



# GUÍA PARA PADRES

## Relaciones Sanas & la Violencia en el Noviazgo

El propósito de esta guía es proporcionar información y recursos para facilitar la conversación con los jóvenes sobre las relaciones sanas y otorgarles las herramientas necesarias para que forjen relaciones basadas en respeto, y libre de violencia.

Una encuesta nacional reveló que aproximadamente, el **70%** de los adolescentes entre **12 y 18** años que habían estado en una relación en el último año sufrieron algún tipo de maltrato.

### ELEMENTOS DE UNA RELACIÓN SANA

Una relación sana debe tener los siguientes elementos esenciales: **respeto, comunicación, confianza, honestidad, límites e igualdad**. La ausencia de uno o varios de estos elementos puede ser una señal de que la relación es poco saludable o abusiva.

### INICIAR LA CONVERSACIÓN

¿Has tenido la conversación sobre las relaciones sanas y la violencia en el noviazgo? Iniciar la conversación es vital para ayudarles a identificar comportamientos saludables y las señales de alerta.

### ¿CÓMO RESPONDER?

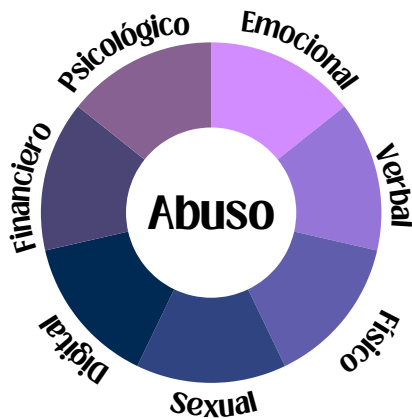
Responder **sin prejuicios** y desde un lugar de **apoyo** es fundamental.

- Escuche
- Haga preguntas abiertas
- Ofrezca apoyo
- Valide sus sentimientos y experiencias
- Enfóquese en la conducta, no en la persona
- Discutan recursos y opciones



La versión original de esta guía fue creada por el recurso nacional *Love is Respect*.

La violencia en el noviazgo es un patrón de comportamientos abusivos utilizados para ejercer poder y control sobre la pareja. Conocer los diferentes tipos de abuso es vital para poder crear un plan de seguridad.



### **ABUSO EMOCIONAL**

La violencia emocional es una táctica muy común en las relaciones abusivas. A menudo, se utiliza el "gaslighting" para negar y/o minimizar experiencias y sentimientos, o revertir la culpa.

### **ABUSO SEXUAL**

Se trata de la coacción en contactos, interacciones y/o experiencias en la intimidad de una pareja. Este tipo de abuso también se refiere a ignorar el consentimiento o sabotear/negarse al uso de anticonceptivos.

### **ABUSO DIGITAL**

Es una violación a la privacidad y los límites digitales de una persona. El abuso digital puede ser una de las primeras señales de alerta de que una persona tiene el poder y control en la relación.

### **ABUSO FÍSICO**

Este tipo de abuso deja rastros visibles, ya que es una violación a los límites físicos de una persona. Puede tener consecuencias en la salud de una persona, y hasta ser letal, por lo que la atención médica es importante.

### **ABUSO FINANCIERO**

La violencia financiera usualmente pasa por desapercibida. La misma se trata del control de las finanzas de la pareja. En los jóvenes, esto incluye ejercer presión e impactar de forma negativa el ámbito académico y/o laboral.