



## Maltrato y violencia en la pareja

**E**l maltrato y la violencia en la pareja ocurre cuando uno de los dos ataca al otro, usando palabras, objetos, manos o puños. El maltrato habitualmente se produce cuando uno de los dos trata de controlar al otro. Los miembros de la pareja pueden estar casados, viviendo juntos o simplemente saliendo juntos. Pueden o no tener hijos. Las drogas y el alcohol pueden aumentar el riesgo de maltrato pero no son la causa de éste. Las drogas y el alcohol ciertamente no son una excusa para ninguna forma de maltrato.

El maltrato en la pareja es un problema común que se ha extendido en nuestra sociedad. Algunas veces también se lo denomina maltrato doméstico y apaleamiento. Cualquier persona puede ser víctima del mismo, sucede con personas de todas las edades, orígenes étnicos, religiones, orientaciones sexuales y grupos económicos.

Existe una similitud: las víctimas a menudo sienten vergüenza, culpa e ira. También, a menudo se hallan demasiado avergonzadas para contarlo a amigos o familiares. No es extraño que las víctimas se sientan aisladas de sus amistades, familia y de otros sistemas de apoyo. A menudo se sienten indefensas y creen que el maltrato es por su culpa. No obstante, nadie merece ser maltratado.

¿Por qué permanecen las víctimas de la violencia doméstica en tales situaciones tan penosas? Muchos reciben de sus compañeros mensajes ambiguos de amor y odio a la vez, creando así tanta confusión que se sienten impotentes para abandonarlos o para tomar una decisión. Pueden temer que...

- su pareja vuelva a golpearlos y aún matarlos si la abandonan
- deben permanecer en esa situación por sus hijos
- la policía y la justicia no los apoyarán
- nadie les creará
- son las únicas personas que han sido maltratadas de esa manera

Estos temores no son ni irracionales ni tontos, algunos son a menudo válidos por razones muy concretas.

Desgraciadamente el maltrato muy pocas veces cesa sin algún tipo de intervención. La persona que maltrata a la otra necesita ser frenada y necesita obtener ayuda. Pero primero, la víctima necesita saber que hay lugares donde puede buscar ayuda y seguridad.

Si usted está siendo víctima del maltrato, hay ayuda disponible. En una emergencia, llame al 911 para que la policía pueda intervenir. En muchas comunidades, la policía arrestará al abusador para que usted en persona no tenga que presentar cargos. También puede llamar al Teléfono nacional de emergencia para casos de violencia doméstica (National Domestic Violence Hotline) al número 1-800-799-7233, las 24 horas del día. Si llama desde una máquina TDD, marque el 1-800-787-3224. La Línea de emergencia le dará información sobre los recursos locales. Kaiser Permanente también puede ayudar. Si se produce una emergencia, vaya directamente a la Sala de Urgencias. Puede también llamar al Departamento de Psiquiatría para informarse sobre los diferentes servicios de consejería psicológica ofrecidos por los Departamentos de Psiquiatría y de Dependencia a las Drogas y el Alcohol.

\* \* \* \* \*

### **Para mayor información acerca de la salud...**

- Visite nuestro sitio Web en **members.kp.org**. Aquí usted encontrará la Enciclopedia de la salud, la cual ofrece información más detallada acerca de éste y muchos temas más
- Consulte su copia de *La salud en casa: Guía práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- Escuche el Teléfono de la salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.
- Visite el Departamento de Educación para la Salud de su centro para obtener libros, videos, averiguar de clases y de recursos adicionales.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor.

Si tiene una afección médica de urgencia, llame al 911 o vaya al hospital más cercano.

Una afección médica de urgencia es: (1) una afección médica o psiquiátrica que se manifieste por medio de síntomas agudos de suficiente gravedad (incluido un dolor severo), de modo que usted podría de una manera razonable esperar que la ausencia de atención médica inmediata diera como resultado un peligro serio para su salud, o un daño serio o disfunción de las funciones corporales o de cualquier órgano, o (2) cuando se encuentra en trabajo de parto activo y no hay tiempo suficiente para un transporte seguro a un Hospital del plan antes del parto o si el transporte representa una amenaza para su salud y seguridad y la de su bebé por nacer.