

Ayude a su amiga a romper el silencio

Cada año millones de mujeres en los Estados Unidos sufren abuso físico y emocional de sus esposos o parejas. De hecho, una de cada tres mujeres sufre abuso físico o sexual de su pareja en algún momento de su vida. Eso significa que la mayoría de la gente conoce a alguien (su mamá, hermana, amiga o vecina) que es víctima de violencia en el hogar. ¿Qué puede hacer usted?

Su apoyo y aliento pueden ser de gran valor para una amiga que está en una relación abusiva. Quizás lo mejor que puede hacer es escuchar con simpatía y dejarle saber a su amiga o persona querida que usted tiene interés en ella y está dispuesta a escuchar. Trate de hablar con ella sobre el problema de violencia doméstica de una manera general. Dígale que le preocupa este problema. No insista sobre el asunto, sino más bien deje que ella le confíe sus problemas cuando se decida. Mantenga la mente abierta y realmente escuche lo que tiene que decirle. Nunca la culpe por lo que está sucediendo ni haga de menos su temor o posible peligro. Ayúdela a explorar opciones y proporciónale lo que pueda: transporte, cuidado infantil o un lugar donde quedarse. Puede disminuir su aislamiento si la deja saber que no está sola.

Animela a “romper el silencio” y buscar la asistencia de representantes en la Línea Nacional sobre la Violencia Doméstica. También puede obtener más información en el sitio web en www.ndvh.org o en el sitio de conocimiento del público en www.makethecall.org. Déjela saber que hay personas bondadosas que pueden ayudarla.

Si le preocupa una amiga y necesita hablar, llámenos.

Línea Nacional sobre la Violencia Doméstica

1-800-799-7233 (SAFE)

1-800-787-3224 (TTY para sordos)

www.ndvh.org

Puede obtener ayuda en inglés, en español y en muchos otros idiomas.

Todo contacto con la línea de asistencia es gratis y confidencial.