



# ¿Se reconoce en algunas de estas situaciones?

- Soy inmigrante.
- Tengo estatus de residente permanente.
- Obtuve la ciudadanía canadiense.
- Perteneczo a una comunidad etnocultural (por ejemplo, griega, guineana o vietnamita).
- Formo parte de una minoría visible (por ejemplo, soy canadiense de origen haitiano o de origen chino).
- Soy totalmente dependiente de mis hijos o de mi cónyuge, pues no hablo ni francés ni inglés.
- Me siento aislada. Salgo poco o no salgo nunca. Me veo con poca gente aparte de mi cónyuge y mis hijos.
- Tengo bajo nivel de escolarización.
- Me resulta difícil encontrar un empleo, pues mis diplomas y mi experiencia no son reconocidos.
- Tengo un trabajo para el cual estoy demasiado calificada y por el que no recibo la remuneración adecuada.
- Me resulta difícil comunicarme en francés o en inglés.

¿Reconoce a alguna persona de su entorno?

**En este folleto, el término “cónyuge” designa toda persona con la cual usted tiene o ha tenido una relación afectiva e íntima.**

**Me quedo con mi cónyuge porque:**

- Lo amo y me ama.
- El matrimonio es muy importante para mí.
- Tengo miedo del rechazo de mi comunidad, mi familia y mi familia política si lo dejo, y de las consecuencias de ese rechazo.
- No tengo dinero y tengo miedo de quedarme sin un lugar donde vivir.
- Tengo miedo de su venganza.
- No conozco los recursos que pueden ayudarme. No conozco mis derechos.
- Él es la única persona que conozco en Canadá.
- No quiero que intervengan en mi vida privada médicos, policías, funcionarios o jueces.

# ¿Vive algunas de estas situaciones? ¿Es testigo de ellas?

## Mi cónyuge:

- Me rebaja y me humilla delante de mis hijos o mis seres queridos, me trata de loca, me echa la culpa de todo.
- Se burla de mí, ridiculiza lo que hago y lo que digo, hace que me avergüence.
- Dice que soy una mala madre.
- Amenaza con mandarme de vuelta a mi país de origen.
- Amenaza con hacer daño a las personas que quiero o con quitarme a mis hijos.
- Rompe o amenaza con romper objetos que me gustan o con privarme de cosas que necesito, como el teléfono o la computadora, que uso para comunicarme con mi familia.
- Siempre quiere saber dónde y con quién estoy.
- Critica a mis seres queridos.
- Me llama permanentemente por teléfono, por SMS o me escribe por correo electrónico, o me sigue continuamente, aunque ya no estamos juntos.

Había aprendido a sufrir en silencio para preservar mi dignidad. Y además, no quería hablar de eso. ¡No es cuestión que la gente piense que todos somos así en mi comunidad!

¿Sí?

Estos comportamientos son todos ejemplos de **violencia conyugal**.

**Este folleto le concierne.**

## Mi cónyuge:

- Amenaza con manchar mi reputación.
- Utiliza palabras groseras cuando me habla, alza el tono o hace gestos amenazadores.
- Me empuja, me abofetea, me pellizca, me estrangula, me quema, me pateo, me tira del cabello, me escupe.
- Amenaza con lastimarme o matarme.
- Me impone relaciones sexuales o gestos íntimos no deseados, o me amenaza con recurrir a prostitutas.
- Me obliga a tener hijos.
- Controla mis gastos o gasta todo mi dinero.
- Me trata como a su esclava.
- Amenaza con suicidarse, matarme o matar a los niños.

# La violencia conyugal se instala tranquila y solapadamente en las relaciones íntimas y afectivas

Su cónyuge repite constantemente palabras y gestos que a usted la rebajan y la hieren.

Le da órdenes. Exige obediencia. Decide todo por usted. Su objetivo es controlarla y tener poder sobre usted.

Para retenerla a su lado, su cónyuge le promete cambiar, aun cuando siga humillándola y siendo violento con usted.

Para controlarla, su cónyuge siembra la duda y la confusión diciéndole que todo es culpa suya o que usted es violenta.

Para dominarla, su cónyuge usa la violencia verbal y física.

