



## NO A LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Durante los pasados meses, tan cercanos a la época Navideña se han reportado en Puerto Rico, cifras alarmantes por violencia de género. Por ese motivo, es necesario que se promueva una educación a favor del respeto y la equidad. Mientras se trabaja en generar el cambio reeducando a la sociedad, podemos considerar las cosas que no debemos permitir en una relación:

- El uso de palabras hirientes, menosprecio, burlas, críticas e insultos constantes.
- Limitar el acceso a los bienes comunes, mediante la restricción del uso del dinero y el control absoluto de los gastos e ingresos.

- Uso de chantaje o coerción para lograr que la persona haga lo que el otro desea.
- Tendencia a estar muy atentos y vigilar todas las acciones o actividades de la otra persona.



- Amenaza de quitar la custodia de los hijos/as o de llevarse consigo las mascotas en caso de separación.

- Romper objetos o cosas de valor para la pareja.
- Golpea o amedrenta a las mascotas como una manera de demostrar lo que podría hacerle a la persona.
- Se presiona o se obliga tener relaciones sexuales no deseadas.
- Amenazas de hacerle daño a la pareja/expareja, o a sus seres queridos.
- Tendencia a controlar con quien se relaciona la pareja/expareja, provocando aislamiento de familiares y amigos.

**GUÍA DE ORIENTACIÓN A VÍCTIMAS**  
<http://pazparalamujer.org/index.php/recursos/guia-de-orientacion>

### ¿QUÉ HACER?

- Si es una emergencia, llama al 9-1-1. También puedes denunciar al agresor/a en el cuartel de la Policía más cercano y solicitar una orden de protección.

### ¿DÓNDE BUSCAR ORIENTACIÓN Y AYUDA?

- Línea de Orientación a Víctimas de Violencia Doméstica (787) 722-2977
- Departamento de Justicia- Unidades Especializadas de Violencia Doméstica, Delitos Sexuales y Maltrato a Menores-Oficina Central de Coordinación(787)729-2099
- Coordinadora Paz para la Mujer (787) 281-7579

### ALBERGUES:

- Capromuni I - Arecibo (787) 879-3300
- Capromuni II - Mayagüez (787) 831-2272
- Casa de la Bondad (787) 852-7565
- Hogar Nueva Mujer Santa María de la Merced (787) 263-8980
- Casa Pensamiento Mujer del Centro (787) 735-6698
- Casa Protegida Julia de Burgos (787) 878-1935
- Casa de Todos (787) 734-3132

### ¿CÓMO AYUDAR A LAS VÍCTIMAS?

- No juzgarla
- No enjuiciar sus decisiones
- No acusarle o hacerle responsable de lo sucedido
- Identificar la agresión o agresiones cometidas
- Explorar las redes de apoyo con las que se cuenta
- Ayudarle a preparar un plan de acción
- Ofrecer información adecuada y correcta
- No dejarle sola/o en caso de que corra peligro

**Respeto + Tolerancia = Igualdad**

Fuente: Asociación de Psicología de Puerto Rico



Para comentarios o información sobre algún tema de interés, escribe a: [calidaddevida-uv@suagm.edu](mailto:calidaddevida-uv@suagm.edu)

Preparado por: Grisel M. Vega Agosto, CPL  
Calidad de Vida y Bienestar Estudiantil  
[calidaddevida-uv@suagm.edu](mailto:calidaddevida-uv@suagm.edu)  
Tel. (787) 288-1118, ext. 5683

•••••  
**Creando, transformando e innovando.**  
•••••