder el control.
- Hipervigilancia.

Sintomatología Depresiva:

- Poco apetito o voracidad.
- Insomnio o hipersomnía.
- Pérdida de energía o fatiga.
- Disminución de la autoestima.
- Falta de concentración o dificultad para tomar decisiones.
- Sentimientos de desesperanza.
- Escasas relaciones sociales (con familia y/o amigos).
- Verbalizaciones negativas, engañosas y/o incoherentes.
- Poco comunicativa.
- Sentimientos de culpa.
- Manifestaciones somáticas.
- Intentos de suicidio.
- Alto índice de tratamiento psiquiátrico o psicoterapéutico.
- Dificultad para resolver problemas.
- Escasas habilidades sociales.

INDICADORES SEXUALES

- Hematomas y/o heridas: interior del muslo.
- Sangrado anal y/o genital.
- Fisuras anales.
- Dolor en genitales.
- Contusiones/ hematomas en...
monte de venus, vulva y mamas.
- Traumatismos en la vulva.

5. Indicadores y/o consecuencias de violencia ejercida hacia menores

MALTRATO Y ABANDONO EMOCIONAL

Indicadores Físicos:

El maltrato emocional es menos perceptible que otras formas de abuso, puede ser indicado por las conductas del niño o la niña.

Consecuencias Comportamentales:

- Parece excesivamente complaciente, nada exigente.
- Muestras de agresividad o rabia.
- Retraso en el desarrollo físico, emocional o intelectual.
- Angustia, miedo.

- Intentos de suicidio.
- Trastornos psicosomáticos.
- Fingimiento de síntomas.
- Agravamiento de enfermedades.
- Dificultad para mantener la atención y concentrarse.
- Dificultades para integrarse con niños/as de su misma edad en un grupo.
- Les cuesta aprender las normas y cumplirlas.

MALTRATO FÍSICO

Indicadores Físicos:

- Magulladuras o moretones.
- Quemaduras.
- Fracturas.
- Heridas.
- Señales de mordeduras humanas.
- Lesiones que no encajan con lo relatado.

Consecuencias Comportamentales:

- Cauteloso con respecto al contacto físico con adultos.
- Se muestra aprensivo cuando otros niños lloran.
- Mayor probabilidad de ser víctimas de la violencia o de ejercerla.
- Muestra conductas extremas (Ej.: agresividad o rechazo).
- Bloqueo ante situaciones violentas.
- Prefieren actividades que supongan mucho movimiento, llegando incluso a la hiperactividad.

NEGLIGENCIA

Indicadores Físicos:

- Falto de higiene y cuidados.
- Hambriento.
- Cansancio o apatía permanentes.
- Problemas físicos o necesidades médicas no cubiertas.
- Abandono.

Consecuencias Comportamentales:

- Participa en acciones delictivas.
- Pide o roba comida.
- Absentismo escolar.
- Dice que no hay nadie que lo cuide.

6. Comportamientos del maltratador que deben alertarte

- **Fundamenta su comportamiento:**

Intenta buscar una explicación para que su manera de actuar se considere apropiada y que lo que hace y como lo hace está bien. Para ello buscará motivos que justifiquen su comportamiento.

- **Minimiza el daño:**

Cuestiona la importancia del hecho y del daño causado, afirma que el acto violento no ha sido tan grave.

- **Desvía el problema:**

Atribuye a los problemas que puede tener en el trabajo, al consumo de alcohol, a peleas y discusiones, etc..., de ser la causa que provoca su comportamiento violento, de esta forma se quita responsabilidades sobre los hechos.

- **Racionaliza su conducta:**

Busca que su entorno social acepte sus comportamientos violentos como legítimos dando explicaciones de sus conductas siempre desde su punto de vista, e intenta que tú justifiques sus acciones.

- **Proyecta en su víctima:**

Te responsabilizará y culpará de sus conductas violentas.

- **Olvida/ Niega lo que ha sucedido:**

Asegura que lo que dices es mentira, que él no es consciente de los hechos que se le atribuyen y buscará quitar credibilidad a lo que relatas.



