

***Aunque no se sienta capaz de dejar a un abusador, hay cosas que puede hacer para que usted y su familia estén más seguros.***

### **EN UNA EMERGENCIA**

**Si está en su casa y está siendo amenazada o atacada:**

- Manténgase lejos de la cocina (el abusador puede encontrar allí armas como cuchillos)
- Manténgase lejos de los baños, los armarios o las áreas pequeñas donde el abusador la pueda atrapar
- Vaya a una habitación que tenga una puerta o ventana por dónde escapar
- Vaya a una habitación que tenga teléfono para poder llamar y pedir ayuda; si puede, cierre la puerta para dejar afuera al abusador
- Llame al 911 (o al número de emergencia local) en cuanto antes para pedir ayuda y pida el nombre de la persona que conteste la llamada
- Piense en un vecino o amigo al que pueda acudir por ayuda
- Si viene la policía, dígame lo que paso; anote su nombre y número de placa
- Si esta herida, busque ayuda médica
- Tómese fotos de los moretones o lesiones que tenga
- Llame a un programa o albergue de violencia doméstica; pida que le ayuden a preparar un plan de seguridad

### **CÓMO PROTEGERSE EN EL HOGAR**

- Entérese de adónde puede ir para buscar ayuda; memorice los números telefónicos de emergencia
- Mantenga un teléfono en una habitación que pueda cerrar por adentro; si puede, obtenga un teléfono celular y manténgalo con usted todo el tiempo
- Si el abusador se ha mudado, cambie las cerraduras de las puertas; ponga cerraduras a las ventanas

- Planifique una ruta para escapar de su casa; enséñesela a sus hijos
- Piense adónde iría si tuviera que escapar
- Pida a sus vecinos que llamen a la policía si ven al abusador en su casa; haga una señal para que llamen a la policía, por ejemplo, si el teléfono suena dos veces, si la cortina está cerrada o si cierta luz está encendida
- Haga una maleta con cosas importantes que quizás necesite si tuviera que salir rápidamente; guárdela en un lugar seguro o déjela con alguna amistad o familiar de confianza
- Incluya dinero en efectivo, las llaves del auto y documentos importantes como documentos legales, pasaporte, actas de nacimiento, registros médicos y medicinas, y documentos de inmigración
- Cambie su número de teléfono a uno que no esté registrado como publico.
- Ponga un bloqueador de identificación de números de teléfonos
- Use una máquina contestadora de llamadas; monitoree las llamadas

### **CÓMO HACER QUE SUS HIJOS ESTÉN A SALVO**

- Enséñeles a no intervenir en una pelea, aunque quieran ayudar
- Enséñeles a ponerse a salvo, a llamar al 911, y a dar su dirección y número telefónico a la policía
- Dígame a quién llamar para pedir ayuda
- Dígame que permanezcan fuera de la cocina
- Dé al director de la escuela o al centro de cuidado diurno una copia de la orden judicial; dígame que no dejen ir a sus hijos con nadie sin antes hablar con usted; use una palabra clave para que puedan asegurarse de que usted es la persona en el teléfono; deles foto del abusador
- Asegúrese de que los niños sepan a quién informarle si ven al abusador en la escuela
- Asegúrese de que el personal de la escuela sepa que no puede dar su dirección o número de teléfono a NADIE

### **CÓMO PROTEGERSE FUERA DE LA CASA**

- Cambie regularmente su rutina de viaje
- Trate de conseguir transportación con diferentes personas
- Haga compras y vaya al banco en diferentes lugares
- Cancele cualquier cuenta bancaria o tarjeta de crédito que tenga en conjunto con el abusador; abra cuentas nuevas en un banco distinto
- Mantenga su orden judicial y números telefónicos de emergencia con usted todo el tiempo
- Mantenga con usted un teléfono celular y prográmelo con el 911 (u otro número telefónico de emergencia)

### **PARA ESTAR A SALVO EN SU LUGAR DE TRABAJO**

- Mantenga una copia de su orden judicial en su trabajo
- Dé al personal de seguridad y a amistades una foto del abusador
- Diga a sus supervisores lo que está ocurriendo: vea si pueden hacer que sea más difícil que el abusador la encuentre
- No vaya a almorzar sola
- Pida a un guardia de seguridad que la acompañe a su auto o al autobús
- Si el abusador la llama al trabajo, guarde los mensajes y guarde cualquier correo electrónico.
- Su empleador tal vez pueda ayudarla a encontrar recursos comunitarios