**Cuando llegamos a Canadá, me abofeteaba constantemente. Yo creía que era por los nervios, pues había muchas cosas por solucionar. Cuando le propuse trabajar para ayudarlo, me respondió que, de todas maneras, yo no servía para nada. Luego, con el tiempo, fue empeorando la situación. Ahora estoy sola, y cada vez le tengo más miedo.**

**La violencia conyugal puede manifestarse en una relación heterosexual u homosexual.**

**La violencia conyugal no se detiene por sí sola, ni con el tiempo ni con amor, ni aunque mejoren las condiciones de vida.**

Un cónyuge violento es como cualquier hombre y puede ocupar un lugar respetable en la sociedad.

Puede ser apreciado por los demás y ser amable con todo el mundo.

No tiene por qué tener problemas de salud mental, alcohol, dinero o relacionados con el trabajo.

Puede pertenecer a cualquier comunidad, incluso puede ser quebequense de origen y practicar o no una religión.

# La violencia conyugal no se limita a golpes y heridas físicas

## La violencia psicológica es menos visible, pero igualmente devastadora.

- Ser a menudo rebajada o tratada de loca, ridiculizada con respecto a su cuerpo o a su sexualidad.
- Ser controlada con frecuencia en sus idas y venidas.
- Tener regularmente impedimentos para ver a sus seres queridos.
- Ser reprimida respecto a sus creencias o su espiritualidad.
- No poder estudiar, aprender francés o inglés.

## Todo esto es violencia conyugal.

La violencia psicológica destruye la autoestima. La víctima termina creyendo lo que dice el cónyuge y sintiéndose estúpida y loca. Cree merecer las críticas.

**Sólo me dejaba salir para ir al almacén o para ir a rezar al templo. Cuando volvía, controlaba todo: con quien había hablado, lo que había dicho. Y entonces, ¡ay de mí si las respuestas no eran de su gusto!**

## No se habla mucho de violencia económica, pero también es humillante.

- Tener que mendigar dinero.
- Ser controlada en sus gastos.
- Verse obligada a pagar todos los gastos.
- Verse obligada a entregar todo su dinero.
- No poder tener un empleo.
- Tener que endeudarse.

## Esto es también violencia conyugal.

Trabajaba en la estación de servicio, me obligaba además a cuidar niños el fin de semana. De ese dinero, nunca veía ni un centavo. Sólo me daba la plata justa para comprarme los boletos de autobús.

**Si usted está viviendo violencia psicológica o económica, pida ayuda.**

**Consulte la última página, donde figuran servicios que responden a las necesidades de mujeres inmigrantes o de comunidades etnoculturales víctimas de violencia conyugal.**

# Entre todas las formas de violencia, algunas son consideradas delitos

- **Amenazas**  
Por ejemplo, amenazarla con lastimarla o matarla.
- **Violencia física**  
Por ejemplo, retorcerle un brazo o golpearla.
- **Negligencia criminal**  
Por ejemplo, privarla de atención médica o de alimentos que la pueden dejar al borde de la muerte.
- **Violencia sexual**  
Por ejemplo, obligarla a tener relaciones sexuales o prácticas sexuales no deseadas.
- **Acoso**  
Por ejemplo, llamarla por teléfono continuamente o seguirla al punto de que usted tema por su seguridad.

- **Secuestro**  
Por ejemplo, encerrarla en una pieza o impedirle salir de la casa.
- Si usted está viviendo una o varias de estas formas de violencia, puede llamar al 911 para denunciarlas y protegerse.

**Usted tiene derecho a vivir en un marco de respeto y seguridad.**

**Estos derechos figuran en la Carta de Derechos y Libertades de la Persona de Québec y en la Carta Canadiense de los Derechos y Libertades.**

Con el correr del tiempo, las formas de violencia pueden modificarse de diversas maneras y sumarse unas a otras.

Con el correr del tiempo, aumentan la frecuencia y la gravedad de las formas de violencia.

