



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?

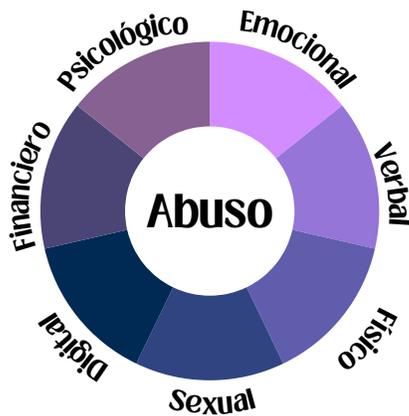
Responder **sin prejuicios** y desde un lugar de **apoyo** es fundamental.

- 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.