



Este material se realizó con recursos del Programa de Apoyo a las Instancias de Mujeres en las Entidades Federativas, para implementar y ejecutar programas de Prevención de la Violencia contra las Mujeres, perteneciente a la Secretaría de Desarrollo Social. Empero, la "SEDESOL" no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por los autores del presente trabajo.

CARTILLA

Tips de Seguridad

para Mujeres Víctimas de Violencia

**El Gobierno de la CDMX
trabaja para ti**

**Instituto de las Mujeres
del Distrito Federal**

Mujer, Vivir una **VIDA LIBRE DE VIOLENCIA** es tu **DERECHO**

Los Derechos Humanos de las Mujeres son reconocidos a nivel universal, los siguientes instrumentos internacionales así lo expresan:

- Carta de las Naciones Unidas
- Declaración Universal de Derechos Humanos
- Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos
- Convención sobre los Derechos del Niño
- Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer
- Declaración sobre la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer

¿Que es la **violencia** **CONTRA** las **MUJERES**?

La **Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Distrito Federal** la describe de la siguiente manera: "Es toda acción u omisión que basada en su género y derivada del uso y/o abuso del poder, tenga por objeto o resultado causar un daño o sufrimiento físico, psicológico, emocional, patrimonial, económico, sexual o la muerte a las mujeres, tanto en el ámbito público como privado que limite su acceso a una vida libre de violencia".
En la **Ley de Acceso de las Mujeres a una vida Libre de Violencia para el Distrito Federal**, se

tips de seguridad

incorporan los derechos humanos de las mujeres contenidos en los instrumentos internacionales:

- Reconoce, promueve y protege el derecho de las mujeres a una vida libre de violencia.
- Establece mecanismos para prevenir, atender, sancionar, erradicar y dar acceso a la justicia a las mujeres víctimas de violencia.
- Describe las características de los diferentes tipos y modalidades de la violencia contra las mujeres, haciendo evidente que es un grave problema.
- Establece mecanismos de prevención de la violencia, así como a las instituciones o dependencias responsables de realizar tareas para prevenirla.
- Identifica formas de violencia más allá de las que se describen como delitos o faltas administrativas, y desarrolla mecanismos para que los entes atiendan a las mujeres que son víctimas de dichas formas de violencia.
- Establece el trabajo coordinado entre dependencias, entidades y órganos político administrativos de la Ciudad de México, los cuales deben trabajar en tres rubros prioritarios: **1) prevención de la violencia contra las mujeres; 2) atención integral a las mujeres víctimas de violencia y 3) acceso a la justicia de las mujeres víctimas de violencia**, cuando las conductas de violencia se consideran delitos. Con la coordinación de los entes públicos se logrará que las políticas públicas que atienden, previenen o erradican la violencia sean eficaces y eficientes.

- Establece para cada dependencia , institución o delegación de la Ciudad de México la realización de acciones específicas para prevenirla entre las personas servidoras públicas, estableciendo mecanismos internos para que las mujeres víctimas puedan denunciarla y recibir la debida atención.
- Permite prevenir, interrumpir o impedir la consumación de delitos que impliquen violencia contra las mujeres, para salvaguardar su vida e integridad, contemplando medidas de protección que no requieren de un proceso civil, familiar y/o penal.

¿Qué son los tipos de Violencia?

Son los distintos daños que puede ocasionar la violencia contra las mujeres.

¿Cuales son los TIPOS DE VIOLENCIA que señala la LEY DE ACCESO?

