

Guía de actuación para mujeres víctimas de violencias.

-Bogotá-





Definición de violencia contra la mujer.

“Por violencia contra la mujer se entiende cualquier acción u omisión, que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o en el privado.”

Ley 1257 de
2008

En el contexto de la emergencia actual derivada por la situación de COVID-19, la violencia contra las mujeres ha aumentado dado el confinamiento y el acceso limitado de las mujeres a los servicios de atención, prevención y sanción de las violencias.





“Uno de los escenarios más riesgosos para las mujeres es la vivienda y los mayores presuntos agresores de las violencias en su contra suelen ser las parejas o exparejas u otros familiares.”

—Corporación
Sisma Mujer.
Boletín #20.

Violencias contra las mujeres durante la cuarentena.

Durante el aislamiento obligatorio decretado por el Gobierno Nacional debido al COVID-19, del 15 de marzo al 11 de abril...

Se realizaron
3.069
Denuncias de
violencia
intrafamiliar

Cada
10
minutos
se realizó una denuncia de
violencia intrafamiliar

Cada
21
minutos
hubo una denuncia por
delitos sexuales

Cada
25
horas
fue denunciado un
feminicidio.



1. Cifras extraídas del boletín # 20. Corporación Sisma Mujer. Comportamiento de las violencias contra las mujeres en el marco de la pandemia del COVID-19 en Colombia.

Para identificar² las violencias dirigidas contra las mujeres es importante saber que estas se manifiestan de diversas maneras, como:

Violencia física

Acciones que generan riesgo o disminución de la integridad corporal de una persona. tales como **golpes** y **empujones**.

Violencia psicológica

La acción u omisión destinada a degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de **intimidación, manipulación, amenaza, directa o indirecta, humillación, aislamiento o cualquier otra conducta** que implique un perjuicio en la salud psicológica, la autodeterminación o el desarrollo personal.

Violencia sexual

Acción consistente en **obligar a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal, o a participar en otras interacciones sexuales** mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considerará daño o sufrimiento sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas.

Violencia económica y patrimonial

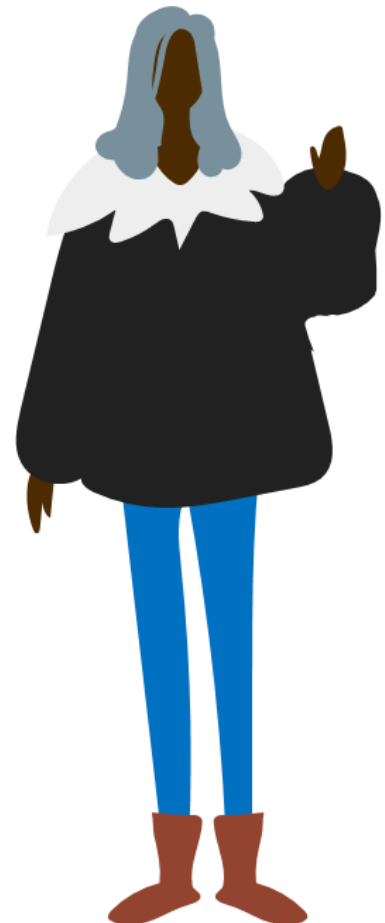
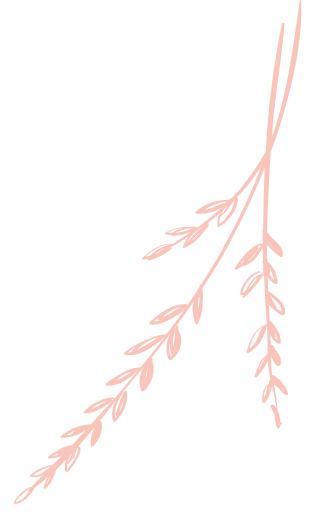
Pérdida, transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores, derechos o económicos destinados a satisfacer las necesidades de la mujer.



Las violencias en el marco de una relación de pareja, además de manifestarse de las maneras anteriormente señaladas, escalan (es decir, empeoran) y una vez que se presentan suelen repetirse, en lo que se llaman ***ciclos de violencia***.

