

¿DÓNDE BUSCAR AYUDA? (RECURSOS)

Guardia/Policia:

emergencias 911 o al 1800-DELITO (335486), opción 4.

Presencialmente, **se puede acudir a las Unidades de Flagrancia de la Fiscalía** (24/7), Unidades Judiciales Especializadas, Policía Nacional (UPC), o Centros Violeta, Comisarias Nacionales, Juntas Cantonales de Protección de Derechos.

Servicios de salud mental y apoyo psicológico

disponibles en hospitales y centros de salud, líneas de información municipales y/o provinciales.

Centros de acogida y **refugios para mujeres en situación de violencia.**

Organismos de derechos humanos y defensorías del pueblo.

Y recuerda:

No necesitas abogada/o para hacer una denuncia.

Proyecto:

Empoderando a lideresas juveniles para defender los DDSSRR y una vida sin violencia en Ecuador.

VIOLENCIA
VIOLENCIA
VIOLENCIA



Elaborado por:



Con el apoyo de:



IGUALDAD
RESPECTO
APOYO



La **violencia de género** hacia las mujeres jóvenes **no es natural**

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

La violencia de género **es toda conducta violenta ejercida contra una mujer por su género**, que causa daño y miedo.

En las mujeres jóvenes la violencia puede empezar temprano en el entorno familiar, en noviazgos, escuelas, sitio de trabajo o en línea.



FORMAS COMUNES

Física:

Golpes, empujones, estrangulación.

Económica:

Control de dinero incluso del que la mujer obtiene por su trabajo, **negación de recursos**.

Psicológica/Emocional:

Humillaciones, amenazas, aislamiento, burlas, **manipulación**.

Digital:

Acoso, mensajes invasivos, **difusión de fotos sin consentimiento** (sextorsión, ciberacoso).

Sexual:

Coerción, presión para tener relaciones sexuales, **violencia sexual** (Acoso, abuso, violación) obligar a abortar.

Vicaria:

Hijos e hijas son utilizados como instrumento para causar el mayor daño posible a la madre, llegando incluso a perder la vida.

SEÑALES DE ALERTA

Aislamiento: Prohibición de ver a la familia o tener amigas.

Dependencia emocional.

Invasión del espacio personal, desvalorización: revisión y control de las redes sociales, indiferencia respecto de las necesidades de la mujer.

Cambios de humor notables tras llamadas o mensajes.

Culpabilización constante: "todo es tu culpa".

Control excesivo: "a dónde vas", "con quién hablas", "qué haces", "con ese vestido no sales".

Amenazas o frases que intimidan:

"No te permito... No me gustan tus amigas"
Consumo de sustancias psicoactivas.

Pertenencia a GDO (Grupo de delincuencia organizada)

IMPACTOS EN

Físico:

Lesiones, dolor, somatización.

Emocional/psicológico:

Ansiedad, depresión, baja autoestima, miedo, problemas de salud mental.

Escolar o laboral:

Ausentismo, ausencias, bajo rendimiento.

Social:

Aislamiento, ruptura de redes de apoyo, abandono del proyecto de vida.

Femicidio:

La violencia de género extrema es causa de muerte.

Sexual:

Desinterés, pérdida de placer, pérdida de autonomía.

LA SALUD Y LA VIDA

¿CÓMO ACTUAR SI TÚ O ALGUIEN QUE CONOCES ESTÁ EN PELIGRO?

Identifica personas o lugares de confianza.

Prioriza la seguridad:

sal de la situación si es posible; busca un lugar seguro.

Habla con alguien de confianza:

familia, amiga, tutor, profesor.

Anota evidencias cuando sea seguro hacerlo: mensajes, fechas, lugares.

Pide ayuda profesional:

líneas de atención, psicología, servicios de salud.

Plan de seguridad:

tener un bolso preparado con documentos básicos, dinero, teléfono cargado, contactos de emergencia.

Fortalecer la visibilización de grupos de mujeres y apoyo

¿CÓMO EVITAR LA VIOLENCIA EN LAS RELACIONES?

(EMPODERAMIENTO Y PREVENCIÓN)

Respeto y límites:

Consentimiento claro, comunicación honesta.

Educación emocional:

Manejo de celos, conflictos sin violencia.

Autonomía:

Tus decisiones importan, nadie debe controlar tu vida.

Sobrellevar la presión de redes:

Reconoce señales de control en parejas y grupos.

Red de apoyo:

Amigas, familia, docentes, mentores, colectivos feministas.

Salud digital:

No aceptar presión para compartir intimidad; reporta ciberacoso.