



La violencia doméstica no cesa
cuando usted se va a trabajar:

¿Cómo ayudar o apoyar a una compañera de trabajo que lo necesite?



Si a usted le maltratan en casa o en el trabajo, no está sola. Si usted es una víctima o un/a compañero/a de trabajo preocupado/a por la seguridad de alguien, las personas de su lugar de trabajo y de la comunidad lo/la pueden ayudar. Este folleto describe las señales de alerta en caso de violencia doméstica y los pasos que usted puede seguir para conseguir la ayuda que necesita o para ofrecerle su apoyo a una persona que lo necesite en su lugar de trabajo.

Violencia doméstica

La violencia doméstica es un patrón de comportamiento que una persona sigue para tener el poder y el control de otra con quien tiene una relación íntima o la tuvo anteriormente. Este patrón de comportamiento incluye el maltrato físico, emocional, psicológico y verbal, el abuso sexual, el acecho y el uso de aparatos electrónicos para acosar y controlar.

¿Quiénes son las víctimas de la violencia doméstica?

Cualquier persona puede ser víctima de violencia doméstica, sin importar su edad, raza, religión, orientación sexual, estatus económico o educación. El agresor puede ser el cónyuge actual o anterior o una pareja íntima, un miembro de la familia o un/a amigo/a.

La violencia doméstica puede ocurrir entre personas:

- que tienen actualmente una relación íntima o que la tuvieron en el pasado;
- adultos o adolescentes;
- de cualquier origen racial, estatus económico, formación educativa y religiosa;
- que tienen relaciones heterosexuales y homosexuales y:
 - viven juntas o separadas,
 - están casadas o no
 - tienen una relación a corto o a largo plazo.

Si bien los hombres pueden ser víctimas de la violencia doméstica, las mujeres constituyen la inmensa mayoría de estos casos.

¿Son frecuentes los casos de violencia doméstica?

Entre los años 2002 y 2007, Ontario revisó 230 muertes relacionadas con violencia doméstica (142 mujeres, 23 niños y 65 hombres).

- La mayoría de los hombres que murieron fueron agresores que se suicidaron después de asesinar o intentar de asesinar a su pareja o expareja.
- En el 92 % de los casos, las víctimas eran mujeres y los agresores eran hombres.
- El factor de riesgo más común en el homicidio doméstico fue la separación de la pareja o una separación pendiente.

El informe anual del Comité de Revisión de Muertes por Violencia Doméstica del Departamento Forense de Ontario (*Ontario Coroner's Domestic Violence Death Review Committee*) observó que en la mayoría de los casos, las víctimas eran mujeres y los agresores eran hombres. Por esta razón, en este folleto usamos “ella” cuando nos referimos a la víctima y “él” cuando nos referimos al agresor.



Señales de alerta en caso de violencia doméstica*

Si ha notado alguno/s de estos comportamientos o usted mismo/a se ha comportado de esta manera, es hora de hacer algo:

Agresor

- Él la humilla.
- Él habla siempre y domina la conversación.
- Él la controla todo el tiempo, hasta en el trabajo.
- Él trata de sugerir que él es la víctima y actúa como si estuviera deprimido.
- Él trata de mantenerla lejos de su familia y amigos/as.
- Él actúa como si ella fuera de su propiedad.
- Él miente y exagera para dar una buena impresión de sí mismo.
- Él cree que es superior y más importante que las demás personas en su casa.

Víctima

- Ella pide disculpas y se excusa por el comportamiento de él o se pone agresiva y se enoja.
- Ella se pone nerviosa cuando él está presente.
- Ella parece enfermarse más a menudo y falta al trabajo.
- Ella trata de cubrir sus moretones.
- Ella da excusas de último minuto cuando cancela o pospone las citas con sus amigos/as y familiares.
- Ella trata de evitar encontrarse con amigos/as y familiares en la calle.
- Ella parece estar triste, sola, distante y tiene miedo.
- Ella consume drogas o alcohol para sobrellevar la situación.

*Nota: La investigación realizada sobre las señales de abuso en la violencia doméstica y los factores de riesgo se ha concentrado en los agresores que son hombres y en las víctimas que son mujeres. Se desconoce si son las mismas señales de alerta las que se presentan en aquellas situaciones en que la mujer es la agresora y el hombre es la víctima o en las que ambas personas son del mismo sexo.