¿Qué hacer ante una situación de **VIOLENCIA?**

1. ¿Qué hacer ante una agresión?

- No sientas vergüenza ni culpabilidad acerca de la situación que estas viviendo.
- Busca apoyo en tu entorno más cercano; ten en cuenta que en tu municipio cuentas con profesionales a los que puedes acudir y solicitar ayuda.
- Una vez se haya producido la agresión o si temes que pueda ocurrir llama a la Policía, diles tu nombre y el lugar en el que te encuentras. Una patrulla acudirá al lugar indicado, sigue las instrucciones que te den.
- Hasta que lleguen protégete a ti y a tus hijas e hijos; permanece en un lugar fuera del alcance del agresor, cierra todas las entradas o acude a casa de algún vecino/a.
- Es importante que algún vecino/a pueda presenciar los hechos para luego poder testificar en caso de necesidad sobre tu estado físico, la situación anímica de tus hijos e hijas, los daños producidos en la vivienda, la actitud del agresor...
- En el momento de la agresión forma todo el escándalo posible para que así tus vecinos puedan enterarse de que algo te ocurre, acuerda con ellos una señal para que en caso de necesidad puedan llamar a la Policía.
- Guarda todas las pruebas de la violencia: ropa rota, armas, objetos...
- Enseña a tus hijos/as a buscar ayuda y a protegerse cuando se den los hechos violentos.
- Debes tener en tu poder tanto tu documentación personal como la de tus hijos e hijas, al igual que aquella que pueda serte útil en los procedimientos judiciales. Conserva también todos los justificantes de los gastos que se produzcan a raíz de la agresión.
- Si los hechos ocurridos son considerados delito, el agresor será trasladado a una comisaría, en caso de que no sea detenido y temas que puedas sufrir una nueva agresión acude a un lugar donde tu seguridad este garantizada. Si no cuentas con alguien que te pueda acoger, en los Servicios Sociales pueden tramitarte una plaza para ti y tus hijos/as en una casa de acogida.

2. En caso de sufrir daños físicos y/o sexuales

Acude a tu Centro de Salud o al Servicio de Urgencias de un hospital, es recomendable que vayas acompañada de alguien que no sea tu agresor. Cuenta al profesional que te atienda lo que te ha ocurrido, si te ha forzado a mantener relaciones sexuales y si tienes señales de anteriores agresiones. Tras el reconocimiento médico te entregarán una copia del parte, es aconsejable que lo leas para comprobar si están recogidas todas las lesiones e información que consideres necesaria.

Este parte será remitido al Juzgado de Guardia.

Realiza fotografías de las lesiones, ya que el médico forense no te verá inmediatamente por lo que cuando lo haga puede que tus lesiones hayan desaparecido. Si has sido víctima de una agresión sexual evita lavarte para que de ese modo no desaparezcan pruebas.

En el Punto Municipal de Violencia de Genero te orientarán de qué actuaciones puedes realizar.

3. En caso de sufrir daños psicológicos

Acude al Punto Municipal de Violencia de Genero, cuenta a las profesionales que te atienden como te sientes y que es lo que te ha ocurrido.

Aquí te podrán informar y asesorar de los recursos que existen para estos casos y cuales son las acciones que se pueden llevar a cabo.

4. Como poner una denuncia

Antes de denunciar las agresiones es necesario que te asesores e informes convenientemente sobre las actuaciones que debes llevar a cabo y los recursos que existen para ello.

En el Punto Municipal de Violencia de Género y Centro Asesor de la Mujer, encontrarás profesionales que te informarán y orientarán en todo lo referente a tu situación de maltrato, explicándote todos los pasos que debes realizar antes de denunciar y lo que podrá pasar una vez formulada la denuncia.

Todo lo que cuentes tendrá carácter confidencial, es decir, no implicará nada que tú no quieras.

Cualquier agresión física, psicológica o sexual que recibas tú o tus hijos/as puede ser denunciada, aunque no produzcan lesiones visibles.

¿Donde puedes ir a presentar una denuncia?

