



# Violencia Doméstica



## El crimen oculto

Departamento de Policía de Concord  
Grupo de Violencia Doméstica

*Tanto como cuatro millones de mujeres en este país, sufren alguna especie de violencia en las manos de sus cónyuges, o novios cada año.*

*Muy pocas le contarán a alguien – una amiga(o), un pariente, un vecino, o a la policía.*

*Las víctimas de violencia doméstica vienen de todos los caminos de la vida, todas las culturas, todas las clases sociales, todas las edades, y todas las religiones. Ellas comparten sentimientos de desamparo, aislamiento, culpabilidad, miedo y vergüenza.*

### ¿Está usted en una relación ofensiva? ¿Necesita ayuda?

La persona que usted ama....

- ✘ ¿Le sigue pie y pisada?
- ✘ ¿Le acusa constantemente de ser infiel?
- ✘ ¿Le desanima a que usted tenga relaciones amistosas o con su familia?
- ✘ ¿Le impide trabajar o ir a la escuela?
- ✘ ¿Le critica por cosas insignificantes?
- ✘ ¿Se enoja con facilidad cuando toma alcohol o usa drogas?
- ✘ ¿Le controla toda las finanzas y le fuerza a darle cuenta con detalle de lo que usted gasta?
- ✘ ¿Le humilla enfrente de otros?
- ✘ ¿Le destruye sus cosas personales o de sentimiento valioso para usted?
- ✘ ¿Le golpea, puñetea, abofetea, pateo, muerde a usted o a los niños?
- ✘ ¿Usa o amenaza con usar armas en contra suya?
- ✘ ¿La amenaza con lastimarla a usted o los niños?
- ✘ ¿Le forza a tener sexo en contra de su voluntad?
- ✘ ¿Si se usted se encuentra diciendo, si a alguna de todas estas preguntas – Es tiempo de buscar ayuda.

## No ignore el problema

- ✘ Hable con alguien. Parte de el poder de el abusador viene del secreto. Las víctimas usualmente tienen vergüenza de dejarle saber a alguien, acerca de los problemas íntimos de la familia. Vaya con una amiga, un vecino, o llame al Grupo de Violencia Doméstica del Departamento de Policía de Concord, (925) 671-3214, o llame al 1-888-215-5555 de la línea de crisis, abierta las 24 horas de Alternativas para mujeres Abusadas. (Battered Women's Alternatives)
- ✘ Planee con tiempo y sepa que hacer en caso de ser atacada nuevamente. Si decide irse, escoja el lugar, aguarde algo de dinero. Junte poco a poco los papeles importantes (licencia de matrimonio, certificado de nacimiento, chequera) en un lugar donde pueda encontrarlos rápidamente.
- ✘ Aprenda a pensar independientemente. Trate de planear para el futuro y póngase metas para usted misma.

## Si usted esta herida, que puede hacer?

- ✘ Llame al 911. La violencia domestica es un crimen. Oficiales de Policia seran enviados de inmediato a su ubicacion. Los Oficiales pueden arrestar al abusador, ayudarle a conseguir ayuda medica, encontrar refugio para sus hijos, proveerle informacion para obtener una Orden Inhibitoria/Juicio de Amparo y ponerle en contacto con Alternativas para Mujeres Abusadas.
- ✘ Llame a la linea de crisis, abierta las 24 horas de Alternativas para Mujeres Abusadas.
- ✘ Si usted cree que sus hijos o usted corren peligro, marchese de inmediato.
- ✘ Marchese de su hogar o pida que alguien se quede con usted.

## Ha herido a alguien de su familia?

- ✘ Acepte el hecho que su conducta violenta destruió su familia. Enterese de que usted quebrantara la ley si hiere físicamente a alguien.
- ✘ Tome responsabilidad por sus acciones y consiga ayuda.
- ✘ Cuando sienta que la tension se crece, marchese. Desahogue su enojo con caminar, un proyecto, deporte.
- ✘ Llame a la linea de violencia domestica o centro de salud y pregunte por un consejero o grupos de apoyo para personas que golpean a otros.

## El costo por violencia doméstica es alto

- ✘ Los hombres y mujeres que usan violencia para resolver sus conflictos, enseñan la misma conducta destructiva a sus hijos.
- ✘ Trabajos se pierden o carreras profesionales se ven obstruidas por lesiones, arrestos u hostigamiento.
- ✘ La violencia puede resultar en muerte.

### Para mas informacion llame:

Departamento de Policía de Concord  
Grupo de Doméstica Violencia  
925-671-3214

Alternativa para Mujeres Abusadas  
Línea de crisis las 24 horas  
1-888-215-5555

Alternativa para Mujeres Abusadas  
Programa de Recursos Legales  
925-676-3122