

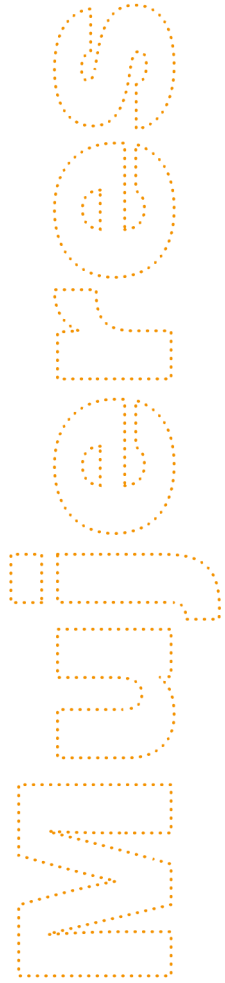


# **CARTILLA SOBRE LA VIOLENCIA DE GÉNERO HACIA LAS MUJERES**

Lectura fácil

**Cartilla sobre la**  
**violencia de género**  
**hacia las mujeres**

Lectura fácil



## Índice

¿Para qué es este documento?	4
¿Quién hizo este documento?	5
¿Qué es la violencia de género?	7
¿Qué tipos de violencia de género hay?	9
Recuerda	18
¿Qué puedes hacer si una persona te hace daño?	18
Estas instituciones pueden ayudarte	19

*Violencia  
de género*

## ¿Para qué es este documento?

Este documento es para ti, mujer.

Este documento es para que sepas qué es la violencia de género.

Este documento es para que puedas identificar cuando tú o alguien que tú conoces vive la violencia de género.

Este documento incluye contenido de la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Estado de Nuevo León.

[Puedes leer la Ley completa.](#)

## ¿Quién hizo este documento?

Este documento fue revisado por un grupo de personas con discapacidad intelectual integrantes de los servicios de la asociación Andares, A.B.P.

Andares organizó una reunión para que las personas con discapacidad intelectual conocieran este documento.

Las personas con discapacidad intelectual dijeron que algunas palabras eran difíciles de entender.

Las personas con discapacidad intelectual y las personas que trabajan en Andares dijeron las palabras que son más fáciles de entender.

Este documento también fue revisado por personas del Comité Técnico de Consulta del Mecanismo de Monitoreo de la Convención sobre los Derechos de las Personas con

Discapacidad de la Comisión Estatal de Derechos Humanos de Nuevo León.

La participación de las personas con discapacidad es importante para que este documento funcione.

## ¿Qué es la violencia de género?

La violencia de género la viven las mujeres.

La violencia de género daña a las mujeres por ser mujeres.

La violencia de género puede dañar más a mujeres con discapacidad, mujeres indígenas, mujeres que vienen de otro país o mujeres que viven en pobreza.

La violencia de género es consecuencia de la sociedad patriarcal.

Una sociedad patriarcal es una sociedad en la que los hombres tienen control, autoridad y beneficios sobre las mujeres.

Una sociedad patriarcal es una sociedad en la que los hombres y las mujeres no tienen las mismas oportunidades.

La violencia de género busca mantener las desigualdades de control, autoridad, beneficios y oportunidades de los hombres sobre las mujeres.



## ¿Qué tipos de violencia de género hay?

Existen diferentes tipos de violencia de género.

1. La **violencia física** es cuando una persona daña tu cuerpo.

Por ejemplo, cuando una persona:

- Te golpea,
- Te da cachetadas,
- Te patear,
- Te rasguña,
- Te empuja,
- Te pellizca,
- Te provoca una quemadura,
- Te lanza objetos,
- Te lastima con un arma como pistola o cuchillo,
- Te **ahoga**, o
- Te **encierra**.



**Ahoga:** es cuando una persona te ahorca para que dejes de respirar.



**Encerrar:** es cuando una persona te mete en un lugar y no te deja salir.

2. La **violencia psicológica** es cuando una persona te trata mal y eso te hace sentir triste.

Por ejemplo, cuando una persona:

- Te **insulta**,
- Te **amenaza**,
- Te grita,
- Te miente,
- Te culpa de cosas que no hiciste,
- Te dice que no vales nada,
- Se burla de ti,
- No respeta tus decisiones,
- No te deja hacer las cosas que te gustan,
- Decide quiénes son tus amigos y amigas, o
- No te deja hablar con tu familia, amigos o amigas.



**Insultar:** es cuando una persona dice cosas feas sobre ti.



**Amenazar:** es cuando una persona dice que te va a hacer daño.

3. La **violencia económica** es cuando el dinero que recibes en tu trabajo no es justo por las actividades que haces.

La violencia económica es cuando una persona no te deja usar tu dinero.

Por ejemplo, cuando una persona:

- No quiere darte tú dinero,
- No te deja que tengas trabajo,
- No te deja estudiar,
- No te deja comprarte cosas, o
- No te permite ahorrar tu dinero.

4. La **violencia patrimonial** es cuando una persona controla tus cosas.

La violencia patrimonial es cuando una persona te quita cosas importantes para ti.