- **Violencia física:** Son todas las acciones u omisiones intencionales que causan daños en la integridad física de las mujeres. En ésta, están incluidos los golpes de cualquier tipo, heridas, mutilaciones, cachetadas, pellizcos, mordidas, jalones de cabello, aventones, el uso de armas o sustancias para violentarla, etc.
- **Violencia psicoemocional:** Son todas las acciones u omisiones dirigidas a desvalorar, intimidar o controlar las acciones, comportamientos y decisiones de las mujeres. Consisten en prohibiciones, coacciones, condicionamientos, intimidaciones, insultos, amenazas, celos, desdén, indiferencia,

descuido reiterado, chantaje, humillaciones, comparaciones destructivas, abandono, actitudes devaluatorias, o cualquier otra, que provoca en las mujeres alteración autocognitiva y autovalorativa que integran su autoestima o su estructura psíquica. Este tipo de violencia puede producir daños que no se aprecien a simple vista, ya que afecta el área psicoemocional de las mujeres que la reciben.

• **Violencia sexual:** Son todas acciones u omisiones que amenazan, ponen en riesgo o lesionan la libertad, seguridad, integridad y desarrollo psicosexual de las mujeres, como las miradas o palabras lascivas, las prácticas sexuales no voluntarias, el acoso, la violación, la explotación sexual comercial, la trata de personas para la explotación sexual o el uso denigrante de la imagen de las mujeres. Algunas manifestaciones de este tipo de violencia son: la violación, los tocamientos corporales sin su consentimiento, obligarla a adoptar ciertas posiciones sexuales, ver o acariciar el cuerpo del agresor y el acoso sexual.

• **Violencia económica:** Son todas aquellas acciones u omisiones que afectan la economía de las mujeres, a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, en la restricción, limitación y/o negación injustificada para obtener recursos económicos, percepción de un salario menor por igual trabajo, explotación laboral, exigencia de exámenes de no embarazo, así como la discriminación para la promoción laboral. En este caso, las personas

tips de seguridad

agresoras utilizan el dinero como medio para transgredir los derechos de las mujeres, por ejemplo, al negarles el dinero suficiente para que se satisfagan sus necesidades elementales e impedirles que ellas los obtengan por su propia cuenta.

• **Violencia patrimonial:** Son todas acciones u omisiones que ocasionan daño o menoscabo en los bienes muebles o inmuebles de las mujeres y de su patrimonio; también puede consistir en la sustracción, destrucción, desaparición, ocultamiento o retención de objetos, documentos personales, bienes, valores o recursos económicos. Este tipo de violencia se puede ejercer por medio del robo, el fraude y la destrucción o daño de destruir los objetos que pertenecen a las mujeres.

• **Violencia contra los derechos reproductivos:** Son todas acciones u omisiones que limitan o vulneran el derecho de las mujeres a decidir libre y voluntariamente sobre su función reproductiva, en relación con el número y espaciamiento de las hijas e hijos, el acceso a métodos anticonceptivos de su elección, a la maternidad elegida y segura, así como a los servicios de aborto seguro en el marco previsto por la Ley para la Interrupción Legal del Embarazo, a servicios de atención prenatal, así como a servicios obstétricos de emergencia.

• **Violencia feminicida:** Son todas las acciones u omisiones que constituyen la forma extrema de violencia contra las mujeres, producto de la

violación de sus derechos humanos, y que puede culminar, en el homicidio u otras formas de muerte violenta de mujeres. En el feminicidio están contenidas, en muchos de los casos, los tipos de violencia psicomocional, física y sexual.

Las manifestaciones de los tipos de violencia difícilmente se encuentran de forma aislada, pues en la mayoría de ocasiones un tipo de violencia conlleva al inicio y desarrollo de otros.

¿Qué son las modalidades de violencia?

Son todos aquellos lugares públicos y privados donde ocurre y se ejerce la violencia contra las mujeres.

¿Cuáles son las modalidades de la violencia que establece la Ley de Acceso?

- **Violencia familiar:** Puede ocurrir dentro o fuera del domicilio de las mujeres, la persona agresora es aquella con quien la mujer tiene o ha tenido parentesco por consanguinidad o por afinidad, derivada de concubinato, matrimonio o sociedad en convivencia (padre, esposo, pareja, tío, abuelo, hermano, novio, etc.)
- **Violencia laboral:** Ocurre en el espacio donde laboran las mujeres y se ejerce por medio de la negativa de contratarlas, respetar su permanencia o sus condiciones generales de trabajo, la descalificación de su trabajo y la explotación. Las

tips de seguridad

personas agresoras generalmente son jefes o jefas u otras personas con un rango jerárquico más alto.

