

El **SLIM** te escucha,  
orienta y protege



# ¿CÓMO PREVENIMOS LA VIOLENCIA?

## TIPOS DE VIOLENCIA

**CARTILLA EXPLICATIVA DEL SLIM**  
(Servicio Legal Integral Municipal)

SECRETARÍA DE DESARROLLO HUMANO – DIRECCIÓN DE GÉNERO GENERACIONAL Y FAMILIA

**NÚMERO DE EMERGENCIA 4321178 24 HORAS**  
**JEFATURA DE SLIM: PLAZA COLÓN ACERA ESTE**

# ESTIMADO/A LECTOR/A:

El SLIM (Servicio Legal Integral Municipal) del Gobierno Autónomo Municipal de Cochabamba, comprometido con la promoción de relaciones interpersonales basadas en principios, valores y los Derechos Humanos, ha elaborado esta cartilla con la intención de informar a la ciudadanía sobre los diferentes tipos de violencia que hay, para reflexionar y evitar este tipo de actitudes que vulneran los derechos más fundamentales de las personas.

Entendemos que la violencia es un fenómeno estructural de múltiples dimensiones y que corresponden a diversas instituciones y actores sociales poner su granito de arena para ir construyendo una sociedad con menores índices de violencia, en especial de violencia en razón de género.



# La violencia contra la mujer.

Es "cualquier acción u omisión, abierta o encubierta, que cause la muerte, sufrimiento o daño físico, sexual o psicológico a una mujer u otra persona, le genere perjuicio en su patrimonio, en su economía, en su fuente laboral o en otro ámbito cualquiera, por el sólo hecho de ser mujer. (Ley 348 Artículo 6)

## ¿Por qué ocurre la violencia contra la mujer?

En términos generales, la violencia contra la mujer por parte de su pareja se debe a la formación machista del varón, al mito de la supuesta inferioridad del sexo femenino, a su situación de desigualdad en la sociedad y a la dependencia económica. También, a que muchas mujeres desconocen sus derechos, a la falta de autoconfianza, a la falta de educación y a las presiones sociales.



# ¿Cómo puedo darme cuenta si mi vida está en peligro?

En muchas ocasiones las víctimas de violencia de género no son conscientes de que son víctimas, o suelen negarlo pensando que es “normal” la violencia, justifican los malos tratos.

**NO MÁS  
VIOLENCIA  
DE GÉNERO**



Mencionaremos algunas señales de alerta para identificar una situación de violencia de género:

## Indicadores psicológicos de que tu pareja puede ser un potencial agresor o agresora:

- Critica permanentemente tu apariencia física, tu forma de hablar, vestir, de reír, etc.
- Te grita e insulta, te hiere y humilla incluso delante de otras personas.
- Te trata como si fueses inferior a él o tonta.
- Hay temporadas que no te habla.
- No se preocupa por cómo te sientes, el centro de todo es él. Actúa como si fueras su empleada y no su pareja o esposa.

- Exige con gritos o amenazas obediencia ante sus caprichos.
- No hace un reparto justo del cuidado de los niños/as y de los quehaceres domésticos.
- No te permite salir de casa, se enoja si quieres ir a visitar a un pariente o amiga.
- Tiene celos de tus amigas y no quiere que salgas con ellas. Controla tu tiempo.
- No comparte lo que gana y te da centavos para la mantención del hogar.
- Usa tu dinero y toma decisiones económicas sin consultarte.
- Interfiere en tu relación con los miembros de tu familia e intenta que no veas o hables con ellos.
- Teme y no te deja relacionarte con varones y te acusa de tener una aventura con otra persona.
- No quiere que estudies o hagas actividades de formación.
- No te deja trabajar fuera de casa o te pone condiciones.
- Te culpa de su conducta violenta.



- Intenta convencer a tus amigos/as, familia o hijos/as de que “estás loca”, que eres inestable emocionalmente.
- Amenaza con quitarte los/as niños/as.
- Te dice que no sirves para nada, que eres una basura.
- Amenaza con quitarte a tus hijas e hijos en caso de dejarlo.
- Amenaza con hacerte daño a ti o a tu familia.
- Él revisa tu teléfono móvil y las redes sociales.
- Tu pareja muestra celos frecuentemente.
- No llega a dormir y se enoja cuando le pides explicación.
- No expresas tus opiniones libremente por miedo a la reacción de él. Tienes miedo hablar.

