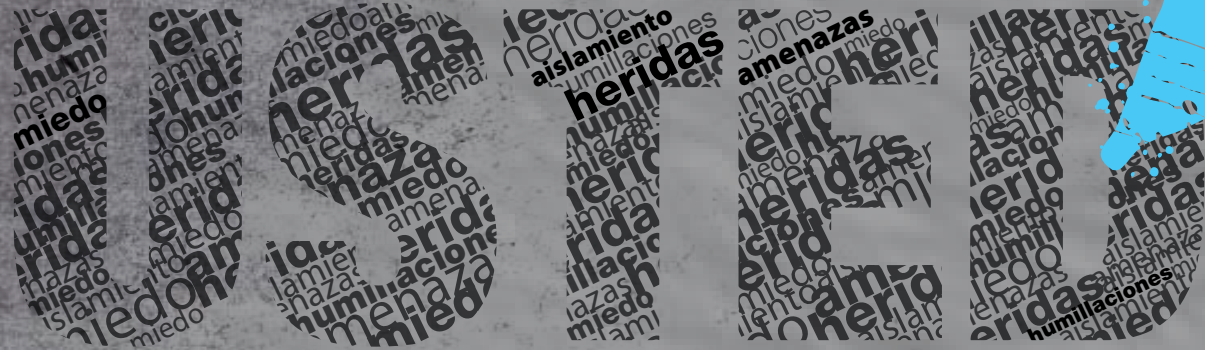


Si usted es  
**una mujer  
con  
discapacidad,**

este folleto  
puede interesarle.



# ¿Se reconoce en algunas de estas situaciones?

¿Reconoce a alguna persona de su entorno?

- Necesito ayuda técnica o humana para funcionar en la vida cotidiana.
- Salgo muy poco de mi casa.
- Tengo problemas para comunicarme en francés o en inglés.
- No tengo confianza en mí misma.
- Me veo con poca gente aparte de mi cónyuge.
- Me siento culpable con respecto a mi cónyuge porque me ayuda.
- Tengo el estatuto de inmigrante patrocinado.
- Estoy limitada en mis actividades debido a la falta de servicios y de lugares accesibles.
- Nunca pude tener un empleo.
- Tengo un empleo para el cual estoy sobrecalificada y que está mal remunerado.
- No me escuchan ni me toman en serio a causa de los prejuicios con respecto a mi discapacidad.

En este folleto, el término “cónyuge” designa toda persona con la cual usted tiene o ha tenido una relación afectiva e íntima.

**Me quedo con mi cónyuge porque:**

- Lo amo y me ama.
- Tengo miedo de quedarme sin dinero y sin un lugar donde vivir.
- Su ayuda me facilita la vida cotidiana, por ejemplo en materia de interpretación, alimentación, acompañamiento y otras cosas.
- Tengo miedo de no encontrar otra pareja, ya sea porque la comunidad es pequeña o bien por criterios de belleza.
- El matrimonio es muy importante para mí.

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

## Mi cónyuge:

- Me rebaja, me humilla en público, me trata de loca, me echa la culpa de todo.
- Se burla de mí delante de mis hijos, ridiculiza lo que hago y lo que digo.
- Me amenaza con mandarme de vuelta a mi país de origen.
- Se niega a que yo reciba ayuda de una persona desconocida.
- Rompe o amenaza con romper objetos a los que les tengo cariño o las cosas que necesito, tales como mi silla de ruedas o mi transcriptor en braille.
- Quiere siempre saber dónde y con quién estoy.
- Critica a mis seres queridos.
- Habla siempre a mis hijos en francés en lugar de hacerlo en lenguaje de signos de Québec.
- Controla mis gastos, gasta todo mi dinero.
- Me amenaza con dejarme en una institución, me amenaza con privarme de los cuidados que necesito.
- Expresa mis necesidades en lugar mío.

**Un día, me tiró al suelo con mis muletas. Allí me di cuenta de que yo dependía completamente de él.**

**¿Sí?**

**Estos comportamientos son todos ejemplos de violencia conyugal.**

**Este folleto le concierne.**

## Mi cónyuge:

- Me contacta continuamente por teléfono, SMS o correo electrónico, o me sigue todo el tiempo, incluso si ya no estamos juntos.
- Me amenaza con hacerme perder mi lugar en la comunidad.
- Se burla de mí cuando hablo en lenguaje de signos de Québec.
- Me hace esperar en posiciones humillantes antes de venir a ayudarme.
- Me empuja, me abofetea, me ata, me pellizca, me estrangula, me quema, me da patadas, me trata bruscamente al ayudarme.
- Me amenaza con lastimarme o matarme.
- Me amenaza con hacer daño a las personas que yo quiero o con quitarme los niños.
- Me impone relaciones sexuales o gestos íntimos no deseados, o me amenaza con recurrir a prostitutas.