- Puesto de la Guardia Civil (EMUNE), si este cuerpo especial no estuviese en este puesto, puedes pedir que te tome declaración una mujer guardia civil.
- Juzgado de Guardia.
- Policía Local, si se trata de un caso urgente y no existe ningún puesto de guardia civil o juzgado cerca del lugar en el que te encuentras, como es el caso de Velilla, puedes acudir a la Policía Local, aquí te orientarán sobre donde poner una denuncia.

En todos estos lugares deberás contar lo que te ha pasado. En el caso de la guardia civil un/a agente redactará la denuncia. En los juzgados siempre hay un juzgado en funciones de guardia, aquí el/la juez/a te tomará declaración, está declaración también puedes realizarla a un funcionario lo que se denomina "comparecencia".

Como último caso puedes llevar por escrito la denuncia al juzgado, en caso de realizarlo de este modo, no olvides llevar una copia que tendrán que sellarte y que te servirá como justificante de haber presentado la denuncia.

Antes de formular la denuncia es imprescindible que recabes toda la información que te sea necesaria y te asesores de cómo puedes realizar los distintos trámites. Tienes derecho a recibir asistencia jurídica gratuita y por tu interés es importante que a la hora de formalizar la denuncia te encuentres asistida por un/a abogado/a.

5. ¿Dónde se tramita una orden de protección?

- Juzgado
- Policía Nacional

Con una orden de protección el juez o la jueza dentro de las 72 horas de tu solicitud valorarán tu situación de riesgo acordando las medidas que considere oportunas.

Tienes el derecho a pedir que te asista durante todo el proceso un/a abogado/a. Si no dispones de recursos económicos o son inferiores al doble del salario mínimo interprofesional, podrás solicitar profesionales gratuitos que te representen. Existen profesionales especializados en "turno de violencia doméstica" del turno de oficio.

En el Punto Municipal de Violencia de Género y Centro Asesor de la Mujer, puedes recibir asesoramiento jurídico gratuito, además se te facilitarán los impresos y la información necesaria para solicitar la justicia gratuita.

En la orden de protección deberá constar:

- Hace cuanto tiempo te encuentras en esa situación.
- Recoger situaciones concretas de malos tratos reflejando las fechas en las que ocurrieron.
- Expresar literalmente insultos y amenazas.

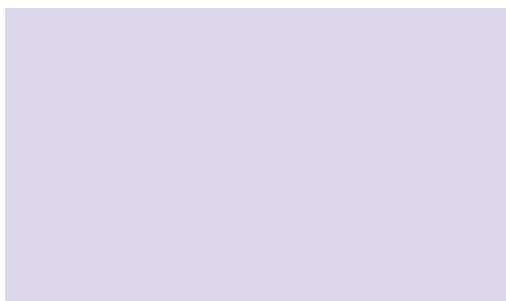
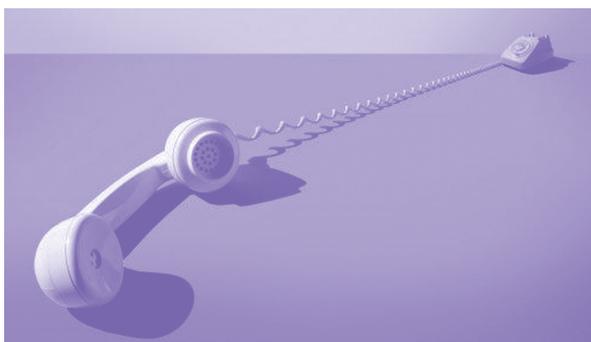
- Reflejar si estos hechos se han producido dentro del hogar o en presencia de tus hijas e hijos.
- Contar si han sucedido con anterioridad otras situaciones de malos tratos y, si estas fueron denunciadas, si fuiste atendida por algún médico/a o profesional.
- Decir si el agresor está en posesión de armas.

