

# SI SUFRES VIOLENCIA PODEMOS AYUDARTE

La **violencia** que padecen las **mujeres** a manos de sus **parejas** o **exparejas** es también un **problema de salud**

En **este centro** estamos preparados para **prestarte apoyo**

## CUENTA CON NOSOTROS

Cuenta con nosotros

La **violencia** que se ejerce sobre las mujeres a manos de sus **parejas o exparejas** supone un atentado contra los derechos humanos y representa un importante problema de Salud Pública.

**Cualquier mujer** independientemente de su edad, estado civil, raza, nacionalidad, nivel cultural o nivel socioeconómico puede sufrir violencia.

Esta violencia que se ejerce sobre las mujeres tiene **consecuencias para su salud** con aparición de múltiples signos y síntomas físicos, psicológicos y sociales.

No se precisa llegar a una violencia física grave para **destruir la salud** y el bienestar de la mujer.

Esta violencia que se ejerce sobre las mujeres tiene también consecuencias para la **salud de sus hijas e hijos**.

## ¿CÓMO PUEDES RECONOCER QUE ESTÁS SUFRIENDO VIOLENCIA?

### Señales de alerta

- Si controla continuamente tu tiempo.
- Si te humilla frente a los demás.
- Si te desanima constantemente a salir o relacionarte con amistades y familiares.
- Si no quiere que estudies o trabajes fuera de casa.
- Si controla tus gastos y te obliga a rendir cuentas.
- Si rompe y destruye objetos de valor sentimental para tí.
- Si es celoso, posesivo y te acusa infundadamente de ser infiel y coquetear.
- Si te insulta.
- Si te amenaza.
- Si te agrede.
- Si te fuerza a mantener relaciones sexuales.
- Si te desautoriza continuamente delante de tus hijos e hijas y los utiliza contra tí.

## ¿QUÉ PUEDES HACER?

Si consideras que puedes estar sufriendo alguna situación de violencia...

EN ESTE CENTRO ESTAMOS **preparados para ayudarte, SI TÚ LO DESEAS.**