

 <p><b>INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE SALUD</b> NORTE DE SANTANDER</p>	<p><b>DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO</b></p>	 <p><b>Gobernación de Norte de Santander</b> Instituto Departamental de Salud</p>
<p>Código: F-DE-PE05-03 Versión: 05</p>	<p><b>COMUNICACION EXTERNA</b></p>	<p><b>Página 1 de 1</b></p>

AGOSTO 2024

## GUÍA PARA PREVENIR LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER EN EL HOGAR

La violencia contra la mujer en el hogar es una grave violación de los derechos humanos que afecta a mujeres en todo el mundo, sin distinción de edad, clase social o cultura. Prevenir esta violencia es un desafío colectivo que requiere concientización, educación y apoyo. Este documento proporciona orientaciones clave para prevenir la violencia doméstica y fomentar un hogar seguro y respetuoso.

### 1. Educación y Concienciación

#### Promover la Igualdad de Género

La educación es esencial para prevenir la violencia. Enseñar a las familias y a la comunidad sobre la igualdad de género y la importancia del respeto mutuo puede cambiar actitudes y comportamientos. Esto incluye educar a los niños y niñas sobre el respeto y la equidad desde una edad temprana.

#### Sensibilización sobre la Violencia de Género

Es fundamental aumentar la conciencia sobre las distintas formas de violencia (física, psicológica, sexual, económica) y las señales de alerta. Campañas comunitarias, charlas en escuelas y centros de trabajo pueden ayudar a visibilizar la violencia y sus consecuencias.

### 2. Fomentar la Comunicación Abierta

#### Espacios de Diálogo en la Familia

Fomentar una comunicación abierta y sincera dentro de la familia permite a las mujeres expresar sus preocupaciones y emociones sin temor a represalias. Crear un ambiente de respeto y escucha activa puede evitar que situaciones de tensión se transformen en violencia.

### Empoderamiento Emocional

Las mujeres deben sentirse seguras para compartir sus pensamientos y emociones. El empoderamiento emocional pasa por el apoyo psicológico y la validación de sus experiencias, reforzando su autoestima y capacidad de defensa.

### 3. Acceso a Recursos y Apoyo

#### Proporcionar Información sobre Recursos de Ayuda

Es crucial que las mujeres tengan acceso a recursos de ayuda, como líneas de atención, refugios, y servicios legales y psicológicos. Difundir esta información en comunidades y centros de salud es un paso importante para que las mujeres sepan dónde acudir en caso de violencia.

#### Asistir a redes de Apoyo

Las redes de apoyo, como grupos de mujeres, familiares o vecinos solidarios, juegan un papel vital en la prevención de la violencia. Al contar con personas que escuchen y ofrezcan apoyo, las mujeres son más capaces de reconocer el abuso y tomar medidas para protegerse.

#### **4. Promover la Responsabilidad de los Hombres**

##### **Educación sobre el Rol del Hombre**

Los hombres deben ser parte activa en la prevención de la violencia. Promover la responsabilidad y la participación de los hombres en la igualdad de género y el respeto en las relaciones es esencial. Campañas educativas dirigidas a hombres pueden ayudar a cambiar las normas culturales y de conducta.

#### **5. Crear Políticas y Marcos Legales de Protección**

##### **Aplicación Rigurosa de Leyes contra la Violencia de Género**

Es esencial que existan y se apliquen leyes que protejan a las mujeres de la violencia doméstica. Las autoridades deben ser capacitadas para actuar de manera efectiva y proteger a las víctimas, garantizando que se tomen medidas legales contra los agresores.

##### **Promover Políticas de Igualdad**

Las políticas públicas que fomenten la igualdad de género y la protección de las mujeres en todos los ámbitos, incluidas leyes laborales y políticas de seguridad social, son fundamentales para prevenir la violencia.

#### **6. Identificar y Actuar ante las Señales de Alerta**

##### **Reconocimiento de Signos de Violencia**

Es vital que tanto las mujeres como sus allegados puedan reconocer las señales de violencia, que incluyen control excesivo, aislamiento, agresiones verbales, físicas o amenazas. Una vez identificados, es importante actuar rápidamente para buscar ayuda.

#### **Planificación de Salida Segura**

Si una mujer está en una situación peligrosa, es crucial que tenga un plan de escape seguro. Esto incluye tener números de contacto de emergencia, preparar documentos importantes y tener una red de apoyo a la cual acudir.

#### **7. Intervención Temprana y Prevención**

##### **Intervenciones Comunitarias**

Las comunidades tienen un papel clave en la prevención de la violencia. Organizar intervenciones tempranas a través de vecinos, líderes comunitarios, organizaciones no gubernamentales o autoridades locales puede frenar situaciones de violencia antes de que se intensifiquen.

***"El bienestar mental de la mujer es fundamental para construir un hogar seguro, donde el respeto y el amor prevalezcan sobre la violencia."***