



Recursos sobre la Violencia Doméstica de la Ciudad de West Haven

El Departamento de Justicia de los Estados Unidos define la violencia doméstica como “un patrón de comportamiento abusivo en cualquier relación que es utilizado por una de las partes para obtener o mantener poder y control sobre su pareja íntima. La violencia doméstica puede manifestarse a través de acciones físicas, sexuales, emocionales, económicas o psicológicas, o amenazas de estas acciones, que afectan a otra persona. Esto incluye cualquier comportamiento que intimide, manipule, humille, aíse, asuste, aterrorice, coaccione, amenace, culpe, dañe, hiera o lastime a alguien”.

Crear conciencia sobre la violencia doméstica ayuda a romper el silencio, reducir el estigma y conectar a las personas sobrevivientes con la ayuda que necesitan. El apoyo de la comunidad puede salvar vidas, fomentar la sanación y prevenir futuros abusos. Ya sea que estés atravesando una situación de abuso o apoyando a alguien que lo está, saber a dónde acudir es fundamental.

Si estás buscando ayuda, ten en cuenta que tu seguridad y privacidad son nuestras principales prioridades. La información compartida a través de esta página o con las organizaciones aquí mencionadas se trata con la máxima confidencialidad. Si estás en peligro, por favor utiliza un dispositivo seguro y considera borrar el historial de tu navegador después de visitar esta página. Si necesitas ayuda inmediata, llama al 911.

¿Qué es la Violencia Doméstica?

La violencia doméstica no siempre es física. El abuso puede presentarse de muchas formas, y todas son dañinas. A continuación, se presentan los tipos más comunes:

- **Abuso Físico**

El abuso físico puede incluir acciones como golpear, abofetear, empujar, sujetar con fuerza, pellizcar, morder y jalar el cabello. También incluye conductas como negar el acceso a atención médica o forzar a una persona a consumir alcohol o drogas. Es importante recordar que el abuso no siempre proviene de una pareja íntima; puede venir de cualquier persona, como un familiar, cuidador, compañero de cuarto o conocido.

- **Abuso Emocional**

El abuso también puede manifestarse socavando la autoestima o el valor propio de una persona. Esto puede incluir críticas constantes, minimizar sus habilidades, insultarla o dañar su relación con sus hijos.

- **Abuso Psicológico**

El abuso psicológico puede abarcar una variedad de conductas, como infundir miedo a través de la intimidación, amenazar con hacerse daño a uno mismo, a la pareja, a los hijos o a seres queridos, destruir propiedades o mascotas, e incluso aislar a la pareja de su familia, amistades, escuela o trabajo.

- **Abuso Sexual**

El abuso sexual implica presionar o intentar presionar a alguien para tener relaciones sexuales sin su consentimiento. Esto puede incluir, pero no se limita a, la violación conyugal, ataques a partes sexuales del cuerpo, forzar actos sexuales tras una agresión física, o comportamientos sexualmente degradantes hacia la persona.

- **Abuso Financiero**

El abuso económico consiste en controlar o limitar la capacidad de una persona para obtener, usar o conservar los recursos financieros a los que tiene derecho. Esto puede incluir el uso de coerción, fraude o manipulación para restringir el acceso al dinero, bienes, crédito o información financiera. También puede implicar el uso injusto de recursos financieros de una persona, como dinero o propiedades, o ejercer una influencia indebida sobre sus decisiones económicas, como forzar el incumplimiento de obligaciones financieras compartidas, explotar poderes notariales o tutelas, o no actuar en el mejor interés de alguien bajo un deber fiduciario.

- **Abuso Tecnológico**

Es una conducta o patrón de acciones diseñadas para dañar, amenazar, controlar, acechar, acosar, suplantar, explotar, extorsionar o vigilar a alguien mediante el uso de tecnología. Esto puede incluir, pero no se limita a, dispositivos con conexión a internet, plataformas en línea, computadoras, teléfonos móviles, cámaras, aplicaciones, herramientas de rastreo de ubicación, tecnologías de comunicación o cualquier otra tecnología emergente.