•**Violencia docente:** Se ejerce en los ámbitos escolares, universitarios, docentes, etc. Ocurre cuando se daña la autoestima de las alumnas o la maestras con actos de discriminación por su sexo, edad, condición social, académica, limitaciones y/o características físicas. Las personas agresoras generalmente son los directivos, profesores, prefectos, alumnos, etc.

•**Violencia en la comunidad:** Se comete de forma individual o colectiva y atenta contra la seguridad e integridad de las mujeres. Puede ocurrir en el barrio, espacios públicos o de uso común, de libre tránsito o en inmuebles públicos, y propicia discriminación, marginación o exclusión social de las mujeres. Las personas agresoras suelen ser los vecinos, los transeúntes, etc.

•**Violencia institucional:** Son actos u omisiones que ejercen las personas servidoras públicas que discriminan o tienen como fin dilatar, obstaculizar o impedir el goce y ejercicio pleno de los derechos humanos de las mujeres, así como su acceso al disfrute de políticas públicas para prevenir, atender, investigar, sancionar y erradicar los diferentes tipos de violencia. El Gobierno de la Ciudad de México está obligado a actuar de forma oportuna, responsable, cuidadosa, eficaz y eficiente para evitar que se ejerza la violencia contra las mujeres.

Cada modalidad puede presentar uno o varios tipos

de violencia, por ejemplo, en la familia se pueden presentar simultáneamente violencia psicoemocional, física y sexual.

De acuerdo con la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Distrito Federal ¿Cuáles son las obligaciones de las autoridades y personas servidoras públicas para garantizar a las mujeres víctimas de violencia el Acceso a la Justicia?

- Si una mujer está en riesgo de sufrir violencia o la está sufriendo, tiene el derecho a que le sea otorgada una o varias medidas de protección, de manera pronta y eficaz, para salvaguardar su integridad física, psicológica y patrimonial.
- Actuar con debida diligencia para orientarla, asesorarla, acompañarla y representarla en todos los procedimientos, con el fin de que se castiguen los actos de violencia cometidos en su contra y para hacer efectiva la reparación del daño.
- Instrumentar acciones integrales para disminuir los efectos de la violencia contra las mujeres y evitar la violencia institucional.

¿Qué tipos de medidas de protección establece la Ley de Acceso y cuál es su fin?

Las medidas u órdenes de protección pueden ser de

emergencia, preventivas o de naturaleza civil, y tienen el propósito de prevenir, interrumpir o impedir delitos en contra de las mujeres víctimas de violencia. Deben ser otorgadas por juezas o jueces de lo penal, civil y familiar.

¿Cuáles son las **medidas de protección** que se pueden solicitar?

EMERGENCIA: Desocupación del domicilio por el agresor; prohibición de acercarse a las víctimas directas o indirectas, intimidarlas, molestarlas y de comunicarse por cualquier medio con ellas, así como ordenar la entrega inmediata de sus objetos de uso personal y/o documentos de identidad.

PREVENTIVAS: Retención y guarda de armas en posesión de la persona agresora.

DE NATURALEZA CIVIL: Suspensión temporal del régimen de visitas y convivencia con sus descendientes para el agresor; elaboración del inventario de los bienes de propiedad de la víctima o que formen parte de su patrimonio; prohibición al agresor de enajenar o hipotecar bienes de la víctima y el establecimiento de la obligación alimentaria provisional e inmediata del agresor en beneficio de la víctima y las víctimas indirectas.

¿Qué son las **casas de emergencia** que especifica la **Ley de Acceso** y qué **servicios brindan?**

Son estancias acondicionadas para las mujeres víctimas de violencia y a las víctimas indirectas. En ellas se brinda apoyo médico, psicológico y jurídico de emergencia en un espacio de seguridad y respeto. Operan las 24 horas del día los 365 días del año. Después de tres días las víctimas son canalizadas a otro lugar de atención o con una red familiar o social segura.

