

## ¿Es Usted Un Proveedor De Cuidado De Salud?

Las relaciones de pareja en las que hay maltrato o abuso afectan la salud. La violencia en la pareja puede ocasionar problemas físicos y mentales, y puede exacerbar afecciones existentes e interferir con el tratamiento y con el cumplimiento terapéutico por parte del paciente. La violencia en la pareja se asocia con porcentajes más altos de hipertensión, diabetes, jaquecas, dolor crónico, insomnio, cansancio, úlceras estomacales, consumo de drogas, depresión y enfermedades de transmisión sexual, entre ellas la infección por el VIH y el sida.

Es importante que no se sienta cohibido al hablar con sus pacientes sobre la violencia en la pareja.

Estas son unas maneras de mejorar nuestra respuesta a la violencia en las relaciones de pareja en términos de salud pública:

- **SONDEE** a todos sus pacientes respecto a la violencia en las relaciones de pareja.

**Prepare el ambiente:** “Como el maltrato o abuso puede afectar la salud, acostumbramos a hacerles a todos nuestros pacientes unas preguntas.”

**Haga la pregunta:** “¿Ha estado alguna vez en una relación de pareja en la que sintió que la amenazaron, controlaron, lastimaron físicamente o asustaron?”

**Ofrezca ayuda:** “Me alegro de que me haya contado. Aquí vemos a muchas personas en situaciones parecidas. Sé de unos servicios que pueden ser útiles para usted.”

- **DESCRIBA** los servicios de HAVEN cuando los pacientes le cuenten del abuso.
- **OFREZCA** una remisión inmediata o dele al paciente el número de teléfono de HAVEN para que llame cuando le convenga más y no haya peligro. A quienes no estén listos o interesados en ese momento, recuérdelos que los servicios de HAVEN están a su disposición siempre.
- **RECUERDE** que debe respetar las decisiones del paciente.
- **PIENSE** en la seguridad del paciente cuando esté recetándole tratamientos, medicamentos y otros tipos de intervención, y hable del asunto con su paciente.
- **LLAME** a HAVEN si tiene preguntas.

### Cómo puede HAVEN ayudar a los proveedores de cuidado de salud

#### Remisiones

Los servicios de HAVEN son gratuitos y confidenciales y no requieren seguro médico ni remisiones. Llámenos o deles a sus pacientes los números telefónicos que aparecen a continuación. Se debe solicitar el “consejera de turno” si la llamada se hace entre las 8:30 am y las 5 pm de lunes a viernes. En los demás horarios, las trabajadoras sociales de turno se encargarán del caso (617-726-2241). La policía y el servicio de seguridad están a su disposición las 24 horas de día, si llama al (617) 726-2121. El programa de asistencia para empleados de Partners también ofrece servicios de atención para casos de violencia doméstica a empleados y sus familias. El teléfono de este programa es (617) 726-6976.

#### Consultas

En HAVEN respondemos preguntas médicas o personales sobre el maltrato o abuso y la violencia en las relaciones de pareja. Cuando un paciente no está listo para solicitar directamente los servicios de HAVEN, podemos ayudarlos a los proveedores de cuidado de salud a manejar la situación garantizando la seguridad y confidencialidad del paciente.

HAVEN también provee asesoría sobre el diseño de políticas hospitalarias y prácticas clínicas según las normas fijadas por la Comisión Conjunta (Joint Commission).

#### Capacitación

HAVEN provee capacitación completa para proveedores de cuidado de salud, miembros de la comunidad y otras personas de importancia clave para la misión de HAVEN. Llámenos para programar una capacitación para su consultorio.

## HAVEN

En Boston 617-724-0054

En Chelsea 617-887-3513

En Revere 781-485-6108



### Otros recursos

Línea directa SAFELINK en Massachusetts  
(Statewide Hotline SAFELINK)  
877-785-2020

Línea directa para casos de violencia  
doméstica en todo el país  
(National DV Hotline)  
1-800-799-7233

Este proyecto realizado con subvenciones de:

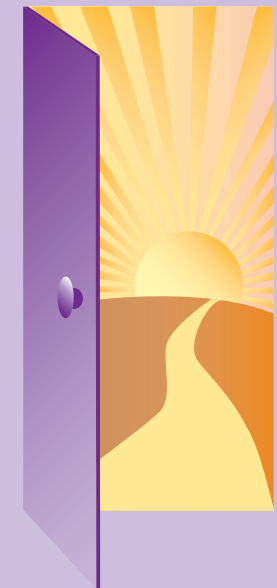
MGH/Partners Health Care Community  
Benefits Program

“Making a Difference” Grant Program

MOVA through 1984 VOCA grant from  
OVC, OJP, U.S. Department of Justice



## ¿Su relación de pareja está afectando su salud?



**HAVEN**  
Ayudando a terminar con  
el abuso y la violencia

Departamento de Servicios Sociales  
del Mass General

# HAVEN

## ¿ES MI RELACIÓN DE PAREJA SALUDABLE?

### ¿Mi pareja hace alguna de estas cosas?

- ¿Me humilla y me hace sentir avergonzada de mí misma?
- ¿Me intimida o me asusta?
- ¿Me insulta?
- ¿Me culpa cuando algo sale mal?
- ¿Me dice qué debo hacer, qué debo ponerme y a quién puedo o no puedo ver?
- ¿Me hace sentir como si yo no pudiera hacer nada bien?
- ¿Me controla el acceso al dinero o me impide conseguir o conservar un empleo?
- ¿Me controla o me obliga a hacer cosas que no quiero hacer?
- ¿Me empuja, me golpea, me lastima, o me amenaza?