6. Lista de cosas que debes tener en tu poder

- DNI., pasaporte o N.I.E.
- Carnet de conducir.
- Cartilla de la seguridad social.
- Libro de familia.
- Certificado o acta de matrimonio.
- Certificado de nacimiento de hijos/as.
- Libreta de ahorros, tarjetas de crédito y dinero.
- Documentos que acrediten ingresos de la pareja (nóminas, declaración de la renta).
- Contrato de alquiler o escrituras de propiedad.
- Últimas facturas de gastos habituales (gas, agua, teléfono...).
- Documentos sobre malos tratos anteriores (partes médicos, sentencias, denuncias, órdenes de alejamiento...).
- Llaves de la vivienda familiar.

- Objetos personales que te puedan ser de utilidad.
- Expedientes académicos.
- Agenda de direcciones y teléfonos.
- Medicamentos.

Teléfonos y DIRECCIONES de INTERÉS



PUNTO MUNICIPAL DEL OBSERVATORIO REGIONAL DE LA
VIOLENCIA DE GÉNERO DE VELILLA DE SAN ANTONIO

Avenida de la Ilustración nº 110 1ª Planta

Tel.: 91 655 19 17 • Fax: 91 655 18 95

E-mail: puntoobservatorioviolencia@ayto-velilla.es

Actividades y servicios que presta:

- Participar en el desarrollo de campañas de sensibilización.
- Prestar atención especializada, integral y globalizada a las mujeres víctimas de violencia de género y a sus hijos e hijas menores y personas dependientes que la acompañen.
- Facilitar la atención e intervención social, psicológica y jurídica a las mujeres víctimas de violencia y sus hijos e hijas.
- Acompañar a las víctimas, en caso necesario, a realizar las gestiones legales, médicas, etc...
- Organizar talleres de autoayuda, relajación, desarrollo personal, etc... En los cuales se posibilite el intercambio de experiencias y la ayuda mutua entre mujeres víctimas de violencia.
- Asegurar las medidas destinadas a la protección integral de las víctimas.
- Atender a las demandas inmediatas, de urgencia y en situaciones de crisis que puedan llegar al Observatorio.
- Desarrollar intervenciones orientadas a la normalización e integración socio-familiar, fomentando la participación activa de las mujeres implicadas, con el objetivo de aumentar su autonomía personal y mejorar sus habilidades sociales.
- Proponer alternativas de convivencia, facilitando el acceso a recursos y apoyar la coordinación del acceso a las plazas de alojamientos de emergencia.
- Derivar a recursos específicos de la Comunidad de Madrid:
 - Búsqueda de empleo.
 - Atención psicosocial a mujeres y menores.

CENTRO ASESOR DE LA MUJER DE VELILLA DE SAN ANTONIO

Avenida de la Ilustración nº 110 1ª Planta

Tel.: 91 655 19 17 • E-mail: casesormujer@ayto-velilla.es

El Centro Asesor de la Mujer es un espacio de encuentro para todas las mujeres del Municipio de Velilla de San Antonio, sufran o no violencia de género.

Sus principales funciones son:

- Dar información a las mujeres sobre los recursos, talleres o actividades del municipio.
- Asesoramiento en temas de familia, pareja, separaciones, etc.
- Ofrecer alternativas de ocio saludable a través de talleres, seminarios, jornadas, etc...
- Asesoramiento jurídico y laboral.

POLICÍA LOCAL

Avenida de la Ilustración nº 110

Teléfono: 91 670 53 01 • 610 966 117

SERVICIOS SOCIALES

Avenida de la Ilustración nº 110 1ª Planta

Teléfono: 91 660 78 24

Existen También varios recursos a los que puedes acceder a través de servicios sociales, tales como:

- Casas de emergencia (puedes ir tras poner la denuncia por malos tratos o derivada desde servicios sociales una vez se haya estudiado tu caso y se vea la conveniencia de que abandones tu hogar).
- Casas de acogida: es la estancia posterior a la casa de emergencia.
- Tele asistencia: servicio de protección con un teléfono móvil, para que estés en permanente contacto con la policía.