Señales de alto riesgo

El peligro puede ser aun mayor si:

Agresor

- Él tiene acceso a ella y a sus hijas/os.
- Él tiene acceso a armas.
- Él tiene antecedentes de abuso con ella o con otras personas.
- Él la ha amenazado con lastimarla o matarla si ella lo deja; él le dice: “Si no eres mía, no serás de nadie más”.
- Él la amenaza con lastimar a sus hijos/as, sus mascotas o dañar sus bienes.
- Él la ha amenazado con que se va a suicidar.
- Él le ha pegado y/o ha intentado ahorcarla.
- Él está pasando por cambios importantes en su vida (p. ej. trabajo, separación y depresión).
- Él está convencido de que ella sale con otra persona.
- Él la culpa por echar a perder su vida.
- Él no busca ayuda para cambiar su comportamiento.
- Él la vigila, escucha sus conversaciones telefónicas, lee sus correos electrónicos y la sigue.
- A él le cuesta mantener un trabajo.
- Él consume drogas o alcohol todos los días.
- Él tiene poco o nada de respeto por la ley.

Víctima

- Ella se acaba de separar o planifica dejarlo.
- Ella teme por su vida y por la seguridad de sus hijos/as.
- Ella está luchando por conseguir la custodia de sus hijos/as o tiene hijos de una relación anterior.
- Ella tiene otra pareja.
- Ella tiene lesiones que esconde ante los demás.
- Ella no tiene acceso a un teléfono, excepto en el trabajo.
- Ella tiene otros obstáculos (p. ej., ella no habla inglés, todavía no es residente legal en Canadá o vive en una zona alejada).
- Ella no tiene familiares ni amigos/as fuera del trabajo.

Muchas de las muertes relacionadas con la violencia doméstica en Ontario ocurrieron cuando la relación estaba a punto de terminar o justo después de la separación. Si una de sus empleadas tiene una pareja agresiva y se acaba de separar o piensa hacerlo, manténgase alerta al riesgo potencial.

Tome muy en serio si él la acecha. Se ha identificado el acecho como uno de los factores de riesgo primarios en casos de homicidio o de intento de homicidio de mujeres que tienen una relación íntima. Aunque tenga una orden de restricción, no hay nada que garantice que el agresor la respete. Avísele a la policía o a su empleador/a si la están acechando o si se viola una orden de restricción.



¿Cómo le puede afectar la violencia doméstica en su trabajo?

La violencia doméstica no cesa cuando usted se va a trabajar. La puede seguir a su trabajo o continuar ahí en caso de que el agresor trabaje en la misma organización.

Éstas son algunas formas en que el agresor puede tratar de controlarla fuera de casa:

Intentos para evitar que la víctima consiga o busque trabajo como es el caso de:

- Interferir en la transportación al esconderle o robarle las llaves del automóvil o el dinero para pagar el transporte.
- Esconder o robar los documentos de identificación de la víctima.
- Amenazar con hacer que la deporten en caso de patrocinio.
- Incumplir con el cuidado de los hijos/as.
- Encerrar a la víctima en un lugar.

Formas para molestar a la víctima en el trabajo:

- Llamar a la víctima por teléfono con frecuencia o enviarle muchos correos electrónicos.
- Acechar y/o vigilarla.
- Presentarse en su trabajo y molestar a sus compañeros de trabajo haciéndoles preguntas acerca de la víctima (dónde está, con quién, a qué hora va a regresar, etc.).
- Mentirle a los compañeros de trabajo (hoy está enferma, salió de viaje, está en casa cuidando a un/a hijo/a enfermo/a, etc.).
- Amenazar a los compañeros de trabajo (“Si no me dices, te voy a...”).
- Maltratar verbalmente a la víctima o a sus compañeros de trabajo.
- Mostrarse celoso o controlador.
- Destruir la propiedad de la víctima o de la organización.
- Lastimar físicamente a la víctima y/o a sus compañeros de trabajo.

Recuerde que este tipo de comportamiento lastima tanto a la víctima como a sus compañeros de trabajo.

