

RELACIONES DE PAREJA SIN VIOLENCIA



¿Alguna vez te has preguntado cómo es la relación con tu pareja?, ¿existen celos?, ¿desconfianza?, ¿miedo a la reacción de tu pareja?, ¿te ha llegado a agredir de manera física y/o verbal?, si contestaste que sí a alguna de estas preguntas posiblemente estés viviendo violencia dentro de tu relación.

Para el ser humano es común tener una relación afectiva-sentimental con otra persona, sin embargo, mantener esta relación de manera sana es un tema de suma importancia, de acuerdo con la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH, 2016), una gran proporción de mujeres de 15 años y más han experimentado violencia por parte de su pareja a lo largo de la relación, sin embargo, esto no exime que los hombres también sufran de violencia en sus relaciones.

Es importante saber que la violencia, de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (ONU) es “el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte”.

En México, la violencia contra la mujer es un tema de atención primordial, por lo que se crearon legislaciones que garanticen el respeto a los derechos humanos de las mujeres, como la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Estado de México, misma que establece 5 tipos de violencia:

- **Psicológica:** Gritos Insultos, amenazas, destrucción de bienes personales, celos, control de la pareja, encierros, entre otras.
- **Física:** golpes, cachetadas, pellizcos, patadas, uso de objetos para golpear o torturar, uso de armas, entre otras.
- **Patrimonial:** sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, entre otras.
- **Económica:** privar los recursos económicos con la intención de controlar o limitar el dinero para vivir de forma autónoma.
- **Sexual:** abuso sexual, violación, incesto, negar el uso de preservativos, no permitir el uso de anticonceptivos, entre otras.

¡La violencia es una conducta aprendida social y culturalmente, tanto hombres como mujeres podemos ser generadores de ésta!

No permitas que la violencia escale, trabaja en la comunicación con tus seres queridos y no dudes en denunciar, recuerda que la violencia no terminará si no se pone un alto.

Te compartimos las siguientes líneas de atención para mujeres y hombres:

- Atención a **Mujeres** en Situación de Violencia: 800 10 84 053
- Línea de apoyo para **Hombres**: 800 900 43 21

**Centro de Prevención del Delito del
Secretariado Ejecutivo del Sistema Estatal de Seguridad Pública**

275 83 00 ext. 11710

Línea sin violencia 800 108 40 53, 911 número de emergencia 089 denuncia anónima



@CPDedomex



Centro de Prevención del Delito del Estado de México