**No decía nada, esperaba siempre que cambie. Un día, me miró fijo y me dijo: “Si dices cualquier cosa a tu familia, te mataré.”  
Le creí.**

**Siempre se las arreglaba para obligarme a hacer cosas que no quería hacer, como tener relaciones sexuales dolorosas o mirar películas pornográficas.**

# Estas son algunas de las razones por las que puede decidirse a buscar ayuda

- Ya no quiero enfrentar sola este problema, necesito ayuda.
- Quiero garantizar mi seguridad y la de mis hijos.
- Necesito sentirme respetada.
- Necesito desahogarme, aliviar mi estrés.
- Quiero recibir información sobre mis derechos y los servicios disponibles.
- Deseo volver a tener una vida familiar armónica con mis hijos.
- Quisiera recuperar mi autoestima y la confianza en mí misma, liberarme de la culpa y la vergüenza.
- Quiero encontrar la forma de salir adelante.
- Quiero encontrar la manera de protegerme. Por ejemplo, acordar una clave con una persona de confianza para que ella llame al 911 en caso de emergencia.
- Quiero seguir viviendo y que mis hijos sigan viviendo.

**Sólo quería que ellos estuvieran seguros. A pesar de todo, un día, vi una gran tristeza en los ojos de mi hijo mayor. Fue un golpe para mí. No me había dado cuenta de que mis hijos sufrían tanto como yo. Que habían aprendido a soportar esta pesadilla en silencio, como yo.**

**Si su seguridad o la de alguno de sus seres queridos se ve amenazada, no dude en llamar al 911.**

Usted no debe **sentirse culpable**.

Su cónyuge es **responsable de su violencia**.

Usted no debe **sentir vergüenza**.

**Muchas mujeres viven esta misma situación** en Québec.

En todas partes del mundo, hay hombres que recurren a la violencia para **controlar a sus cónyuges**.

La violencia conyugal es un problema grave **que nos atañe a todos**.

**No enfrente esto sola.**

Hable con alguna **persona de confianza**, por ejemplo, con una persona del campo de la salud o la educación o con una vecina.

Pero aunque se confíe a esa persona, **usted tendrá siempre el derecho a tomar sus propias decisiones**.

**Nadie puede obligarla** a dejar a su cónyuge o a quedarse con él.

## ¿Conoce a alguna mujer inmigrante o de una comunidad etnocultural que sea víctima de violencia conyugal? Si gana su confianza, podrá ayudarla

### Escúchela sin juzgar

#### Créale

Las mujeres inmigrantes o de comunidades etnoculturales pueden dudar en confiarse a otra persona o en denunciar la violencia conyugal por varias razones.

Por ejemplo:

- el temor a ser juzgadas por no hablar francés o inglés;
- la vergüenza de hablar de un problema que consideran del ámbito privado;
- el temor a ser juzgadas o a que no se les crea, especialmente si han sufrido varios episodios de discriminación o racismo.

Hablar de esta situación requiere mucha valentía. Para ayudar a la víctima, escúchela sin juzgar y trate de comprender lo que está viviendo.

#### Dígale que no es su culpa

Las mujeres inmigrantes o de comunidades etnoculturales se ven con frecuencia como las guardianas de su cultura y de los lazos familiares. Algunas se sentirán culpables de deshonar a su cónyuge y romper su familia. Otras mujeres se sentirán culpables por haber adquirido cierta independencia y una seguridad que no tenían en su país de origen.

Las víctimas se sienten muy a menudo responsables del comportamiento violento de sus cónyuges. Éstos saben bien cómo hacerlas sentir culpables y cómo negar su propia violencia, especialmente cuando tienen el apoyo del medio familiar o de la comunidad.

Dígale a la víctima que son los cónyuges los responsables de las acciones violentas.

Son sus comportamientos violentos los que rompen la familia.

## Respete sus decisiones y su ritmo

La violencia conyugal es devastadora. Socava la confianza en sí mismo. El camino para afirmarse y retomar el control sobre su vida puede ser largo.

Estas son algunas razones que pueden llevar a una mujer inmigrante o de una comunidad etnocultural a tolerar la violencia:

- la esperanza de recuperar la relación afectiva o amorosa;
- los tabúes;
- el miedo a ser rechazada por la comunidad;
- el desconocimiento de sus derechos y de los recursos disponibles;
- el miedo a la policía y a la ley;
- el temor a perder sus hijos o a ser abandonadas, sin recursos.

Trate de comprender su vivencia y respetar sus decisiones. Tanto si ha dejado a su cónyuge como si no lo ha hecho, usted podrá orientarla hacia personal especializado que la ayudará a aclarar su situación. (Consulte la última página de este folleto.)