No siempre es fácil poder reconocer los comportamientos, las tácticas y las señales del maltrato doméstico, aún cuando sea usted quien los sufra. El maltrato doméstico es mucho más que la violencia física, y de manera consciente, las víctimas de abuso por parte de su pareja reportan que la situación empeora con el tiempo.

¿Cómo puede ayudar?

Éstas son algunas sugerencias para apoyar a la víctima:

- Háblele sobre lo que usted ve y asegúrele que está preocupado/a. Dígale que le cree y que no es culpa de ella.
- Si ella no quiere hablar con usted sobre el maltrato que sufre en ese momento, puede decirle con amabilidad: "La he notado alterada y temo por usted y por su seguridad. Le quiero decir que cuando se sienta lista para hablar, yo estaré aquí para escucharla. Tenga paciencia; puede que ella logre hablar con usted con el paso del tiempo.
- Dígale que teme por ella y por la seguridad de sus hijos/as y que existe la ayuda que necesita. El abuso no desaparece, sino que aumenta conforme pasa el tiempo.
- Escúchela sin juzgarla, mostrándole su preocupación y apoyo, pero sin darle ninguna sugerencia de lo que podría hacer.
- Convénzala de que no enfrente a su pareja si piensa dejarlo. Debe proteger su seguridad.
- Dígale que ya sea usted o ella puede llamar a la línea de ayuda para mujeres víctimas de violencia, al refugio para mujeres maltratadas de su localidad o a la policía en caso de emergencia. Ofrézcase a apoyarla cuando ella hable con su empleador/a.

Éstas son algunas sugerencias para apoyar al agresor:

- Escoja el lugar y el momento adecuados para hablar a fondo.
- Acérquese a él cuando esté tranquilo.
- Hable de manera directa y clara acerca de lo que ha visto y hágale notar que su comportamiento es inapropiado.
- Dígale que él es responsable de sus actos. Evite hacer comentarios que lo juzguen como persona. No preste atención a su intento de culpar a otros por su comportamiento.
- Infórmele que debe cambiar su comportamiento y que puede buscar ayuda en el Programa de Asistencia para el Empleado u orientación psicológica en la comunidad.
- Dígale que le preocupa la seguridad de su pareja y la de sus hijos/as.
- Nunca discuta con él por sus actos agresivos ni intervenga físicamente. Reconozca que una actitud de confrontación o agresiva puede empeorar la situación y poner a la víctima en mayor riesgo.
- Si sospecha de que uno de sus compañeros de trabajo maltrata a alguien, infórmele al/a supervisor/a o al/a la empleador/a.
- Llame a la policía si piensa que la seguridad de la víctima corre riesgo.
- **Siempre manténgase a salvo. No se ponga en medio de un acto violento. Llame a la policía en caso de emergencia.**

La mejor forma en que los compañeros de trabajo pueden ayudar a la víctima es manteniendo su confianza, siendo discretos/as con la información y preocupándose por su seguridad. Hable con ella, dígale que le cree y ánimela a buscar ayuda.

Tal vez sea difícil hablar con el agresor. Quizá tema que se torne violento con usted o con sus compañeros de trabajo. Sin embargo, en ningún momento ignore su comportamiento porque puede empeorar la situación si no se hace nada. La policía y los orientadores psicológicos están capacitados para responder en casos de violencia. Busque ayuda si teme por su seguridad.



Solicite ayuda a su empleador/a

La seguridad del empleado es una prioridad para los empleadores. Al trabajar con usted, el/la empleador/a puede reducir los riesgos de brotes de violencia.

El/La empleador/a está en la posición de ayudarla. El/La empleador/a debe mantener la confidencialidad en base a lo que se necesite saber del caso, pero puede tomar medidas para protegerla a usted y a sus compañeros de trabajo. Algunas de las acciones que usted puede llevar a cabo son:

- Solicitarle ayuda a su empleador/a para diseñar un plan de seguridad que considere sus necesidades en el trabajo.
- Mantener a su empleador/a informado/a de cualquier amenaza o acto de agresión.
- Preguntar si se pueden filtrar las llamadas que reciba o si puede cambiar su número de teléfono y/o bloquear los correos electrónicos que el agresor le envíe.
- Solicitar que le den un lugar de estacionamiento preferencial cerca del edificio o que la acompañen a su vehículo o a tomar el transporte público.
- Pedir que la transfieran y que no se dé a conocer su nueva ubicación.
- Explorar diferentes acuerdos de trabajo (p. ej., cambio de horario de entrada y de salida) para que sus actividades en el trabajo no sean tan predecibles.
- Ofrecerle una foto reciente o una descripción del agresor a seguridad/recepción para que lo puedan identificar.

