

Si tienes dudas o necesitas más información,
puedes llamar a Salud Responde

LLAMA A SALUD RESPONDE

600-360-7777

PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS,
LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA

¿ERES
ADOLESCENTE O JOVEN
Y VIVES
VIOLENCIA
EN TU RELACIÓN DE PAREJA?



**Di NO a la violencia
en tu relación de pareja**

**Estás a tiempo.
Di NO a la violencia.**



Programa Nacional
de **Salud Integral**
Adolescentes y Jóvenes



Ministerio de
Salud

Gobierno de Chile

**CHILE LO
HACEMOS
TODOS**

¿QUÉ ENTENDEMOS POR VIOLENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA?

La **violencia en la pareja** es toda forma de abuso, sea física, psicológica-emocional, sexual y/o económica, que tiene lugar en la relación de pareja, sin importar la legalidad del vínculo. También considera las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada.

Son prácticas abusivas ejercidas por una persona con quien alguien tiene o ha tenido una relación afectiva de pareja -pololo, novio, marido o conviviente-.

¿QUÉ ES EL CICLO DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA?

La persona ridiculiza a la otra, se ríe de sus opiniones o las minimiza, critica su aspecto físico o pone sobrenombres. Esto produce un efecto negativo y menoscabante en la salud mental de la víctima.

Acumulación de tensión



Arrepentimiento o "luna de miel"

La persona que agrede, pide perdón y hace todo lo posible para convencer a la víctima de que no volverá a tener este tipo de conductas, induciendo a una reconciliación.

Explosión del malestar

Se origina el "episodio agudo de violencia", el cual puede ser físico, psicológico o verbal. Por lo general, antes de estos episodios, la persona que agrede aumenta la intensidad de la agresión, acusaciones, insultos y/o amenazas.

¿CÓMO IDENTIFICAR SEÑALES PARA DETECTAR SI ESTÁS EN UNA RELACIÓN DE PAREJA VIOLENTA?

- » ¿Tu pareja controla tus salidas a carretear o con quién te juntas?
- » ¿Ha accedido a tu Facebook, mail, Whatsapp u otras redes sociales para controlar tu perfil, conversaciones, amigos, posteos, etc.?
- » ¿Te ha insultado, humillado o ignorado?
- » ¿Te ha asustado o amenazado con hacerte cosas que te dañen emocionalmente? (Ejemplo: amenazar con matarse, amenazar con pegarle a tus amigos por celos, contar tus secretos, etc.)
- » ¿Te ha golpeado, empujado, cacheteado, agarrado del brazo en forma violenta, mechoneado, o algo similar?
- » ¿Te ha obligado o presionado a realizar acciones de connotación sexual sin tu consentimiento?

Si contestaste "SÍ" A CUALQUIERA DE LAS PREGUNTAS, **estás en una relación con violencia.**

¿DÓNDE ACUDIR EN BUSCA DE AYUDA U ORIENTACIÓN?

Los **Espacios Amigables**, son un programa en donde encontrarás:

- » Un espacio de atención amigable, habilitado al interior del centro de salud en un lugar diferenciado, distinto a donde se atienden niños, mujeres embarazadas o adultos.
- » Un ambiente de gusto juvenil, resguardando la confidencialidad en la atención del adolescente.
- » Atención gratuita, cercana y de fácil acceso, en horarios de atención convenientes de 16:00 a 20:00 horas, una o dos veces a la semana.
- » Profesionales que están preparados y motivados para atender a adolescentes.

Consulta por el **Espacio Amigable más cercano a tu hogar o colegio en Salud Responde**, llamando al 600 360 7777.