Si respondió “Sí” a alguna de estas preguntas, es posible que se encuentre en una relación de pareja que no es saludable o que es peligrosa.

HAVEN cree que toda persona tiene derecho a tener relaciones de pareja saludables en las que no haya maltrato o abuso.

Una buena relación de pareja es buena para la salud.

Hable con su proveedor de cuidado de salud.

HAVEN está aquí para ayudarle.

*“Ya no tengo que tomar tantos medicamentos como antes para el corazón ni la diabetes, ni tengo que ir al médico con tanta frecuencia. Aquí encontré lo que estaba buscando.”*

## ¿CÓMO SE PUEDE AFECTAR MI SALUD?

Además de las lesiones visibles del abuso físico, el estrés constante de tener una pareja controladora o violenta puede afectar otros aspectos de su salud física y emocional.

- ¿Me duele con frecuencia la cabeza, la espalda o el abdomen?
- ¿Estoy deprimida o ansiosa?
- ¿Estoy comiendo de más y subiendo de peso? ¿O estoy comiendo menos y bajando de peso?
- ¿Bebo, fumo o uso drogas para lidiar con mi situación?
- ¿Me siento forzada a veces a realizar actividades sexuales poco saludables o que no deseo?
- ¿Me han hecho presión respecto a tener o a no tener hijos?
- ¿Mi pareja hace que me sea más difícil lidiar con mi enfermedad o discapacidad?

Las personas que sufren maltratos o abusos de parte de su pareja tienen el doble de probabilidades de tener mala salud. Usted puede tomar medidas para mejorar su salud y la de sus hijos.

## ¿QUÉ LE PODRÍA SUCEDER A MIS HIJOS?

Si usted se encuentra en una relación de pareja abusiva o controladora, la salud y el bienestar de sus hijos también pueden verse afectados. Se ha demostrado en estudios que los niños que se crían en hogares en los que hay maltrato o abuso tienen más discapacidades del aprendizaje, problemas de conducta, abuso de drogas y alcohol, y otros problemas de salud.

### ¿Cómo puedo ayudar a mis hijos?

- Explíqueles que ellos no tienen la culpa del maltrato o abuso.
- Escúcheles cuando quieran hablar de sus sentimientos y vivencias.
- Hable con el pediatra si su hijo muestra conductas o síntomas que le causen preocupación.



## ¿QUIÉN PUEDE SER AFECTADO?

Las relaciones abusivas pueden afectar a personas de cualquier cultura, raza, clase social, religión, edad, sexo y orientación sexual. Las personas con discapacidades, los inmigrantes y los refugiados a menudo corren riesgos adicionales.

A pesar de que entre el 85 por ciento y el 95 por ciento de los que sufren maltrato o abuso por parte de su pareja son mujeres, algunos hombres también se ven afectados.

El maltrato o abuso por parte de la pareja no sucede sólo en relaciones heterosexuales; las lesbianas, los varones homosexuales, los bisexuales y los transexuales también pueden verse afectados.

Tanto los jóvenes como las personas de edad avanzada pueden sufrir maltrato o abuso en cualquier momento de la vida.

Las puertas de HAVEN están abiertas para todos, sin importar si el maltrato o abuso está sucediendo ahora o pasó hace años.



## SERVICIOS DEL PROGRAMA HAVEN

Desde 1997, el programa HAVEN del Mass General ha brindado apoyo gratuito y confidencial a personas afectadas por relaciones de pareja poco saludables en las que hay maltrato o abuso. HAVEN tiene oficinas en Boston, Chelsea y Revere, y atiende a pacientes, empleados y visitantes del Mass General y sus familiares. Se ofrecen los siguientes servicios:

### Apoyo y consejería individual

Las consejeras de HAVEN le pueden ayudar a planear cómo ponerse a salvo, a buscar recursos y a cuidar mejor de su salud. Tenemos consejeras de varias culturas que podrán ayudarlo a recuperarse del maltrato o abuso y a fijarse metas para el futuro. La consejería puede prestarse en muchos idiomas, ya sea por medio de consejeras bilingües o a través de intérpretes del hospital. El apoyo y la consejería que reciba se diseñarán meticulosamente para que se ajusten a sus necesidades. Llámenos y le diremos cómo podemos ayudarle.

### Grupos

Los grupos de apoyo de HAVEN se han formado partiendo de la convicción de que las personas pueden inspirarse unas a otras para sanar, superarse y prosperar a través del apoyo mutuo. En las sedes de HAVEN del Mass General en Boston, Chelsea y Revere se ofrecen grupos en inglés y español para mujeres cuyas parejas son controladoras y abusivas.

*“Puedo encargarme mejor del cuidado de mi salud ... Mis medicamentos funcionan porque ya no siento ese estrés ... Me siento llena de vida. Yo creía que ya no me quedaba vida. Ahora estoy viviendo de nuevo ... Fue un milagro.”*