## Indicadores físicos de que tu vida corre peligro:

- Te golpea en la cabeza y la cara.

En ocasiones los golpes son tan fuerte que te ha dejado en

- cama varios días o hasta has llegado al hospital.
  - Te empuja o aparta violentamente, te pega o pellizca en el cuerpo y/o brazos, te tira al suelo, te da patadas, te pisotea, te lanza objetos peligrosos, te hace sangrar, o te hace moretones, te escupe, etc.
  - Ha intentado estrangularte.
  - Hace que temas por tu vida.
- 

## Indicadores sexuales:

- Te exige tener relaciones sexuales lo desees o no y/o te fuerza físicamente a tenerlas.
  - Te hace daño cuando tienes relaciones sexuales, se burla.
  - Te obliga a prácticas sexuales con las que no estás de acuerdo.
- Indicadores de

## Indicadores de actitud:

- Trata sin respeto a su madre o padre. Si trata así a las personas que más se debe respetar¿Cómo te tratará a ti?
  - Constantemente pierde el control y tiene momentos de ira en encuentros deportivos. Si cada que tiene un encuentro deportivo riñe o pelea con sus compañeros, tiene serios problemas con su autocontrol. Eso es muy peligroso.
  - Cambia de personalidad en cuanto conduce un vehículo motorizado (automóvil o motocicleta). No respeta a los transeúntes, no respeta las señales de tránsito, tiende a discutir con otros conductores o conduce peligrosamente poniendo a la población y a sí mismo en riesgo.
  - Maltrata a los animales, hace que peleen y disfruta observándoles cómo se hacen daño.
- 

## El ciclo de la violencia:

En toda relación de pareja hay conflictos y problemas, lo importante es saber dialogar y llegar a acuerdos para solucionar los problemas. Cuando el diálogo es remplazado por la violencia surge una situación conocida como: Círculo de la violencia.

Existen tres fases en que se produce y reproduce la violencia: luna de miel, acumulación de tensión y estallido de violencia. La repetición permanente de estos 3 momentos da origen al llamado "Círculo de la violencia".



**Luna de miel inicial:** Cuando una relación sentimental inicia todo el hermoso, casi no hay problemas.

**Acumulación de tensión:** Esta es la fase más difícil de identificar, su elemento principal es la violencia psicológica, en la cual el agresor manifiesta cada vez mayor irritabilidad, enojo y intolerancia: insulta, aísla, crítica, humilla, responsabiliza de su estado de ánimo a la mujer; cela, deja de hablar, discute y no te permite hablar, entre otras cosas.

En estas circunstancias la mujer suele justificar la conducta agresiva con frases como “yo lo provoqué” o “me cела porque me quiere”, “Ya cambiará”.

**Estallido de violencia:** Es el resultado de la tensión acumulada. Se pierde toda posibilidad de comunicación con el agresor y éste descarga violentamente sus tensiones causando lesiones o incluso la muerte de la mujer. Después del incidente violento, es posible que el mismo agresor cure las lesiones de su víctima o la lleve al hospital argumentando que se trató de un “accidente”.



**Arrepentimiento** En esta fase se inicia un periodo de reconciliación, el agresor se muestra arrepentido, no por el hecho de haber estallado sino por haberse excedido en la manera de hacerlo, pide disculpas y promete que el incidente no volverá a suceder.

**El círculo de la violencia** ayuda a comprender que la violencia genera violencia y que si no es parada a tiempo puede que la misma acabe trágicamente.

Lo que la mayoría de las mujeres desconoce es que cuando la violencia se haga más frecuente severa, las víctimas desarrollarán síntomas depresivos, apatía, indefensión y desesperanza. No actuar a tiempo podría causar daños irreparables en su salud y, en un caso extremo, la muerte.

## ¿Qué tipos de violencia hay?

A fin de saber reconocer los tipos de violencia que sufren las mujeres, identificaremos a cada uno de ellos basándonos en el artículo 7 de la Ley 348, Ley Integral para Garantizar a las mujeres Una Vida Libre de Violencia.

**1. Violencia física.** Es toda acción que ocasiona lesiones y/o daño corporal, interno, externo o ambos, temporal o permanente, que se manifiesta de forma inmediata o en el largo plazo, empleando o no fuerza física, armas u otro medio.