A continuación te compartimos:

- a. Una ilustración donde puedes conocer de qué se tratan los ***ciclos de violencias***, y
- b. Una herramienta llamada ***Violentómetro*** que sirve para identificar el riesgo que se presenta frente a distintas acciones violentas. Así mismo podrás observar cómo las violencias van escalando.



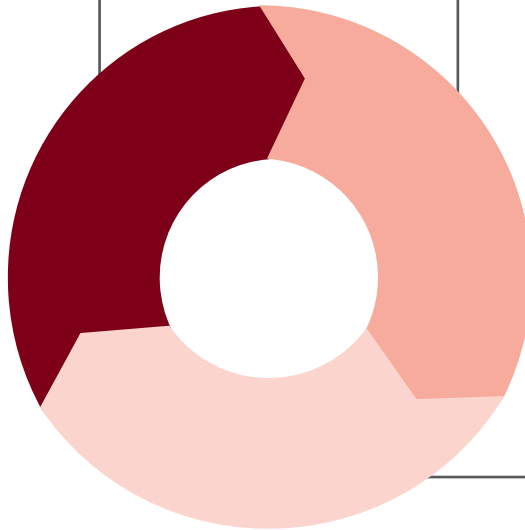
Ciclo de violencias₃

1. ACUMULACION DE TENSION

- Escalada gradual de la tensión, la hostilidad del agresor va en aumento sin motivo comprensible y aparente para la víctima. Las agresiones son impredecibles.
- Se intensifica la violencia verbal y pueden aparecer los primeros indicios de violencia física.
- Se presentan como episodios aislados, que la mujer cree puede controlar y que desaparecerán. La tensión aumenta y se acumula.

2. EXPLOSION O AGRESION

- Se producen las agresiones físicas, psicológicas y sexuales.
- Es en esta fase donde la mujer suele denunciar o pedir ayuda.



3. CALMA O RECONCILIACION O LUNA DE MIEL

- En esta fase el agresor manifiesta que se arrepiente y pide perdón. Utiliza estrategias de manipulación afectiva para evitar que la relación se rompa.
- La mujer suele pensar que todo cambiará (esperanza de cambio).
- A medida que los comportamientos violentos se van afianzando, esta fase tiende a desaparecer y los episodios violentos se aproximan en el tiempo.

3. Este modelo es uno de los más usados para abordar los ciclos de violencia, también ha sido utilizado por la corte constitucional en sentencia T878 de 2014.

Violentómetro

FEMINICIDIO

Busca ayuda: tu vida y tu integridad están en riesgo

- Te golpea o agrede físicamente.
- Te obliga a tener relaciones sexuales (violación).
- Te amenaza de muerte.
- Te amenaza con objetos o armas.
- Te encierra o aísla de tus seres queridos.

URGENTE

Es momento de actuar

- Te trata con desprecio.
- Te ofende verbalmente, te insulta.
- Te empuja, te jalonea.
- Te pellizca, te araña.
- Te golpea "jugando".
- Te acaricia agresivamente.
- Te manosea.
- Maneja y dispone de tu dinero, tus bienes o tus documentos.
- Te prohíbe usar métodos anticonceptivos.

REACCIONA

La violencia aumentará

- Te hace bromas hirientes o piropos ofensivos.
- Te intimida o amenaza.
- Te humilla o ridiculiza.
- Descalifica tus opiniones.
- Te cela
- Te miente
- Destruye objetos
- Controla tus amistades o relaciones con tu familia
- Intenta anular tus decisiones
- Te indica como vestir o maquillarte
- Te culpabiliza

ALERTA

Frente a lo anterior,
si eres víctima de
alguna de las
violencias indicadas
o conoces de un caso
de una mujer que lo
esté siendo, a
continuación te
orientaremos sobre
lo que puedes hacer:



Acude a la **Comisaría de Familia** del lugar en donde ocurrieron los hechos.

2. Contacta o acude a la **Casa de Igualdad de oportunidades para las Mujeres**, más cercana

3. Acude a la **estación de policía** más cercana

4. Acude a la **Fiscalía, Juzgado Civil Municipal o Promiscuo Municipal**.

5. En caso de existir algún daño corporal, acuda primero a un **hospital, centro de salud, EPS o IPS** para que recibas atención de urgencia.