# 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.

Para controlarla, su cónyuge siembra la duda y la confusión, diciéndole que todo es su culpa o que usted es violenta.

Para dominarla, su cónyuge recurre a la violencia física y verbal.

**Me ayudaba a caminar y yo lo encontraba atento. Cuando engordé por culpa de la cortisona, empezó a decirme cosas hirientes, que ya nadie me iba a mirar, que ya no podría atraer a nadie. Yo me miraba en el espejo y me decía que él tenía razón.**

La violencia conyugal puede manifestarse en una relación heterosexual u homosexual.

**Mi cónyuge me decía que era horrible escuchar mi voz. ¡Que parecía un grito de cerdo! No me dejaba hablar y tomaba todas las decisiones en mi lugar.**

**La violencia conyugal no se detiene por sí sola, ni con el tiempo ni con amor.**

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 practicar o no una religión.

Puede estar en situación de discapacidad o no.

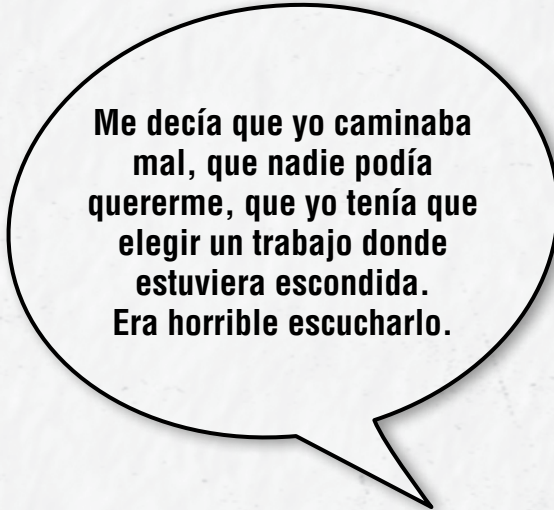
# La violencia conyugal no se limita a golpes y heridas físicas

## La violencia psicológica es menos visible, pero igualmente devastadora.

- Ser a menudo rebajada, tratada de loca, ridiculizada con respecto a su cuerpo o a su sexualidad.
- Ser controlada con frecuencia en sus idas y venidas.
- Verse continuamente impedida de frecuentar a sus seres queridos.
- Ser amenazada con ser internada en un centro para discapacitados.

## 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.



Me decía que yo caminaba mal, que nadie podía quererme, que yo tenía que elegir un trabajo donde estuviera escondida. Era horrible escucharlo.

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

- Tener que mendigar dinero.
- Ser controlada en sus gastos.
- Verse obligada a pagar todo.
- No poder tener un empleo.
- Sufrir el robo de su 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 dejada mucho tiempo 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 con discapacidad víctimas de violencia conyugal.**

# Entre todas las formas de violencia, algunas son consideradas delitos

- **Amenazas**  
Por ejemplo, amenazarla con lastimarla, con matarla.
- **Violencia física**  
Por ejemplo, retorcerle un brazo, golpearla, empujarla.
- **Negligencia criminal**  
Por ejemplo, privarla de los medicamentos fundamentales para su salud, o de los cuidados o los 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 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**, en la **Carta Canadiense de Derechos y Libertades**, y en la **Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de la ONU**.

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.

**Yo tenía que hacer en la cama todo lo que él quería. Si no, me pegaba y decía que iba a ir con otras mujeres.**

# 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.
- Quisiera recuperar mi autoestima y la confianza en misma, liberarme de la culpa y la vergüenza.
- Quiero encontrar la forma de salir adelante.
- Quiero sentirme segura.
- Quiero que mis hijos estén seguros.
- Quiero encontrar maneras de protegerme. Por ejemplo, acordar una clave con una persona de confianza para que llame al 911 en caso de emergencia.
- Quiero seguir viviendo.

Yo sabía que el camino que tenía por delante no sería fácil. Desde años atrás, era él quien me cuidaba. Si eso puede llamarse cuidar... No podía soportar esta situación ni un día más. Yo tenía que recuperar mi dignidad.