### **UTILIZAR LA LEY PARA AYUDARLE**

#### **Órdenes de protección o de prohibición**

- Pida al programa contra la violencia doméstica más cercano que le ayude a conseguir una orden de protección civil y que le ayude con una denuncia
- Pida ayuda para conseguir un abogado

### **En la mayoría de los lugares, el juez puede:**

- Ordenar al abusador que permanezca alejado de usted y sus hijos
- Ordenar al abusador que se vaya de su casa
- Darle custodia temporal de sus hijos y ordenar al abusador que pague manutención de menores
- Ordenar a la policía que esté presente en su casa mientras el abusador recoge sus pertenencias
- Darle a usted posesión temporal del auto, los muebles y otras pertenencias
- Ordenar al abusador que vaya a un programa de intervención de abusadores
- Ordenar al abusador que no llame a su trabajo
- Ordenar al abusador que entregue sus armas de fuego a la policía

### **Si usted está preocupada por alguno de los siguientes puntos, asegúrese de:**

- Mostrar al juez fotos de sus lesiones
- Decir al juez que usted no se siente segura si el abusador viene a su casa a buscar a sus hijos para las visitas
- Pedir al juez que ordene al abusador que busque y regrese a los niños en la estación de policía o algún otro lugar seguro
- Pedir que las visitas que el abusador pueda tener con sus hijos sean a horas bien específicas, de manera que, al leer la orden judicial, la policía pueda determinar si el abusador esta allí fuera de la hora permitida
- Decir al juez si el abusador ha hecho daño o ha amenazado a sus hijos; pedir que las visitas sean supervisadas; pensar en quién puede hacer eso por usted
- Conseguir una copia certificada de la orden judicial
- Mantener la orden judicial con usted todo el tiempo

### **PROCEDIMIENTO CRIMINAL**

- Muestre al fiscal sus órdenes judiciales

- Muestre al fiscal registros médicos sobre sus lesiones o fotos si las tiene
- Diga al fiscal el nombre de cualquier persona que le esté ayudando (un defensor de víctimas o un abogado)
- Diga al fiscal si hay testigos de las lesiones o del maltrato
- Pida al fiscal que se le notifique con anticipación si el abusador va a salir de la cárcel.

### **MANTÉNGASE A SALVO EN EL TRIBUNAL**

- Siéntese lo más lejos del abusador como sea posible; usted no tiene que conversar ni mirar al abusador; usted no tiene que conversar con la familia ni las amistades del abusador que estén presentes
- Traiga a una amistad o a un familiar para que esté con usted hasta que se vea su caso
- Diga al alguacil o al comisario que le tiene miedo al abusador y que esté pendiente de usted
- Asegúrese de que tenga su orden judicial antes de irse
- Pida al juez o al comisario que mantenga al abusador allí por un tiempo después de finalizar el caso; váyase rápidamente
- Si piensa que el abusador la está persiguiendo al salir, llame inmediatamente a la policía
- Si usted viaja a otro estado para trabajar o para mantenerse alejada del abusador, llévese su orden de protección; es válida en todos lados

Reimpreso con el permiso de American Bar Association y sacado de Domestic Violence Safety Plan: Safety Tips for You and Your Family, un proyecto conjunto de ABA Tort Trial and Insurance Practice Section y ABA Commission on Domestic Violence.

Este proyecto se financió con la Subvención n.º 2009-WF-AX-0005, otorgada por la Oficina para la Violencia contra la Mujer [Office on Violence Against Women] del Departamento de Justicia de los EE. UU. [U.S. Department of Justice]. Las opiniones, los hallazgos, las conclusiones y las recomendaciones expresadas en esta publicación son del/de los autor/es y no reflejan necesariamente las opiniones de la Oficina para la Violencia contra la Mujer del Departamento de Justicia.

## **VIOLENCIA DOMÉSTICA Consejos de seguridad para usted y su familia**

**SI ESTÁ EN PELIGRO LLAME AL 911 O AL  
NÚMERO TELEFÓNICO DE EMERGENCIA  
DE LA POLICÍA LOCAL**

*Para información sobre ayuda en  
su área, llame a la Línea Directa  
Nacional para la Violencia  
Doméstica:  
1-800-799-7233  
1-800-787-3224 (TTY)*

*Hay intérpretes disponibles para  
varios idiomas.*

## **Red contra la Violencia Doméstica de Nevada**