

Violencia interpersonal y el COVID-19: Qué necesita saber.



Quizás el “quedarme en el hogar” no se siente como refugio?

El virus del COVID-19 puede ser aterrador y la orden de “mantenerse en el hogar” significa disminuir el contacto físico con amistades, familiares y compañeros de trabajo. El estrés y aislamiento pueden magnificar tensiones existentes en nuestras relaciones personales empeorando las circunstancias. Si está preocupado/a por su seguridad porque alguien en su hogar le causa temor o inflige daño, no se sienta solo/a. Puede tomar estas acciones para mantener su seguridad y la de sus hijos:

- ¿Hay personas de confianza fuera del hogar que puedan permanecer en contacto con usted? ¿Puede solicitar que estas personas le continúen llamando y mandando mensajes de texto por si no contesta?
- Si la circunstancia permite, trate de mantener su rutina diaria que incluya contacto con sus conexiones sociales por medios del teléfono y el internet.
- Considere un **plan de seguridad** donde enliste cosas que puede hacer durante el tiempo que permanezca “la orden de mantenerse en el hogar.” Esto incluye identificar espacios en el hogar/en casa donde no hay armas, en caso de una pelea.
- Hay personas a la que puede llamar si necesita ayuda. **La línea directa de Violencia Doméstica (1-877-863-6338)** y **la Línea directa de Violencia Doméstica en Illinois (1-877-863-6338)** están disponibles 24 horas al día, los 7 días de la semana.
- La orden de permanecer en el hogar no significa que debe permanecer en su casa, si su seguridad está comprometida. Si este es el caso, y si hay oportunidad, debe huir y llamar al 911 o una de las líneas telefónicas mencionadas en esta hoja.



¿Qué debo hacer si estoy preocupado/a por un amigo/a?

En estos tiempos, el estrés puede poner a prueba cualquier tipo de relación, y la violencia y el abuso existentes pueden escalar. La combinación de desempleo y temor a enfermarse, más la orden de permanecer en el hogar puede causar a personas que están en relaciones abusivas sentirse aun más aislados y temer más que nunca.

Es probable que sobrevivientes y sus hijos se sientan aislados y con temor especialmente ahora. Permanezca en contacto- pregunte como están, como están sus hijos y si se encuentran bien. Ayudemos que no se sientan solos.

- Si ellos están viviendo en el hogar con un abusador, hay una probabilidad que ellos no puedan responder a las preguntas directamente. Pregunte si se puede hablar o si hay un mejor tiempo para hablar.
- Es posible que el abusador o su pareja pueda usar el miedo de enfermarse para atrapar a la víctima o les dice que pueden ser arrestados si salen del hogar. Asegúreles, que, si se encuentran en peligro inmediato, hay ayuda disponible.
- Mantenerse en contacto con alguien que está en una relación abusiva puede ser desafiante hasta en las mejores circunstancias; es probable que sea más difícil ahora. Es importante que sepa que también hay **recursos para USTED** también.



**Collaboratory for
Health Justice**

Recursos

Nacional:

- Visite al futureswithoutviolence.org para una lista de recursos con información sobre el coronavirus para sobrevivientes, comunidades y programas.
- **Tu Vida Tu Voz Línea Directa:** Jóvenes pueden mandar el mensaje **VOICE por texto a 20121** del mediodía hasta la medianoche o llamar al **1-800-448-3000** 24 horas, 7 días de la semana si tiene pensamientos en causar daño a sí mismo o si es víctima de abuso.
- Línea Directa Nacional de Violencia Doméstica
 - o 24 horas /7 días, confidencial y gratuita: **1-800-799-7233** y por chat al www.espanol.thehotline.org
 - o Puede charlar con alguien por mandar el **texto LOVEIS al 22522**– solamente si su número telefónico o computadora no está supervisado.
 - o La página también incluye recursos en crear un plan de seguridad.
- Línea Directa Nacional de Asalto Sexual es 24horas/7días, confidencial y gratuita: **800-656-HOPE (4673)** y también **a medios de chat** (hotline.rainn.org).
- **Línea directa para Vidas Transgeneras** da apoyo para personas transgéneros de 9am-3am CT: **1-877-565-8860**. *Esta línea directa emplea transgéneros como operadores telefónicos y es la única línea directa con policía en contra de no rescatar, aunque la víctima se oponga.*
- **Línea Directa Nacional para Padres** Lunes a Viernes, 12pm-9 am CT da apoya emocional y abogacía para padres: **1-855-427-2736**
- Coalición del Estado de Washington en contra de Violencia Doméstica y **Guía para Amigos y Familiares** al igual **Apoyando alguien viviendo en abuso** página web

Local (área de Chicago):

- **Coalición contra la Violencia Doméstica en Illinois** puede ayudarle encontrar servicio proveedor local por la página web
 - o **La Línea Directa de Violencia Doméstica en Illinois** sigue en servicio y puede ser usado como intervención en tiempo de crisis, información y referidos para sobrevivientes y familiares que están preocupados por sus seres queridos. Visite chi.gov/dvhelp o llama o mande un **1-877-863-6338**. Apoyo está disponible en 100 diferentes lenguajes 24 horas/ 7 días.
- Línea Directa Apna Ghar: **773-334-4663** o al **800-717-0757**; Por medios de texto: **773-899-1041**
- Entre Amigos Chicago- 24horas /7días línea directa: **1-800-603-4357**
- Centro en Halsted (LGBTQ)- Línea directa: **773-871-CARE (2273)** o correo electrónico avp@centeronhalsted.org. El Recurso en contra de la Violencia tienen personal disponible de 9AM-5PM Lunes a Viernes. Personas están bienvenidos en dejar mensaje de voz y alguien del equipo le regresara la llamada. Sesiones de “sin cita previa” por lo tanto están suspendidas.
- Línea Directa en conexión para Mujeres abusadas y sus Hijos: **773-278-4566**
- Familia en Rescate- Sur de la ciudad 24 horas /7días Línea Directa **773-375-8400** o al **800-360-6619**
- Mujeres Latinas en Acción 24 horas/7días. Línea Directa para violencia interpersonal: **312-738-5358**; 24 horas /7días Línea directa para víctimas de violación: **888-293-2080**
- Para más recursos locales, Visite UIC School of Public Health’s Resource Hub al publichealth.uic.edu/covid-19-response/covid-19-resources/

