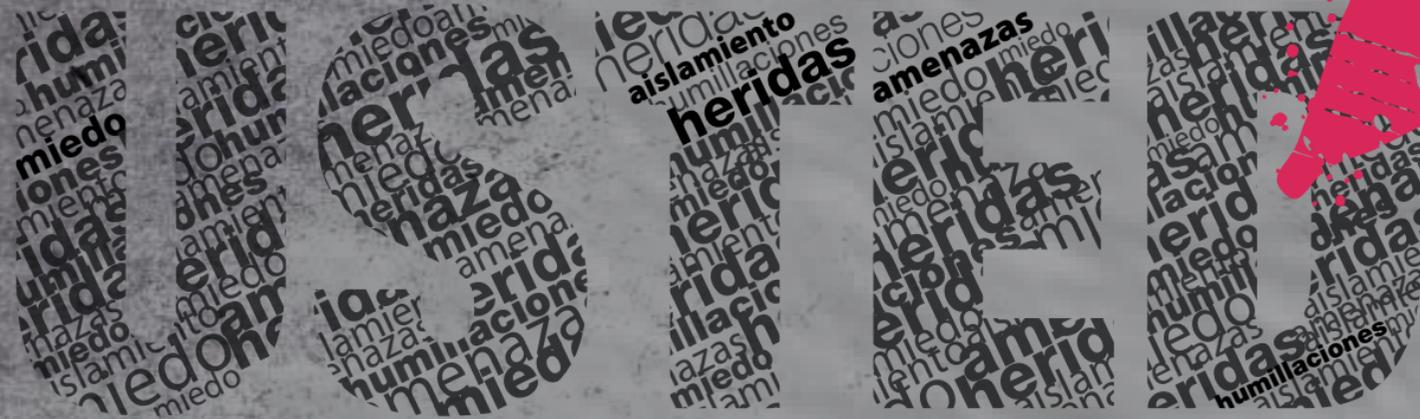


Si usted es

**una mujer
de edad,**

**este folleto puede
interesarle.**



¿Se reconoce en algunas de estas situaciones?

¿Reconoce a alguna persona de su entorno?

- Estoy en casa y mi cónyuge está trabajando menos o ha dejado de trabajar o tiene previsto hacerlo.
- Estoy trabajando menos o he dejado de trabajar o tengo previsto hacerlo.
- Tengo problemas para comunicarme en francés o en inglés.
- Me veo con poca gente aparte de mi cónyuge.
- Constato que ya no puedo hacer algunas cosas como antes.
- Tengo un ingreso bajo.
- Dependo cada vez más de mi cónyuge.
- Mi cónyuge depende cada vez más de mí.
- Me cuesta cada vez más desplazarme.
- Mi cónyuge tiene cada vez más problemas para desplazarse.

**En este documento,
el término “cónyuge”
designa a cualquier persona
con la que usted tiene
o ha tenido una relación
afectiva e íntima.**

Me quedo con mi cónyuge porque:

- Vivo con él desde hace mucho tiempo.
- Lo necesito o me necesita.
- Temo quedarme sin ayuda en mi vida diaria.
- Lo amo y él me ama.
- El matrimonio es muy importante para mí.

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

Mi cónyuge:

- Me rebaja y me humilla en público.
- Me echa la culpa de todo.
- Me trata de loca.
- Ridiculiza lo que hago o lo que digo.
- Me amenaza con mandarme de vuelta a mi país de origen.
- Se niega a que alguien me ayude.
- Rompe o amenaza con romper objetos a los que les tengo cariño o las cosas que necesito, como los anteojos.
- Siempre quiere saber dónde y con quién estoy.
- Me contacta continuamente por teléfono, SMS o correo electrónico, o me sigue todo el tiempo, incluso si ya no estamos juntos.
- Critica a mis seres queridos.

Mi cónyuge:

- Controla mis gastos o no me da dinero.
- Amenaza con internarme en una residencia de ancianos o privarme de cuidados.
- Me empuja, me abofetea, me pellizca, me estrangula, me quema o me pateo.
- Amenaza con maltratar a mis mascotas.
- Controla mis comunicaciones.
- Amenaza con lastimarme, matarme o matar a mis seres queridos.
- Me obliga a tener relaciones sexuales o a realizar gestos íntimos que no deseo.

¿SÍ?

Estos comportamientos son todos ejemplos de violencia conyugal.

Este folleto le concierne.

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

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

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

Para retenerla a su lado, su cónyuge le promete cambiar, aunque sigue 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 recurre a la violencia física y verbal.