Una vez que el/la empleador/a esté consciente de que la violencia doméstica ha entrado al lugar de trabajo o de que podría hacerlo, se deben tomar medidas para proteger a todos los trabajadores, incluyendo a la víctima.

Otras medidas que usted puede tomar para aumentar su seguridad:

- Reciba orientación a través del Plan de Asistencia al Empleado (*Employee Assistance Plan*), de terapeutas comunitarios, de un refugio para mujeres maltratadas de su localidad o de la línea de ayuda para mujeres víctimas de violencia.
- Anote todos los incidentes de maltrato o abuso (incluya la fecha, lo que se dijo y/o hizo, los testigos) y guarde todos los mensajes de voz y correos electrónicos en los que reciba amenazas.
- Mencione su lugar de trabajo en las órdenes de protección/de restricción; infórmele de esto a su empleador/a y dele copias de tales órdenes.

Para más información, revise el folleto titulado *La violencia doméstica no cesa cuando su empleada llega al trabajo: Información que necesita saber el/la empleador/a para poder ayudar.*

Su seguridad es de suma importancia. Si teme por ella o por la de los que le rodean, llame a la policía.

Medidas adicionales de seguridad

Pida ayuda. Es importante recibir apoyo si usted o un compañero de trabajo sufre de abusos. Si siente que no puede hablar de su situación con alguien en el trabajo, llame al Plan de Asistencia al Empleado para pedir orientación. También puede solicitar información sobre una gama de servicios como orientación, diseño de un plan de seguridad, refugio y asesoría legal en el refugio para mujeres maltratadas de su localidad.

Otra opción es la línea de ayuda para mujeres víctimas de violencia que ofrece servicio las 24 horas (1-866-863-0511 y TTY (Dispositivo de Telecomunicación para Sordos) 1-866-863-7868). Ellos la pueden ayudar a diseñar un plan de seguridad, a conseguir lugar en un refugio para mujeres maltratadas de su localidad o a ponerse en contacto con otros servicios de la comunidad. El servicio es anónimo y confidencial y el número de llamada gratuita no aparecerá en su recibo telefónico. Ofrecen servicio en 154 idiomas.

Si está preocupado/a por su compañero/a de trabajo, la línea de ayuda también le puede ofrecer el apoyo que necesita. Ellos le hablarán de las señales de abuso y le darán consejos prácticos para brindar ayuda. También puede obtener más información en www.NeighboursFriendsandFamilies.on.ca. Este sitio explica cómo se puede ayudar a las mujeres que corren el riesgo de sufrir abusos, cómo hablar con los hombres agresivos y cómo diseñar un plan de seguridad.

Para más información sobre los servicios de la línea de ayuda para víctimas de violencia, visite: www.awhl.org. Si teme por su seguridad inmediata, llame a la policía.

Todas las personas en Ontario, incluyendo a los profesionales que trabajan con niños, deben informarle de inmediato a la Sociedad Protectora de los Niños (Children's Aid Society, CAS, por sus siglas en inglés) cuando tengan suficientes razones para creer que un niño necesita protección o que podría necesitarla. Si usted está preocupado(a) por algún niño, póngase en contacto con la oficina más cercana de CAS. Puede ofrecer los detalles sin tener que dar su información personal. Ellos le informarán si es necesario que haga una denuncia formal.

Este folleto fue preparado en conjunto con el Gobierno de Ontario, la Dirección de Mujeres de Ontario (*Ontario Women's Directorate*) y el Consejo de Salud y de Seguridad Ocupacional de Ontario (*Occupational Health and Safety Council of Ontario*); además contó con las consideraciones del Centro de Investigación y Educación sobre la Violencia Contra las Mujeres y los Niños (*Centre for Research and Education on Violence Against Women and Children*).

- Available in English
- Disponible en français
- Disponível no português
- 有簡體中文版
- 有繁體中文版

Febrero del 2010

Product # PH-BV100-S-100329-TOR-002