Si no puedes salir por restricciones asociadas al distanciamiento social, puedes llamar a las siguientes líneas telefónicas:



Linea Purpura Distrital



018000112137

300-755-1846

**Allí te brindarán orientación y
atención psicosocial**

**Si una mujer es víctima de
violencias llama a la línea:**



155

**Allí podrás recibir orientación
sobre direcciones de las
instituciones antes mencionadas,
en cualquier lugar del país.**





**Si la vida de una mujer, niña,
niño o adolescente está en
peligro, llama a la línea :**



123

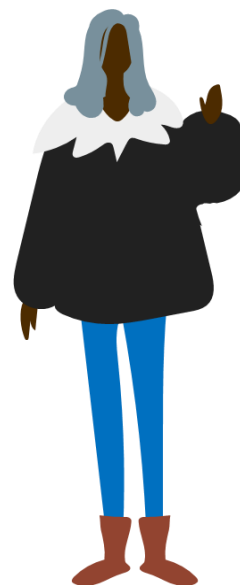
**Si un niño, niña o adolescente
sufre de maltrato infantil llama
a la línea :**



144

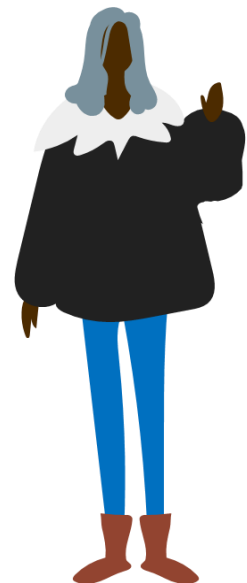
Es muy importante que conozcas, que frente a esta situación de violencia puedes solicitar Medidas de Protección

1. Ante la comisaria de familia, Juez promiscuo o Juez Municipal
2. Podrás solicitar medidas para garantizar tu vida e integridad, tu derecho a la salud, derecho a la educación y derecho al trabajo.
3. Recuerda que debes hacerlo máximo 30 días después de la última ocasión en que estuviste en situación de violencia.



Es muy importante que conozcas, que frente a esta situación de violencia puedes solicitar Medidas de Atención

1. Ante la comisaria de familia, Juez promiscuo, Juez Municipal
2. Podrás solicitar medidas para garantizar la habitación y alimentación
3. Procederán cuando represente un riesgo para tu vida e integridad que te mantengas en tu lugar de habitación



Ley 1257 de 2008

Comisarias de Familia:



- **USAQUÉN 1: 3045905430**
kmejia@sdis.gov.co
- **USAQUEN 2: 3045905429**
ycastillo@sdis.gov.co
- **CHAPINERO:: 3045905428**
dmartinezh@sdis.gov.co
- **SANTAFE: 3045905427**
gvecino@sdis.gov.vo
- **SAN CRISTÓBAL 1: 3045905426/**
mlacosta@sdis.gov.co
- **SAN CRISTÓBAL 2: 3045905425/**
amoreno@sdis.gov.co
- **USME 1: 3045905424/**
agranados@sdis.gov.co
- **USME 2: 3045905423/**
jgacharna@sdis.gov.co
- **TUNJUELITO: 3045905422**
jmendoza@sdis.gov.co



Comisarias de Familia:



- **BOSA 1: 3045905412**
nerazo@sdis.gov.co
- **BOSA 2: 3045905411**
mquinteror@sids.gov.co
- **KENNEDY 1: 3045905410**
ssarmiento@sdis.gov.co
- **KENNEDY 2: 3045905409**
mpupo@sdis.gov.co
- **KENNEDY 3: 3045905407**
scruz@sdis.gov.co
- **KENNEDY 4: 3045914688**
scifuentes@sdis.gov.co
- **FONTIBÓN: 3045905406**
mbernal@sdis.gov.co
- **ENGATIVÁ: 3045905415**
rpuerta@sdis.gov.co



Comisarias de Familia:



- **SUBA 1: 3045905431**
cperez@sdis.gov.co
- **SUBA 2: 3045905394**
evelandiab@sdis.gov.co
- **SUBA 3: 3045905396**
cvirviescas@sdis.gov.co
- **SUBA 4: 3045905395**
mriverar@sdis.gov.co
- **BARRIOS UNIDOS: 3045905398**
bcastano@sdis.gov.co
- **TEUSAQUILLO: 3045905399**
sguzmant@sdis.gov.co
- **MÁRTIRES: 3045905397**
jurrego@sdis.gov.co