Por ejemplo, cuando una persona:

- Te quita tu identificación u otros documentos personales, o
- Controla tus cosas o tu **herencia**.



**Herencia:** es cuando recibes algo cuando el dueño o la dueña ha muerto.

La herencia puede ser dinero, una casa, un terreno o muebles.

5. La **violencia digital** es cuando una persona te daña usando sus redes sociales o los mensajes y las llamadas de su celular.

Por ejemplo, cuando una persona:

- Vigila tus redes sociales como WhatsApp, Facebook o Instagram,
- Te pide las contraseñas de tus redes sociales,
- Te insulta en redes sociales,
- Te obliga a tomarte y enviarle tus fotos o videos sin ropa, o
- Te amenaza con compartir tus fotos sin ropa.

6. La **violencia sexual** es cuando una persona te obliga a realizar situaciones sexuales, aunque tú no quieras.

Por ejemplo, cuando una persona:

- Toca tu cuerpo o tus partes íntimas, aunque tú no quieras,
- Te obliga a quitarte tu ropa, aunque tú no quieras,
- Te toma fotos sin ropa, aunque tú no quieras,
- Te da besos, aunque tú no quieras,
- Te obliga a tocar su cuerpo o sus partes íntimas, aunque tú no quieras,
- Te obliga a tener relaciones sexuales, aunque tú no quieras, o
- Te obliga a ver situaciones sexuales o películas sexuales, aunque tú no quieras.

7. La **violencia obstétrica** es cuando una persona te opera para que no puedas tener hijos o hijas, aunque tú no quieras.

La violencia obstétrica es cuando una persona doctora o enfermera te maltrata durante tu embarazo o cuando tienes a tu bebé.

8. La **violencia política** es cuando una persona no te permite votar o ser votada de igual manera que a los hombres.

Por ejemplo, cuando una persona:

- No te permite votar de forma libre y secreta, o
- Insulta a las mujeres que participan en la política.



**Votar:** elegir a una persona para que le represente como autoridad. Para votar tienes que tener 18 años de edad o más.



9. La **violencia feminicida** es cuando un daño a tus derechos humanos puede terminar en una muerte violenta.



**Derechos humanos:** son derechos que tienen todas las personas y que protegen la libertad, igualdad y seguridad.

## Recuerda

1. Las personas que no conoces no deben hacerte daño,
2. Las personas que conoces no deben hacerte daño,
3. Tú no tienes la culpa cuando una persona te hace daño,
4. Cuando una persona te hace daño, tú puedes decirle a una persona en la que confíes, y
5. Hay personas que pueden ayudarte.

## ¿Qué puedes hacer si una persona te hace daño?

1. Huye cuando una persona quiere hacerte daño,
2. Cuéntale a una persona en la que confíes, y
3. Cuéntale a una autoridad para poner una denuncia.

## Estas instituciones pueden ayudarte

### 1. Instituto Estatal de las Mujeres

Dirección: Calle 5 de Mayo número 525, entre las calles Escobedo y Zaragoza, colonia Centro, Monterrey, Nuevo León.

Teléfonos: 80 05003 7760 y 81 1783 8350

Correo: [instituto.mujeres@nuevoleon.gob.mx](mailto:instituto.mujeres@nuevoleon.gob.mx)

### 2. Fiscalía General de Justicia

Dirección: Calle San Luis Potosí 301, colonia Independencia, Monterrey, Nuevo León.

Teléfono: 81 2020 4860

WhatsApp: 81 1044 3767

Correo: [enlace@fiscalianl.gob.mx](mailto:enlace@fiscalianl.gob.mx)

### 3. Procuraduría de la Defensa de las Personas con Discapacidad

Dirección: Avenida Lázaro Cárdenas 3701, entre las calles Puerto Kino y Paseo del Márquez, colonia Valle de las Brisas, Monterrey, Nuevo León.

Tel.: 81 2020 8021 // Correo: [procu.discapacidad.nl@gmail.com](mailto:procu.discapacidad.nl@gmail.com)

#### 4. COMISIÓN ESTATAL DE DERECHOS HUMANOS DE NUEVO LEÓN

Es la institución que protege tus derechos humanos.

**Cuauhtémoc No. 335** Norte, Col. Centro, Monterrey, Nuevo León, entre Manuel María de Llano y Albino Espinosa.

**Teléfonos:**

(81) 8345-8644, (81) 8345-8645,  
(81) 8342-4260, (81) 8344-9199

**E-mail:** [cedhnl@cedhnl.org.mx](mailto:cedhnl@cedhnl.org.mx)

**Sitio web:** [www.cedhnl.org.mx](http://www.cedhnl.org.mx)

**MÓDULO DE ATENCIÓN - PABELLÓN CIUDADANO**

Washington No. 2000, Col. Obrera, Monterrey, Nuevo León.

**OFICINA REGIONAL - ZONA SUR**

Juárez No. 517, Col. Centro, Linares, Nuevo León.

Tel: (821) 110-0372

- Si estás en una **situación de violencia** y no tienes saldo, marca **911** ●