

# **Prevención de la Violencia Intrafamiliar y Protección de Mujeres, Niños y Niñas**

**Información, sensibilización y recursos para promover entornos seguros.**



## **¿Qué es la violencia intrafamiliar?**

**La violencia intrafamiliar comprende cualquier forma de maltrato físico, psicológico, sexual, económico o emocional que se produce dentro del entorno familiar.**

**Afecta especialmente a mujeres, niños y niñas, quienes pueden encontrarse en situaciones de vulnerabilidad y dependencia.**

## Señales de alerta

Es importante reconocer indicadores tempranos que pueden revelar una situación de riesgo:

### En mujeres

- Control excesivo sobre actividades, amistades o economía
- Aislamiento social
- Miedo constante o ansiedad en el hogar
- Lesiones frecuentes con explicaciones poco claras

### En niños y niñas

- Cambios bruscos de comportamiento
- Miedo a una persona concreta del entorno
- Regresiones (mojar la cama, miedo a dormir solos)
- Dificultades escolares o aislamiento

## Formas de violencia más frecuentes

- Violencia física: golpes, empujones, agresiones.
- Violencia psicológica: humillaciones, amenazas, insultos, control.
- Violencia económica: impedir acceso a dinero o recursos básicos.
- Violencia sexual: cualquier acto sin consentimiento.
- Violencia vicaria: dañar a los hijos para perjudicar a la madre.

## ¿Cómo actuar ante una situación de riesgo?

### Si eres víctima

- Busca un entorno seguro.
- Contacta con servicios de ayuda especializados.
- Habla con alguien de confianza.
- Guarda pruebas si es posible (mensajes, fotos, informes médicos).

## Si eres testigo

- No ignores las señales.
- Ofrece apoyo sin juzgar.
- Facilita información sobre recursos de ayuda.
- En situaciones de peligro, contacta con servicios de emergencia.

## Prevención y protección

La prevención es clave para reducir el impacto de la violencia intrafamiliar.

### Algunas medidas esenciales:

- Promover relaciones basadas en el respeto y la igualdad.
- Educar en la resolución pacífica de conflictos.
- Fomentar la comunicación abierta en el hogar.
- Enseñar a niños y niñas a identificar situaciones de riesgo.
- Crear redes de apoyo comunitario.

Autor: Luis Santos Diz Institución: LACRIM – Laboratorio Criminológico de Investigación y Divulgación © 2026