¿Qué son los Centros de Refugio establecidos por la Ley de Acceso y qué servicios otorgan?

Son espacios temporales de seguridad para las mujeres víctimas de violencia y para las víctimas indirectas. Funcionan las 24 horas del día los 365 días del año. La permanencia en estos Centros se brindará en tanto las víctimas se encuentren en riesgo o subsista la inestabilidad física y/o psicológica que les cause la violencia.

LAS MUJERES PUEDEN DECIDIR TERMINAR LAS RELACIONES EN LAS QUE NO SE RESPETE SU DIGNIDAD COMO PERSONA

Si tomaste la decisión de salir de la situación de violencia que vives pero sigues conviviendo con el agresor, te hacemos algunas recomendaciones para reducir el peligro o actuar ante nuevos eventos de violencia.

TIP'S DE SEGURIDAD

Cuando suceda o consideres que puede suceder un episodio de violencia contra tu integridad:

1

- Evita lugares donde el agresor acceda a objetos con los que pueda provocar mayor daño, como la cocina o el baño.
- Permanece en una habitación fuera del alcance del agresor y próxima a la puerta de salida.
- En caso de que tengas que salir premeditadamente, guarda un cambio de ropa, documentos y otras pertenencias importantes, tuyas y de tus hijas e hijos, en casa de alguna persona de confianza.
- Si existe la posibilidad de que el agresor pueda ir a tu casa a violentarte, cierra puertas y ventanas.

Inventa "palabras especiales" con tus personas de confianza para avisarles que no deben salir o entrar en el domicilio porque estás sufriendo violencia y que deben pedir ayuda.

2

3

Cuéntale a alguna persona vecina de tu confianza sobre la situación de violencia y pídele que si escucha cualquier suceso violento en tu hogar llame inmediatamente a la policía. Si te es posible acude a solicitar una orden de protección.

Identifica el domicilio de alguna persona que te pueda refugiar hasta que no exista riesgo y puedas volver a tu domicilio. Si no cuentas con alguna persona que pueda ayudarte, existen refugios en la ciudad para ti y tus hijas y/o hijos. Acude a los centros de atención o con agentes de Seguridad Pública que te sabrán informar sobre los servicios que el Gobierno de la Ciudad brinda. Si estás en una emergencia y te es posible llama al 066.

4

5

Enseña a tus hijas y/o hijos a llamar al 066 para solicitar auxilio de la policía o servicios médicos de emergencia.

Ten siempre a la mano:

- Tus identificaciones oficiales (credencial para votar, pasaporte, etc.).
- Tu acta de nacimiento y la de tus hijas y/o hijos.
- Un juego de llaves extras de tu hogar y de tu coche.
- Un juego de ropa para ti y para tus hijas y/o hijos.
- Credencial de servicios médicos, si la tienes, o documentos como las cartillas de vacunación.
- Agenda de teléfonos de tus familiares, personas conocidas o amistades que puedan prestarte auxilio, así como Centros donde puedas recibir atención.
- Las escrituras de tu casa, el contrato de arrendamiento o de compra-venta del domicilio que habitas.
- Denuncias anteriores que hayas hecho contra el agresor.
- Datos de tus cuentas bancarias.
- Documentos que acrediten el ingreso económico del agresor y/o el tuyo.

6

Si te es posible, guarda dinero en efectivo para que puedas trasladarte, comer y cubrir gastos emergentes

7

8

Cuando realices alguna llamada pidiendo información o ayuda en relación a la situación de violencia, si tu teléfono graba los últimos números marcados, marca posteriormente algún otro número para que el agresor no sepa de tu llamada.

Si fuiste víctima de una violación no te bañes ni cambies de ropa. Acude inmediatamente a la Procuraduría General de Justicia del Distrito Federal a denunciar; esto permitirá una mejor investigación y que el delito no quede impune. Siempre denuncia.

