



SEEK™
Safe Environment for Every Kid

¿Se siente seguro?

¿Alguien lo lastima o lo controla?

Si es así, puede ser víctima de violencia doméstica.

La violencia doméstica es cuando una persona hiere a otra en una relación.

Puede causarle problemas de salud, ahora y en el futuro.

También puede dañar la salud emocional y física de su hijo.

Tipos de violencia doméstica:

- **Verbal:** Amenaza con lastimarlos a usted o a su hijo
- **Psicológica:** Insulta o menosprecia
- **Física:** Abofetea, asfixia o patea
- **Sexual:** Lo obliga a tener relaciones sexuales
- **Económica:** No lo deja trabajar o estudiar



Las víctimas de violencia doméstica pueden sentir:

- Muchas cosas diferentes, afecta a las personas de muchas maneras
- Atrapado o con miedo de salir o de buscar ayuda
- Miedo, vergüenza o soledad

Diseñe un plan de seguridad:

- Un plan individualizado para mantener a su familia a salvo cuando esté en una relación, pensando en irse o después de que se vaya
- Es útil en una crisis cuando es difícil pensar lo mismo que cuando se está en calma
- Puede incluir alguna de la siguiente información, como un plan de cómo y dónde puede escapar de forma segura, una bolsa preparada con las pertenencias importantes, la palabra clave que los niños conocen si necesitan salir en caso de emergencia, que los niños sepan cómo llamar al 911 o a una persona de confianza
- Los asesores de la Línea Nacional contra la Violencia Doméstica pueden hacer planes con cualquiera que esté preocupado por su propia seguridad o la de otra persona

¡No se merece que lo traten de esta manera!

Haga de su familia un lugar seguro para el amor, no para la violencia.

Si desea ayuda, por favor, hable con el médico o la enfermera de su hijo.

Recursos útiles

Línea nacional contra la violencia doméstica | www.thehotline.org

- Asesores disponibles 24/7 para ayudarlo de manera gratuita y confidencial, proporcionar información, intervención en casos de crisis, planeación segura y conectarlo con la ayuda cercana
- Ayuda en más de 200 idiomas
- Llame al **1-800-799-SAFE (7233)**, **1-800-787-3224 (TTY)** o **1-855-812-1001 (videollamada si es sordo)**
- Visite el sitio web y escoja **“Chat Now”** para ayuda en inglés 24/7. El **“Chat en español”** está disponible todos los días de 12 p.m. a 6 p.m. CDT
- Por su seguridad, el uso de la computadora puede ser monitoreado y es imposible ocultarlo completamente, así que si teme que su uso pueda ser monitoreado, llame a la línea directa
- Los folletos con información sobre la violencia doméstica deben ser escondidos, como en un zapato, debajo de la ropa en un armario o en otro lugar seguro

