

Estamos para escucharla  
y apoyarla.

Si su relación de pareja le  
causa dolor y le hace daño...

**LLAME AL  
9-1-1**

## ¿Dónde BUSCAR Ayuda?

- Oficinas de Psicología y Trabajo Social de los Hospitales y clínicas
- Oficina de Atención a la Víctima Poder Judicial
- Delegación de Policía de su comunidad
- Delegación de la Mujer INAMU-San José

**¡Vivir sin violencia  
es su derecho!**



Tel.: 2255-1368 / 2233-7895

[info@inamu.go.cr](mailto:info@inamu.go.cr)

**El amor  
no debe doler...**



## Si su pareja...

- la atemoriza.
- la insulta.
- la amenaza con golpearla, abandonarla, quitarle a los hijos (os), matarla o matar a sus hijos (os) o familiares.
- la ridiculiza y avergüenza en privado o en público.
- la critica permanentemente, le dice que no sirve para nada y que es una tonta.

## Si su pareja...

- la abofetea, la empuja, le da puñetazos, le jala el cabello.
- le pone apodosos o sobrenombres y la humilla.
- le dice lo que tiene que hacer, a donde puede ir, a quien puede ver, con quien hablar y como debe vestir.
- la obliga a tener relaciones sexuales.
- la cela y la acusa de coquetear o de serle infiel.

## Si su pareja...

- la mantiene alejada de su familia.
- le prohíbe ver a sus amigas(os).
- la hace sentir débil.
- le dice y la hace sentir que no vale nada.
- Siente miedo de lo que pueda decir.

## ¡El amor no debe doler!

Si esas cosas le están sucediendo, usted está viviendo una relación de pareja violenta.

La violencia intrafamiliar puede afectar a las personas sin importar su posición económica, nivel educativo, etnia, nacionalidad. El primer paso para salir de la violencia es hablar con alguien que la pueda orientar.

