



USTED PUEDE PARAR LA VIOLENCIA

**ABUSO:** HERIR O LASTIMAR INTENCIONAL O inconscientemente a alguien de forma física, psicológica, emocional, o sexual con el propósito de intimidar, dominar, controlar o ejercer poder. El abuso puede ser ocasional o habitual, premeditado o espontáneo. El que inflige el abuso se llama normalmente el abusador; el que es maltratado se llama normalmente la víctima.

#### TIPOS DE ABUSO

**FÍSICO:** acciones tales como patadas, empujones o golpes, que causan humillación, dolor o daño físico.

**PSICOLÓGICO O EMOCIONAL:** Acciones tales como insultos, aislamiento o crítica, que causan pérdida de la autoestima y/o pérdida de la autodeterminación.

**SEXUAL:** acciones de naturaleza sexual que son indeseables, incómodas, o forzados; esto incluye la violación.

**INFANTIL:** todas las definiciones anteriores, así como la negligencia. Esto incluye el no proveer las necesidades básicas del niño tales como el alimento y el vestido, y además el abandono.

#### EL ABUSO ES INDEBIDO PORQUE:

##### Destruye el cuerpo

*¿Acaso no sabéis que sois templo de Dios y que el Espíritu de Dios está en vosotros? Si alguno destruye el templo de Dios, Dios lo destruirá a él, porque el templo de Dios, el cual sois vosotros, santo es. 1 Corintios 3:16, 17*

##### Priva a los niños de su inocencia

*A cualquiera que haga tropezar a alguno de estos pequeños que creen en mí, mejor le fuera que se le colgara al cuello una piedra de molino de asno y que se le hundiera en lo profundo del mar. Mateo 18:6*

##### Rebaja la autoestima

*Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes. Efesios 4:29*

##### Pervierte nuestra percepción de Dios

*Mirad cuál amor nos ha dado el Padre, para que seamos llamados hijos de Dios; por esto el mundo no nos conoce, porque no lo conoció a él. 1 Juan 3:1*

##### No es el plan de Dios para las familias

*. . . el Señor desea que su pueblo revele en sus hogares el orden y la armonía que prevalecen en las cortes celestiales. E.G. White, Consejos sobre la salud, pág. 100.1*

##### No es el plan de Dios para nuestras vidas

*“Porque yo sé los pensamientos que tengo acerca de vosotros,” dice Jehová, “pensamientos de paz y no de mal, para daros el fin que esperáis”. Jeremías 29:11*

USTED PUEDE PARAR LA VIOLENCIA



**ABUSO DE CUALQUIER TIPO,** ya sea cometido contra mujeres, hombres, niñas o niños, es malo. Además de la diferencia de sexo, el abuso cruza toda frontera cultural, racial, socio económica y religiosa o denominacional. Si usted presiente que alguien está siendo abusado, ofrézcale su ayuda y esperanza. Si usted es la víctima, busque ayuda. No está solo/a.

**enditnow**<sup>®</sup>

Break the Silence About Abuse

[www.EndItNowNorthAmerica.org](http://www.EndItNowNorthAmerica.org)

*En conjunto con*

Servicios Adventistas a la Comunidad

Ministerio de Adultos

Ministerios Infantiles

Ministerio de la Familia

Ministerios para la Salud

Ministerio de Varones

Asociación Ministerial

Ministerio de la Mujer

Ministerio de Jóvenes

Adventist Risk Management

*Con gratitud y aprecio al*

Ministerio de la Mujer de la División Norteamericana

Ministerio de la Mujer de la Asociación General

*Para ayuda en inglés o en español,  
confidencial para referencias a recursos en su área:*

**Línea Nacional de Violencia Doméstica**

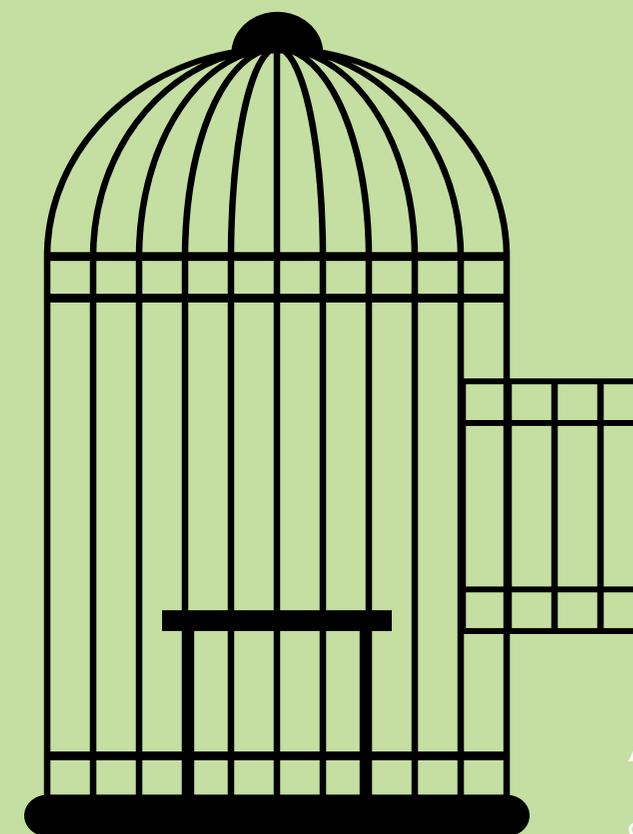
EEUU: 800-799-SAFE [7233] Canadá: 800-363-9010