Antes, por lo menos yo era una persona interesante que tenía ideas, imaginación. Con frecuencia, la gente solía pedir mi opinión. Después, todo eso desapareció, yo ya no era nada.

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 con la edad.

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 todos.

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

Puede ser oriundo de cualquier lugar del mundo 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, tratada de loca o ridiculizada con respecto a su cuerpo o a su sexualidad.
- Ser controlada con frecuencia en sus idas y venidas.
- Tener continuamente impedimentos para ver a sus seres queridos.
- Ser amenazada con ser internada en una residencia de ancianos.

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.

Siempre fui una persona muy activa. Me gustaba salir, caminar, hacer trabajos voluntarios. Pero ya no podía salir de casa. Toda mi vida se conmovió.

Me sacó todo mi dinero, todo lo que tenía, y gastó todo. Incluso me dejó deudas por todos lados.

Se habla poco de violencia económica, pero es igualmente humillante.

- Tener que mendigar dinero.
- Ser controlada en sus gastos.
- Verse obligada a pagar todos los gastos.
- Dejar que le roben el dinero.

Esto también es violencia conyugal.

La negligencia reiterada de un cónyuge puede parecer involuntaria, pero no lo es.

- Verse obligada a esperar para necesidades urgentes.
- Verse privada de medicamentos o recibir demasiados.
- Ser abandonada durante largos períodos en una situación incómoda, por ejemplo en el baño.

Esto es también violencia conyugal.

Si usted está viviendo violencia psicológica o económica, o si es víctima de negligencia, pida ayuda.

Consulte la última página, donde figuran servicios que responden a las necesidades de mujeres de edad víctimas de violencia conyugal.

Entre todas las formas de violencia, algunas se consideran delitos

- **Amenazas**
Por ejemplo, amenazarla con lastimarla, con matarla o con atacar a sus hijos o sus nietos.
- **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 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.

Me hacía poner ropa interior ligera, como la de las fotos de sus revistas. Tenía que andar todo el día con tacos altos.

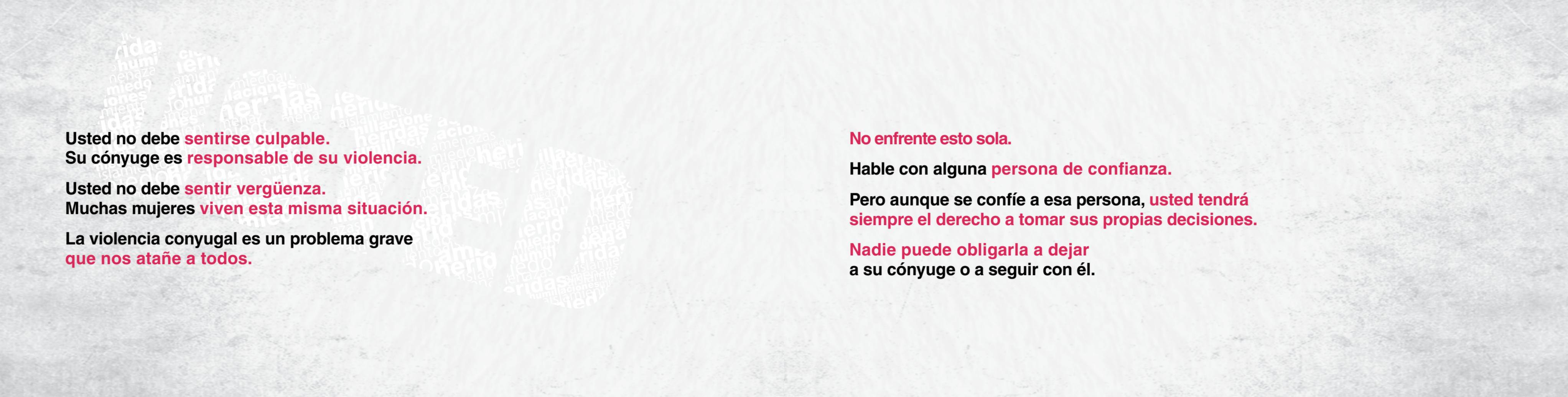
Entró en la cocina con su revólver cargado. Mis dos nietos se escondieron detrás de mí. Puso el revólver en mi cabeza y dijo que me mataría.