**Si su seguridad o la de alguno 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 quedarse con él.**



# ¿Conoce a alguna mujer con discapacidad que sea víctima de violencia conyugal? Si gana su confianza, podrá ayudarla

## Escúchela sin juzgar

### Créale

Las mujeres con discapacidad pueden dudar en confiarse a otra persona o en denunciar la violencia conyugal por varias razones.

Por ejemplo:

- el miedo a que las infantilicen;
- el miedo a que no las tomen en serio;
- el temor a ser rechazadas por su comunidad si denuncian a uno de sus miembros;
- la vergüenza de vivir con un cónyuge violento.

Hablar de esta situación requiere mucha valentía. Para ayudar a la víctima, escúchela sin juzgar y trate de comprender lo que está viviendo.

### Dígale que no es su culpa

Muchas mujeres en situación de discapacidad han sido sobreprotegidas y han aprendido a ser dóciles. Pueden haber estado acostumbradas a aceptar comportamientos inadecuados. No necesariamente han aprendido a decir no, a afirmarse o defenderse. Esta vivencia puede alimentar un fuerte sentimiento de culpabilidad con respecto a la violencia sufrida.

Las víctimas se sienten muchas veces responsables de la violencia 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.

## Respete sus decisiones y su ritmo

La violencia conyugal es devastadora y lleva a la pérdida de confianza en sí mismo. El camino para reafirmarse y recuperar el control de su propia vida puede ser largo.

Estas son algunas de las razones que pueden llevar a una mujer con discapacidad a tolerar la violencia:

- la esperanza de recuperar la relación afectiva o amorosa;
- dificultades para pedir ayuda o para escapar porque los lugares, los medios de comunicación o de transportes no son accesibles;
- una discapacidad que impida protegerse, marcar uno mismo un número de teléfono o comunicarse con alguien;
- el miedo a ser abandonada, sin atención ni cuidados, si el cónyuge es la principal ayuda.

Trate de comprender su vivencia y de respetar sus decisiones. Tanto si ha dejado a su cónyuge como si no lo ha hecho, usted podrá 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 para las mujeres con discapacidad, ya que generalmente están excluidas del mercado laboral, de la vida comunitaria y de los grupos recreativos. Algunas mujeres tienen menos oportunidades de oír hablar de violencia conyugal y menos aún de los recursos de ayuda. Es el caso de la mayoría de las mujeres sordas para las cuales el francés es un idioma extranjero. Necesitan intérpretes para comunicarse en el lenguaje de signos de Québec y acceder a la información.

Ofrezca su apoyo a la víctima. Hable con ella. Hágale conocer su derecho a recibir asistencia confidencial. Si ella quiere más informaciones, muéstrele este folleto. Si ella lo desea, ofrézcase a acompañarla para buscar ayuda.

## Combata los prejuicios y la invisibilidad

Las mujeres con discapacidad son a menudo infantilizadas. Y muchas veces se confunden las limitaciones funcionales con una deficiencia intelectual.

Debido a los estándares de belleza femenina en vigor, mucha gente cree que las mujeres con discapacidad no tienen pareja, ni hijos, ni vida amorosa, ni sexual. No se imaginan que estas mujeres puedan ser víctimas de

violencia conyugal. En realidad, estas mujeres tienen mayor riesgo de vivir estas situaciones que las demás mujeres.

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.

**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 con discapacidad en la búsqueda de ayuda.

Este servicio telefónico es gratuito, confidencial, anónimo y especializado en violencia conyugal. Con un solo llamado, las víctimas, sus allegados o testigos de esta 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, al igual que en versión francesa impresa en caracteres grandes y en braille integral, en versión audio y video en el lenguaje de signos de Québec.

Estos folletos también están disponibles en las páginas Web del SCF ([www.scf.gouv.qc.ca](http://www.scf.gouv.qc.ca)) y de la Table de concertation en violence conjugale de Montréal ([www.tcvcn.ca](http://www.tcvcn.ca)) en versión PDF y Word en francés, inglés y español, al igual que en versión MP3 y video en el lenguaje de signos de Québec. 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:**

- Action des femmes handicapées (Montréal) ([www.afh-montreal.org](http://www.afh-montreal.org));
- Maria Barile, consultora – diseñadora inclusiva;
- Confédération des organismes de personnes handicapées du Québec (COPHAN);
- La maison des femmes sourdes de Montréal ([www.mism.org](http://www.mism.org)).

Depósito legal: 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Bibliothèque et Archives Canada

ISBN: 978-2-550-65513-8 (versión impresa)

978-2-550-65514-5 (versión electrónica)

© Gouvernement du Québec, 2012