Para copias adicionales llame al 301-680-6427

©2014, North American Division Corporation of Seventh-day Adventists

# ROMPIENDO EL SILENCIO

USTED  
PUEDE  
PARAR  
LA  
VIOLENCIA



A SANAR A LOS  
QUEBRANTADOS DE

CORAZÓN, A PREGONAR LIBERTAD

A LOS CAUTIVOS... A PONER EN

LIBERTAD A LOS OPRIMIDOS.

LUCAS 4:18



### SU PAREJA PUEDE SER ABUSIVA SI:

- Le acusa constantemente de tener una aventura amorosa
- Le muerde, abofetea, da puñetazos o pateo
- Le arroja cosas o rompe objetos durante una discusión
- Le subestima delante de amigos y familiares
- Le hace sentir temor de expresar opiniones o deseos
- Monitorea con quién usted habla o con quién sale
- Le culpa por los problemas de él o ella
- Se burla de su apariencia
- Le amenaza o insulta
- Critica todo lo que usted hace
- Le falta el respeto a usted, a su familia y a sus amigos
- Se niega a permitirle que usted tenga su propio dinero
- Le fuerza a tener sexo
- Demuestra posesividad o celos extremos

### ESTAS CREENCIAS COMUNES NO SON CIERTAS:

- El abuso es solamente una pérdida momentánea de los estribos.
- El abuso solo le sucede a personas incultas o en países subdesarrollados.
- Las víctimas siempre pueden dejar una relación de abuso si realmente quieren.
- Los hombres no pueden ser abusados por las mujeres.
- Las víctimas del abuso tienen trastornos psicológicos.
- El abuso es causado por el uso del alcohol y drogas.
- Altos niveles de estrés hacen que la gente abuse.
- Los niños no son afectados cuando uno de los padres abusa del otro.
- Los sobrevivientes de un abuso exageran.
- Algunas personas piden, provocan, o quieren ser abusadas.
- Es un pecado para los cristianos que son víctimas demandar a sus abusadores.
- Algunas personas merecen ser abusadas.

### ¡TENGA CUIDADO!

El abuso es una experiencia aterradora y traumática. Es muy importante no culpar a la víctima. Evite el uso de declaraciones acusatorias o desdeñosas tales como:

- “Estoy seguro que él/ella no quería lastimarte”.
- “No es gran cosa, vas a superarlo”.
- “¿Qué hice para provocarlo?”.
- “¿Estás inventándote esto?”.
- “No le cuentes a nadie de esto. Es muy vergonzoso”.

Mejor utilice frases reconfortantes como estas:

- “Lamento mucho que pasaste por esto; nadie debería lastimarte”.
- “Te creo y sé que me estás diciendo la verdad”.
- “No es culpa tuya; nada hiciste para merecer esto”.
- “Estoy aquí a tu disposición cuando quieras contarme algo y orar”.
- “Gracias por confiar en mí; juntos vamos a encontrar ayuda”.



### LAS VÍCTIMAS PUEDEN EXPERIMENTAR UNO O MÁS DE LO SIGUIENTE COMO RESULTADO DEL ABUSO:

- Depresión
- Ideas de suicidio
- Trastornos del sueño, alimenticios, sexuales o físicos
- Desconfianza de las figuras de autoridad o de las personas en general
- Pérdida de autoestima, sentimientos de incapacidad y falta de valor
- Sentimiento de aislamiento
- Adicción a las drogas y/o al alcohol