Comisarias de Familia:



- **ANTONIO NARIÑO: 3045905400**
ncuevas@sdis.gov.co
- **PUENTE ARANDA: 3045905432**
samaya@sdis.gov.co
- **CANDELARIA: 3045914694**
alineros@sdis.gov.co
- **RAFAEL URIBE: 3045914694**
zgonzalez@sdis.gov.co
- **CIUDAD BOLIVAR 1: 3045914692**
gvelasco@sdis.gov.co
- **CIUDAD BOLIVAR 2: 30459146900**
cbustosv@sdis.gov.co
- **SUMAPAZ: 3045914689**
acuervo@sdis.gov.co



**Dentro de los puntos de
atención se encuentran:**



CAVIF

Carrera 33 No. 18-33

Piso 1-Bloque B

dfajardos@sdis.gov.co

CAIVAS

Carrera 33 No. 18-33

Piso 4- Bloque B

crestrepoe@sdis.gov.co





También puedes recibir información y orientación en las Casas de Igualdad de Oportunidad para las mujeres

LOCALIDAD	Abogada	Sicóloga	Correo electrónico
Usaquén	305 8172924	305 7014276	ciousaquen@sdmujer.gov.co
Chapinero	305 8170223	305 8144152	ciochapinero@sdmujer.gov.co
Santa Fe	305 8163071	305 8147960	ciosantafe@sdmujer.gov.co
San Cristóbal	305 8129565	310 6429081	ciosancristobal@sdmujer.gov.co
Usme	305 8171723	305 8148650	ciousme@sdmujer.gov.co
Tunjuelito	305 8173977	305 7050101	cioletunjuelito@sdmujer.gov.co
Bosa	305 8147970	305 8156729	ciobosa@sdmujer.gov.co
Kennedy	305 8162407	305 8173376	ciokennedy@sdmujer.gov.co
Fontibón	305 8167764	305 8161135	ciofontibon@sdmujer.gov.co
Engativá	305 8167232	305 8171166	ciengativa@sdmujer.gov.co



También puedes recibir información y orientación en las Casas de Igualdad de Oportunidad para las mujeres

LOCALIDAD	Abogada	Sicóloga	Correo electrónico
Suba	305 8158168	305 8171733	ciosuba@sdmujer.gov.co
Barrios Unidos	305 8163024	305 8165101	ciobarriosunidos@sdmujer.gov.co
Teusaquillo	305 8160243		cioletusaquillo@sdmujer.gov.co
Los Mártires	305 8161390	305 8167147	ciomartires@sdmujer.gov.co
Antonio Nariño	310 5307847	305 8140948	cioantonionarino@sdmujer.gov.co
Puerta Aranda	305 8153195	305 8144168	ciopuentearanda@sdmujer.gov.co
La Candelaria	305 8168846	305 8161869	ciocandelaria@sdmujer.gov.co
Rafael Uribe U.	305 8160070		ciorafaeluribeuribe@sdmujer.gov.co
Ciudad Bolívar	305 8170447	305 7062038	ciociudadbolivar@sdmujer.gov.co
Sumapaz	305 8165102		ciosumapaz@sdmujer.gov.co



También puedes recibir información y orientación de las Abogadas de la Estrategia Justicia de Género

Bosa	320 612 2020
Usme	300 486 6514
Kennedy	310 867 3697
Ciudad Bolívar	310 858 7005 316 831 8674
Barrios Unidos	313 445 5842
Fontibón	305 427 1598
Suba	321 346 4526
Usaquén	350 892 5330
Tunjuelito	319 551 9489
San Cristóbal	305 771 8138
Rafael Uribe U.	310 301 0865
Los Mártires	315 927 6046

Sabemos que hablar sobre las violencias que nos ocurren a las mujeres no es sencillo y que muchas veces te has sentido sola y con miedo, sin embargo, hacerlo es importante y en este proceso los y las funcionarias de las entidades con las que te comunicas tienen el deber de acompañarte, brindarte apoyo y velar por tus derechos. Es tu derecho y no estás sola!



**Para vivir una vida libre de
violencias, por nuestro derecho al
acceso a la justicia, porque
merecemos una vida plena en
bienestar y armonía.**



**Los
derechos
humanos de
las mujeres
no están en
cuarentena.**