9

10

Si la agresión produce lesiones a tu cuerpo y no puedes acudir inmediatamente a recibir atención médica, toma fotos de las lesiones. Si pudiste acudir guarda todos los documentos de los pagos que realizaste y/o de los servicios recibidos. Cuando hagas la denuncia esta información será de utilidad.

11

Si estás embarazada y no deseas que se consuma el embarazo acude a los hospitales o clínicas del Gobierno de la Ciudad de México, ahí se te informará sobre las opciones disponibles para que puedas ejercer una maternidad libre, informada y responsable.

Solicita información jurídica, psicológica y social pues conocer tus derechos te ayudará a tomar las decisiones correctas. Llama al Inmujeres CDMX, estamos para ti.

12

UNIDADES DELEGACIONALES DEL INSTITUTO DE LAS MUJERES DEL DISTRITO FEDERAL

Unidad en Álvaro Obregón

Alaíde Foppa

Tel. 52 76 • 68 87 y 52 76 • 68 89

Unidad en Azcapotzalco

Marcela Lagarde

Tel. 53 53 • 97 62 y 53 53 • 65 23

Unidad en Benito Juárez

Benita Galeana

Tel. 91 80 • 04 95

Unidad en Coyoacán

Tina Modotti

Tel. 56 58 • 21 67 y 56 59 • 55 87

Unidad en Cuajimalpa

Amparo Ochoa

Tel. 58 12 • 14 14 y 21 63 • 12 25

Unidad en Cuauhtémoc

Juana de Asbaje

Tel. 24 52 • 33 70 y 24 52 • 33 69

Unidad en Gustavo A. Madero

Nahui Ollín

Tel. 57 81 • 43 39 y 57 81 • 02 42

**Unidad en Iztacalco
Coatlicue**

Tel. 91 80 • 14 68 y 91 80 • 09 83

**Unidad en Iztapalapa
Elena Poniatowska**

Tel. 56 85 • 25 46

**Unidad en Magdalena Contreras
Cristina Pacheco**

Tel. 55 95 • 92 47

**Unidad en Miguel Hidalgo
Frida Kahlo**

Tel. 52 77 • 72 67

**Unidad en Milpa Alta
Cihual in Calli**

Tel. 58 44 • 61 48

**Unidad en Tláhuac
Rosario Castellanos**

Tel. 21 61 • 60 74

**Unidad en Tlalpan
Yaocíhuatl Tlalpan**

Tel. 55 13 • 59 85 y 55 73 • 21 96

**Unidad en Venustiano Carranza
Esperanza Brito de Martí**

Tel. 57 64 • 32 26 y 57 64 • 44 95

**Unidad en Xochimilco
Laureana Wright González**

Tel. 56 75 • 11 88 y 56 76 • 96 12

**Unidad Centro Histórico
Malinalli Malitzin**

Tel. 5512 • 2853 y 5512 • 2719,
ext. 146 y 154

Centros de Justicia para las Mujeres de la Ciudad de México

CENTRO DE ATENCIÓN A LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR (CAVI)

**Gral. Gabriel Hernández, No. 56, Planta Baja,
Colonia Doctores, Delegación Cuauhtémoc
Teléfonos: 53 45 52 48 y 53 45 52 28**

CENTRO DE TERAPIA DE APOYO A VÍCTIMAS DE DELITOS SEXUALES (CTA)

**Pestalozzi, No. 1115, Colonia Del Valle, Delegación
Benito Juárez
Teléfonos: 52 00 96 32 y 52 00 96 33**

CENTRO DE ATENCIÓN A RIESGOS VICTIMALES Y ADICCIONES

**Dr. Rafael Lucio, No. 220, Colonia Doctores,
Delegación Cuauhtémoc
Teléfonos: 52 42 61 41 y 52 42 61 42**

 @InmujeresCDMX

 InmujeresCDMX

www.inmujeres.cdmx.gob.mx

www.vivesegura.cdmx.gob.mx