La Violencia Doméstica Afecta a TODOS

La violencia doméstica puede afectar a cualquier persona, sin importar su raza, edad, orientación sexual, religión, sexo o identidad de género. Afecta a las víctimas, sus familias, amistades, compañeros de trabajo y a la comunidad en general. Los niños que presencian la violencia doméstica corren un riesgo especial, ya que esto puede causarles problemas sociales y físicos, además de normalizar la violencia, aumentando las probabilidades de que se conviertan en víctimas o agresores en el futuro.

Señales de Abuso

El abuso no siempre es fácil de reconocer, especialmente cuando ocurre de manera gradual. Muchas personas sobrevivientes se sienten confundidas, avergonzadas o tienen miedo de hablar. Si tú o alguien que conoces está experimentando alguno de los siguientes signos, podría ser una señal de abuso:

Señales Emocionales y de Comportamiento

- Miedo o ansiedad constante cerca de la pareja
- Sentirse aislado(a) o apartado(a) de amigos y familiares
- Baja autoestima o sentimientos de inutilidad
- Sentirse en tensión constante para evitar conflictos
- Culparse por el comportamiento de la pareja

Señales Físicas

- Moretones, cortes o heridas sin explicación
- "Accidentes" frecuentes o uso de ropa para ocultar lesiones
- Fatiga o dificultad para dormir
- Cambios en los hábitos alimenticios

Alertas en la Relación

- Una pareja excesivamente celosa o posesiva
- Ser vigilado(a) o acosado(a), incluso a través del teléfono o redes sociales
- Tener que pedir permiso para salir, ver amistades o gastar dinero
- Una pareja que insulta, humilla o amenaza con regularidad
- Ser obligado(a) a tener relaciones sexuales o sentirse inseguro(a) al decir "no"

Advertencias Financieras o Legales

- No tener acceso a tu propio dinero o cuentas bancarias
- Ser presionado(a) para dejar el trabajo o no recibir permiso para trabajar
- Que la pareja abra tarjetas de crédito o préstamos a tu nombre sin tu consentimiento



Recursos y Servicios Locales

New Haven Family Centered Services - Programa de Defensa de Víctimas en el Vecindario

El Programa de Defensa de Víctimas en el Vecindario (NVAP, por sus siglas en inglés) ofrece apoyo gratuito y confidencial a personas afectadas por el acoso escolar, la violencia doméstica, la agresión sexual, la trata de personas y otros delitos. El programa ayuda a las víctimas a entender sus derechos y explorar las opciones disponibles, además de ofrecer el apoyo esencial para recuperar la estabilidad después de vivir un trauma.

- Contacto: 203-624-2600
- Sitio web: [Neighborhood Victim Advocacy Program | Family Centered Services of CT](#)

BHcare - Centro Umbrella para Servicios de Violencia Doméstica

El Centro Umbrella para Servicios de Violencia Doméstica (UCDVS) ofrece servicios gratuitos y confidenciales a víctimas y sus hijos en dos centros ubicados en Shelton y New Haven. Los servicios están disponibles en 170 idiomas, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

- Contacto:
 - Líneas directas de crisis disponibles 24/7: (203) 736-9944 y (203) 789-8104
 - Línea gratuita: 1-888-774-2900
 - Para citas o contactar personal administrativo (lunes a viernes, 8:30 a.m. – 4:30 p.m.): (203) 780-2037
- Sitio web: [The Umbrella Center for Domestic Violence Services | BHcare](#)

Oficina de Servicios para Víctimas del Poder Judicial - Judicial Branch Office of Victim Services

La Oficina de Servicios para Víctimas del Poder Judicial ofrece defensa, programas y servicios para ayudar a las víctimas y sobrevivientes de delitos con los impactos emocionales, financieros y otros, además de brindar apoyo durante el proceso judicial.



- Contacto: 1-800-822-8428
- Sitio web: [OVS Victim Resources - CT Judicial Branch](#)

Departamento de Servicios de Salud Mental y Adicciones – *Servicios de Crisis*

- Servicios de crisis móviles para adultos – Brinda apoyo en salud mental las 24 horas del día a personas en crisis.
 - Contacto: 203-878-6365
- Servicios de crisis para jóvenes
 - Contacto: 211
- Línea de Prevención del Suicidio y Crisis
 - Contacto: 988
- Access Line CT – Acceso 24/7 a tratamiento por uso de sustancias, incluyendo desintoxicación y transporte.
 - Contacto: 1-800-563-4086