### LAS VÍCTIMAS DE ABUSO PUEDEN PERMANECER CON SU ABUSADOR POR LAS SIGUIENTES RAZONES:

- Tienen temor por su vida
- Pueden perder a sus hijos
- Vergüenza
- Sienten que es su deber cristiano permanecer casados a pesar de todo
- Se sienten culpables por lo que le pueda pasar al abusador si se va
- Se sienten responsables de las acciones del abusador (abuso merecido)
- Creen que no recibirán apoyo de la familia o de los amigos
- El abuso puede empeorar si ellos intentan irse
- Temen sobrevivir financieramente sin el cónyuge abusador
- Esperan que el abusador pueda cambiar

### SI SOSPECHA QUE ALGUIEN A QUIEN CONOCE ESTÁ SIENDO ABUSADO, USTED PUEDE AYUDAR:

- Llame a las autoridades y reporte el abuso.
- Averigue acerca de las agencias de prevención de abuso en su área; llame a la Línea Nacional de Violencia Doméstica e inicie la ayuda necesaria.
- Escuche sin interrumpir y no se sienta como que necesita darle consejos.
- Anímele a buscar consejería profesional.
- No critique al abusador.
- Ofrezca ser un compañero de oración.
- Invítelo/a a salir juntos sin mencionar la situación del abuso.
- Mantenga su promesa y dé seguimiento con frecuencia para ver cómo sigue.

### SI USTED HA SIDO ABUSADO, ¡HAY AYUDA DISPONIBLE!

Leer este folleto es un paso saludable hacia el encuentro de la ayuda que usted necesita. Nadie merece ser abusado/a. Dios no quiere que sus hijos sufran. Usted no está solo/a: su pastor, sus líderes de la iglesia, su doctor, sus miembros de la familia, sus amigos, o un terapeuta cristiano pueden servir como un recurso maravilloso para usted. ¡Hay ayuda disponible!

- Contacte a las autoridades, su pastor, doctor, miembro de la familia, o amigo/a y déjeles saber que usted ha sido abusado/a.
- Llame a la Línea Nacional de Violencia Doméstica para obtener la ayuda y averiguar acerca de las leyes en su área.
- El abuso puede dejarle muchas cicatrices emocionales. Trate de programar sesiones regulares de consejería con un terapeuta con licencia.



- Usted puede haber sido lastimado/a físicamente. Vaya al doctor para que le haga un examen completo.
- Pídale a alguien con quien usted se sienta cómodo/a, que sea su compañero/a de oración para orar diariamente con usted, y le brinde ánimo cuando usted se sienta débil o solo/a.
- Pídale al Señor que le dé fortaleza emocional, física y espiritual.

### SI SU NIÑO HA SIDO ABUSADO

- Permanezca calmado.
- Respete la privacidad del niño. Encuentre un lugar tranquilo y confortable y escuche cuidadosamente lo que le está diciendo.
- Créale al niño y tómele seriamente; déjele saber al niño que el abuso no fue por su culpa.
- Haga un reporte a las autoridades.
- No confronte al abusador usted mismo.
- Lleve el niño al doctor para atención médica inmediata.
- Encuentre un terapeuta con licencia, especializado en abuso de menores.
- Ore con el niño y asegúrele que Jesús le ama; forme una red de seguridad alrededor del niño para que se sienta protegido.

### MEDIDAS DE SEGURIDAD PARA LOS PADRES:

- Relaciónese con los amigos de sus hijos y con sus padres.
- Explique a los niños que las personas que quieren que guarden secretos a sus padres no son de confianza.
- Anime a los niños a que le cuenten si algo les asusta o le incomoda.
- Pida a los niños a que siempre verifiquen con usted antes de salir a alguna parte, aún si es con alguien que ellos conocen.
- Instrúyales a nunca abrir la puerta si están solos en la casa.
- Enseñe a los niños a decir “no” a alguien que trate de tocarlos de una manera que los haga sentir incómodos.
- Muéstreles cómo llamar al personal de emergencia.
- Seleccione a los niños muy cuidadosamente.
- Cuestione los motivos de adultos o niños mayores que constantemente quieren pasar tiempo a solas con sus hijos.

### FALSAS TEORÍAS SOBRE EL ABUSO INFANTIL

- Los padres se darán cuenta si sus hijos han sido abusados sexualmente.
- Los niños necesitan ser físicamente disciplinados para que aprendan a respetar a los mayores.
- Los varones no pueden ser abusados sexualmente.
- Jugar con los genitales de los niños es inofensivo.
- Los niños no son afectados cuando uno de los padres abusa del otro.
- Sólo los extraños molestan a los niños.
- Los niños se reponen rápido de los efectos del abuso.
- Negar a un niño la comida u otras necesidades básicas no se considera abuso.
- Si el cuerpo de un niño reacciona a las caricias, es porque lo disfruta.
- Los niños mienten acerca de ser abusados.