CENTRO DE SALUD

Avda. de la Ilustración s/n • Teléfono: 91660 86 87

GUARDIA CIVIL DE MEJORADA DEL CAMPO

C/ Justo Lasanta, 6 • 28840 Mejorada del Campo (Madrid)
Teléfono: 91 679 31 47

JUZGADOS DE COSLADA

Tel.: 908 100 930
Oficina de Atención a la Víctima • Teléfono: 91 669 41 81

FISCALÍA DE VIOLENCIA DOMÉSTICA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

Sede de los juzgados de la Plaza de Castilla de Madrid
Teléfono: 91 397 34 84 (horario 9 a 14 horas)

INSTITUTO DE LA MUJER

Teléfono gratuito de información 24 horas: 900 19 10 10
Teléfono gratuito de emergencia: 900 10 00 09

COMUNIDAD DE MADRID (SITADE)

Atención social telefónica, información, apoyo, derivación y enlace hacia otros servicios específicos como Servicios Sociales Municipales, Bomberos, Policía Municipal y Protección Civil en caso de grandes siniestros. Va dirigido a toda la población residente o en tránsito en la Comunidad de Madrid que demande información social fuera del horario público de los Servicios Sociales o que, en razón de la naturaleza de la emergencia, no pueda ser atendida por los mismos.

Teléfono gratuito de emergencias sociales: 900 100 333

COLEGIO DE ABOGADAS/OS

Teléfono: 91 435 78 10
Teléfono del Turno de Oficio: 91 576 06 12 ó 91 576 00 60

EMUNE (Equipo Mujer y Menor de la Guardia Civil)

Oficinas centrales de Tres Cantos: 91 807 39 00 ext 4809
Intervención de la policía judicial: 91 514 69 79 (24 horas).

ASOCIACIÓN DE MUJERES JURISTAS THEMIS

C/Almagro, 28 • Madrid • Teléfono: 91 319 07 21/ 91 308 43 04

ASOCIACIÓN DE MUJERES JURISTAS (AEMJ)

C/Almagro, 28 • Madrid • Teléfono: 91 319 06 54

COMISIÓN PARA LA INVESTIGACIÓN DE MALOS TRATOS A MUJERES (CIMTM)

C/ Almagro, 28 Bajo • Madrid • Teléfono: 91 308 27 04
Teléfono de atención a mujeres: 900 100 009 • <http://www.malostratos.org>

CENTRO DE ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL DE LAS MUJERES

Asociación de Mujeres para la Salud
Avenida Alfonso XIII, 118 • Madrid
Teléfono: 91 519 56 78 • Horario: 9 a 14 horas y de 16 a 21 horas.

CENTRO PARA LA ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE AGRESIONES SEXUALES (CAVAS) Y FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE ASISTENCIA A MUJERES VIOLADAS (FAAMV)

C/ O'Donnell 42, local • 28009 Madrid
Teléfono: 91 574 01 10 y 91 574 32 64 • Fax: 91 573 27 08
cavasmadrid@yahoo.es

CENTRO DE ATENCIÓN, RECUPERACIÓN Y REINSERCIÓN DE MUJERES MALTRATADAS Federación de Asociaciones de Mujeres Separadas y Divorciadas **(FAMSD)**

C/ Santa Engracia, 128, Bajo B • 28003 Madrid
Teléfono: 914418555 • Fax. 913394084
<http://www.separadasydivorciadas.org>

TELÉFONOS DE INTERÉS PARA LAS SITUACIONES DE VIOLENCIA

016 Información y asesoramiento a víctimas de violencia de género, sus familiares y la sociedad en general

900116016 Información y asesoramiento para mujeres víctimas de violencia de género con discapacidad auditiva

SAMUR SOCIAL (S.I.T.A.D.E.)

Teléfono: 91 480 20 20

www.madrid.org




La Suma de Todos


CONSEJERÍA DE EMPLEO Y MUJER
Comunidad de Madrid



Punto Municipal del
Observatorio Regional de la
Violencia de Género


CONSEJERÍA DE EMPLEO Y MUJER
Comunidad de Madrid


UNION EUROPEA
Fondo Social Europeo



**CONCEJALÍA
DE IGUALDAD**

*Ayuntamiento de
Velilla de San Antonio*

Centro Asesor de la Mujer
Avda.: de la Ilustración, 110
28891 VELILLA DE SAN ANTONIO (Madrid)
casesormujer@ayto-velilla.es