**2. Violencia feminicida.** Es la acción de extrema violencia que viola el derecho fundamental a la vida y causa la muerte de la mujer.

**3. Violencia psicológica.** Es el conjunto de acciones sistemáticas de desvalorización, intimidación y control del comportamiento, y decisiones de las mujeres, que tienen como consecuencia la disminución de su autoestima.



**4. Violencia mediática.** Es aquella producida por los medios masivos de comunicación a través de publicaciones, difusión de mensajes e imágenes estereotipadas que promueven la sumisión y/o explotación de mujeres.

**5. Violencia simbólica y/o encubierta.** Son los mensajes, valores, símbolos, íconos, signos e imposiciones sociales, económicas, políticas, culturales y de creencias religiosas que transmiten, reproducen y consolidan relaciones de dominación, exclusión, desigualdad y discriminación.

**6. Violencia contra la dignidad, la honra y el nombre.** Es toda expresión verbal o escrita de ofensa, insulto, difamación, calumnia, amenaza u otras, tendenciosa o pública, que desacredita, descalifica, desvaloriza, degrada o afecta el nombre, la dignidad, la honra y la reputación de la mujer.



**7. Violencia sexual.** Es toda conducta que ponga en riesgo la autodeterminación sexual, tanto en el acto sexual como en toda forma de contacto o acceso carnal, genital o no genital, que amenace, vulnere o restrinja el derecho al ejercicio a una vida sexual libre segura, efectiva y plena, con autonomía y libertad.

**8. Violencia contra los derechos reproductivos.** Es la acción u omisión que impide, limita o vulnera el derecho de las mujeres a la información, orientación, atención integral y tratamiento durante el embarazo o pérdida, parto, puerperio y lactancia; a decidir libre y responsablemente el número y espaciamiento de hijas e hijos.

**9. Violencia en servicios de salud.** Es toda acción discriminadora, humillante y deshumanizada y que omite, niega o restringe el acceso a la atención eficaz e inmediata y a la información oportuna por parte del personal de salud



**10. Violencia patrimonial y económica.** Es toda acción u omisión que al afectar los bienes propios y/o gananciales de la mujer, ocasiona daño o menoscabo de su patrimonio, valores o recursos; controla o limita sus ingresos económicos y la disposición de los mismos, o la priva de los medios indispensables para vivir.

**11. Violencia laboral.** Es toda acción que se produce en cualquier ámbito de trabajo por parte de cualquier persona de superior, igual o inferior jerarquía que discrimina, humilla, amenaza o intimida a las mujeres.



**12. Violencia en el Sistema Educativo Plurinacional.** Es todo acto de agresión física, psicológica o sexual cometido contra las mujeres en el sistema educativo regular, alternativo, especial y superior.

### **13. Violencia en el Ejercicio Político y de Liderazgo de la Mujer.**

Entiéndase lo establecido en el Artículo 7 de la Ley N° 243, Contra el Acoso y la Violencia Política hacia las Mujeres.



**14. Violencia Institucional.** Es toda acción u omisión de servidoras o servidores públicos o de personal de instituciones privadas, que implique una acción discriminatoria, prejuiciosa, humillante que retarde, obstaculice, menoscabe o niegue a las mujeres el acceso y atención al servicio requerido.

**15. Violencia en la Familia.** Es toda agresión física, psicológica o sexual cometida hacia la mujer por el cónyuge o ex-cónyuge, conviviente o ex-conviviente, o su familia, ascendientes, descendientes, hermanas, hermanos, parientes civiles o afines en línea directa y colateral, tutores o encargados de la custodia o cuidado.

**16. Violencia Contra los Derechos y la Libertad Sexual.** Es toda acción u omisión, que impida o restrinja el ejercicio de los derechos de las mujeres a disfrutar de una vida sexual libre, segura, afectiva y plena o que vulnere su libertad de elección sexual.

**17.** Cualquier otra forma de violencia que dañe la dignidad, integridad, libertad o que viole los derechos de las mujeres.



El **SLIM** te escucha,  
orienta y protege

**Cocho**  
somos familia



**SLIM**

SERVICIOS LEGALES INTEGRALES MUNICIPALES

NÚMERO DE EMERGENCIA 4321178 24 HORAS  
JEFATURA DE SLIM: PLAZA COLÓN ACERA ESTE