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

- Ya no quiero enfrentar sola este problema.
- Necesito desahogarme, aliviar mi estrés.
- Deseo vivir en paz y pensar en mí en los años que me quedan por vivir.
- Quisiera recuperar mi autoestima y la confianza en mí misma, liberarme de la culpa y la vergüenza.
- Necesito cuidados para mi bienestar físico y psíquico.
- 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 llame al 911 en caso de emergencia.
- Quiero seguir viviendo.

Ya no podía más. Quería vivir como todo el mundo. Ver a mis nietos sin tener miedo de que llegue y me humille delante de ellos. Salir con mi hija cuando quisiera, como cualquier madre. Encontrarme con una amiga que no me dejaba ver. En realidad, deseaba simplemente llevar una vida normal.

**Si su seguridad o la 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.

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

No enfrente esto sola.

Hable con alguna persona de confianza.

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 seguir con él.

¿Conoce a alguna mujer de edad víctima de violencia conyugal? Si gana su confianza, podrá ayudarla

Escúchela sin juzgar

Créale

Las mujeres de edad pueden dudar en confiar en otra persona o revelar la violencia conyugal por diversas razones.

Por ejemplo:

- el miedo a ser juzgadas puede impedir solicitar ayuda;
- la vergüenza de hablar de un problema que, según ellas, atañe el ámbito privado;
- el miedo a que la violencia continúe o aumente;
- el temor a las consecuencias para el cónyuge.

Hablar de esta situación requiere mucha valentía. Para ayudar a la víctima, escúchela sin juzgar y trate de comprender los obstáculos con los que se enfrenta.

Dígale que no es su culpa

El papel tradicional de madre y de esposa ha tenido un fuerte impacto en la vida de las mujeres de edad. La mayoría de ellas se sienten las principales responsables de la unidad familiar, del bienestar de su cónyuge y de sus hijos. Muchas sienten culpa ante la idea de abandonar a su cónyuge. Sienten que serían desleales con él o que romperían la familia.

Las víctimas se sienten muy a menudo responsables del comportamiento violento de su cónyuge. Éstos saben bien cómo hacerlas sentir culpables y cómo negar su propia violencia.

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 propia vida puede ser largo.

Estas son algunas razones por las que una mujer de edad puede tolerar la violencia:

- la esperanza de recuperar la relación afectiva o amorosa;
- el miedo a que sus pobres ingresos no le permitan cubrir todas sus necesidades;
- el miedo a verse abandonada y sin cuidados, si el cónyuge es el principal apoyo;
- el temor a ser internada en una residencia de ancianos si pide ayuda;
- el desconocimiento de sus derechos y de los recursos disponibles.

Intente comprender sus vivencias y respete sus decisiones. Tanto si ha dejado o no a su cónyuge, usted puede 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 entre las mujeres de edad, ya que está instalado desde hace mucho tiempo. Sus propios hijos pueden haber cortado los lazos, quizás porque no quieren tomar partido. Es más difícil encontrar una solución cuando se está aislado y no se conoce el tipo de ayuda disponible. Este es el caso de muchas mujeres de edad.

Ofrézcale su apoyo a la víctima. Hable con ella. Dígale que tiene derecho a acudir a ayuda confidencial. Si quiere saber más sobre el tema, muéstrele este folleto. Si ella lo desea, ofrézcale acompañarla en sus gestiones.

Combata los prejuicios

La sociedad promueve a menudo una imagen estereotipada de las parejas de edad. Uno piensa que todas las parejas viven felices y tranquilas, pero la violencia puede existir desde hace mucho tiempo atrás o aparecer a una edad avanzada. Si ya está presente, no desaparecerá con la edad. Al contrario, puede aumentar con el tiempo.

Además, recuerde que las personas de edad aún son activas sexualmente. Pueden, por lo tanto, sufrir la violencia sexual también.

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, no la deje de lado.

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 de edad 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 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 (VOZ)

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) y de la Table de concertation en violence conjugale de Montréal (www.tcvcm.ca) en versión PDF y Word en francés, inglés y español. 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:

- Ressources ethnoculturelles contre l'abus envers les aîné(e)s;
- Centre québécois de consultation sur l'abus envers les aînés del CSSS Cavendish;
- Lyse Monminy, École de travail social de la Universidad de Montreal y miembro del CRVIFF;
- Dr. Marie Beaulieu, titular de la Cátedra de Investigación sobre Maltrato de Personas Mayores de la Universidad de Sherbrooke.

Deposito legal: 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN: 978-2-550-65505-3 (versión impresa)

978-2-550-65506-0 (versión electrónica)

© Gouvernement du Québec, 2012