

Para hacer frente a la violencia, no estás sola, infórmate:

- Sobre los Grupos para Mujeres y Hombres
- Sobre los Servicios Especializados de Atención a la Violencia

Llama al:

Programa de Prevención y Atención a la Violencia Familiar
y de Género de la Secretaría de Salud de Nuevo León
Tels. 8130 7067, 8130 7000 Ext. 7169

Servicio Especializado de Atención a la Violencia

- CECOSAM Tierra y Libertad 8301 0651
- C.S. Nueva Morelos 8370 1451
- C.S. Ferrocarrilera 8373 2307
- C.S. Las Encinas, Escobedo 8397 1705
- Centro Nueva Vida América II 8358 9952
- C.S. Arturo B. de la Garza 1234 3503
- C.S. La Fama, Sta. Catarina 8336 9527
- C.S. San Gilberto, Sta. Catarina 1338 3353
- C.S. El Fraile, García (Viernes) 8283 0770
- C.S. Fomerrey 7, Guadalupe
- CAPA Guadalupe 2459 1267
- Fomerrey 4, Apodaca
- Centro Nueva Vida Juárez

**Detectar y atender la violencia a tiempo
¡Para vivir mejor!**



Todas tenemos derecho a una vida
libre de violencia

Es probable que tú, al igual que muchas mujeres, estés viviendo en violencia y no te hayas dado cuenta, porque lo que hemos aprendido forma parte de nuestra cultura. Es común escuchar que:

- Cuando un hombre es celoso es porque “sí le importa su mujer”
- Él tiene derecho a decirle qué hacer y qué no hacer, a “controlar” porque “la mantiene”
- Es parte del “ser hombre” que insulte, amenace e incluso le pegue a su pareja cuando está enojado
- Se justifica su comportamiento “porque ella lo provoca” o “no hace caso” o “no hace lo que él dice”

Todas estas son justificaciones de una conducta inaceptable que lastima la integridad de las mujeres.

La violencia contra las mujeres NO es “normal” ¡Detéctala a tiempo!

¿Qué es la violencia contra las mujeres?

Es cualquier acción u omisión que les cause daño o sufrimiento psicológico, físico, económico, sexual o la muerte, tanto en el ámbito privado como en el público.

Para saber si la relación con tu pareja es violenta, reflexiona las siguientes preguntas:

1. ¿Controla tu forma de vestir, cuestiona siempre a dónde vas o con quién sales?
2. ¿Te acusa de ser infiel?
3. ¿Te dice que eres inútil, tonta o que no sirves para nada?
4. ¿Te ha empujado o jaloneado a propósito?
5. ¿Sientes que hagas lo que hagas él se va a enojar?
6. Cuando se enoja ¿has sentido que tu vida está en peligro?
7. ¿Te ha golpeado o amenazado con golpearte?
8. ¿Tienes relaciones sexuales por temor a que se enoje o te amenaza con irse con otra si no le das gusto?
9. ¿Te ha amenazado con matarte o matarse si lo dejas?
10. ¿Después de un episodio de insultos o golpes, él se muestra arrepentido, pide perdón, te regala cosas y promete que nunca más volverá a suceder y que todo cambiará?

Si respondiste Sí a alguna de las preguntas, te sugerimos buscar ayuda, pregunta en tu Centro de Salud más cercano, ahí el personal de salud te brindará la información que tú necesitas.

Conoce tus derechos:

- Derecho a la vida
- Derecho a no ser sometida a torturas, a malos tratos o penas crueles, inhumanas o degradantes
- El derecho a la libertad y a la seguridad personales
- El derecho a la igualdad ante la ley
- El derecho a la igualdad en la familia
- El derecho al más alto nivel posible de salud física y mental
- El derecho a condiciones de empleo no discriminatorio, justo y favorable.



La Secretaría de Salud cuenta con los **Grupos de Reeducción para Mujeres y Hombres** que han ejercido violencia contra sus parejas y con los **Servicios Especializados de Atención a la Violencia Familiar** donde puedes recibir atención médica, psicológica y si lo deseas, pueden referirte a otra institución que te proporcione asesoría jurídica y apoyo legal.

En caso de haber vivido violencia sexual tienes derecho a recibir atención médica e información sobre las opciones para evitar un embarazo no deseado o enfermedades de transmisión sexual. Acude a la unidad de salud más cercana, de preferencia en las primeras 72 horas después de ocurrida la agresión.