## Ofrézcale su apoyo

El aislamiento de las víctimas forma parte de la violencia conyugal. Este aislamiento es a menudo mayor para las mujeres inmigrantes o de comunidades etnoculturales que han perdido su red social de origen y han tenido que aprender nuevos códigos culturales y nuevos valores. Algunas mujeres no hablan francés ni inglés y sufren especialmente de reclusión. Otras se tropiezan con numerosos obstáculos para integrar el mercado laboral.

Ofrezca su apoyo a la víctima. Hable con ella. Hágale conocer su derecho a recibir asistencia confidencial. Si ella quiere más informaciones, muéstrele este folleto. Si ella lo desea, ofrézcase a acompañarla para buscar ayuda.

## Combata los prejuicios y la invisibilidad

Mucha gente piensa que las mujeres inmigrantes o de comunidades etnoculturales aceptan la violencia conyugal debido a su cultura de origen o su religión. Es falso. Simplemente se topan con más obstáculos que los demás para salir adelante. Muchas deben resolver los problemas vinculados a su pertenencia a una minoría, como la marginalización, la discriminación y el racismo. Estas problemáticas hacen que sean más vulnerables a la violencia conyugal.

Cuanto más aislada esté la víctima, mayor será la posibilidad del cónyuge de ejercer violencia. Demuestre apertura frente a la víctima y sobre todo, no se aleje de la víctima.

**Recuerde que la indiferencia es cómplice de la violencia conyugal...**

# RECURSOS

## LLAME DESDE CUALQUIER LUGAR DE QUÉBEC, LAS 24 HORAS DEL DÍA, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA.

### SOS violencia conyugal 1 800 363-9010

(llamados desde fuera de Montreal) (VOZ y DTS)

### 514 873-9010

(llamados desde Montreal) (VOZ y DTS)

**SOS violencia conyugal conoce los recursos que prestan ayuda a las mujeres inmigrantes o mujeres de una comunidad etnocultural en la búsqueda de ayuda.**

Este servicio telefónico gratuito, confidencial y anónimo se especializa en violencia conyugal. Con un solo llamado, las víctimas, sus familiares o testigos de su situación pueden acceder **inmediatamente** a servicios de información, asesoramiento y alojamiento.

### Servicio de Emergencia 911

Para una ayuda inmediata, si usted está en peligro o si es testigo de violencia.

**911** (VOZ) (DTS disponible en algunas regiones)

**310-4141** (en las municipalidades que no cuentan con el 911)

**\*4141** (para llamados desde celulares)

### Info-Santé

Para informaciones y referencias, tales como los Centros Locales de Servicios Comunitarios (CLSC) y los Centros de Salud y Servicios Sociales (CSSS)

**811** (VOIX)

Puede dirigirse al Secrétariat à la condition féminine (SCF, Secretaría de la Condición Femenina) al número **418 643-9052**, para obtener este folleto en francés, inglés y español.

Estos folletos también están disponibles en las páginas Web del SCF ([www.scf.gouv.qc.ca](http://www.scf.gouv.qc.ca)) y de la Table de concertation en violence conjugale de Montréal ([www.tcvcm.ca](http://www.tcvcm.ca)) en versión PDF, en francés, inglés y español, y en versión Word para esas mismas lenguas y algunas otras. Para obtener esta documentación, haga clic en la sección "Publicaciones" de la página Web del SCF.

Producción: **Secrétariat à la condition féminine**

Redacción: **Table de concertation en violence conjugale**  
(Mesa de Concertación sobre Violencia Conyugal  
de Montréal, con la colaboración de:

- Bouclier d'Athèna ([www.shieldofathena.com](http://www.shieldofathena.com));
- Maison pour femmes immigrantes de Québec ([www.maisonpourfemmesimmigrantes.com](http://www.maisonpourfemmesimmigrantes.com));
- Association des femmes immigrantes de l'Outaouais ([www.aifo.ca](http://www.aifo.ca)).

Deposito legal: 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Bibliothèque et Archives Canada

ISBN: 978-2-550-65511-4 (versión impresa)  
978-2-550-65512-1 (versión electrónica)

© Gouvernement du Québec, 2012

Québec 