

09.04.01/1-3665

COLECCION METODOLOGIAS Nº 4

UNA VIDA SIN VIOLENCIA ES POSIBLE

7



CENTRO NACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LA MUJER Y LA FAMILIA

COLECCION METODOLOGIAS **Nº 4**

CONOZCAMOS NUESTROS DERECHOS Nº 7



CENTRO NACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LA MUJER Y LA FAMILIA

UNA VIDA SIN VIOLENCIA ES POSIBLE

Publicado con la colaboración de



Fondo de Población de las Naciones Unidas

1995

364.15
C837u

Costa Rica, Centro Nacional para el Desarrollo de
la Mujer y la Familia

Una vida sin violencia es posible / Centro
Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia. -- 1.ed.--
San José : El Centro, 1995. (Colección Metodologías ; no. 4.
Conozcamos Nuestros Derechos ; no. 7.)
26 p. : il., col.; 21 cm.

ISBN 9968-742-22-8

1. Violencia en contra de la mujer. 2. Derechos de la Mujer.
3. Violencia Intrafamiliar. 4. Medios de enseñanza.
5. Capacitación. I. Título



ISBN 9968-742-22-8

09.04.01 / 1-3665
c2 de 2

Edición: Flor Portugal

Textos: Flor Vega Castillo

Revisión y corrección de textos: Flor Portugal
Zelenia Rodríguez
Mía Gallegos

Diseño y artes finales: Gretel Rodríguez

Colaboración: Area de Capacitación y
Organización CMF
Ivannia Monge
Tatiana Soto
Erika Linares

Agradecimiento A los grupos de mujeres
que validaron este folleto

CONTENIDO

Presentación	5
La Violencia contra las Mujeres	7
Algunas Manifestaciones de la Violencia contra las Mujeres	8
- Violencia Física	8
- Violencia Sexual	8
- Violencia Emocional	9
- Violencia Verbal	9
- Violencia Patrimonial	9
El ciclo de la Violencia	11
Protección Constitucional	12
Convención de Belem do Pará	13
Legislación, Políticas y Mecanismos Necesarios	14
Mientras tanto ¿Qué hacemos?	16
Denuncia	17
¿Cómo podemos Denunciar?	18
Importancia de la Denuncia	19
Algunas Agresiones que Podemos Denunciar	20
Delitos de Agresión Sexual	21
Si el agresor vive con nosotras	24
Una Vida Sin Violencia es Posible	25
Glosario	26

PRESENTACION

Todas las mujeres, de alguna u otra forma, hemos sufrido agresiones por el simple hecho de ser mujeres. Muchas de estas agresiones son muy evidentes: insultos, golpes, abusos sexuales. pero hay otras manifestaciones de la violencia que muchas veces pasan desapercibidas, porque estamos muy acostumbradas a vivirlas, por ejemplo, un piropo vulgar en la calle, una insinuación sexual de parte de un compañero de trabajo que nos hace sentir mal, o simplemente cuando nuestro esposo o hijos nos tratan como si fuéramos un objeto de su propiedad.

Este folleto se refiere al tema de la violencia contra las mujeres, cuál es su origen, como se manifiesta, qué podemos hacer para expulsarla de nuestras vidas, donde acudir si somos violentadas.

El Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia, se complace en compartir este material con ustedes y esperamos que su lectura sea provechosa y un medio más para identificar y erradicar las diversas agresiones ejercidas contra nosotras, de modo que podamos disfrutar de una vida sin violencia.

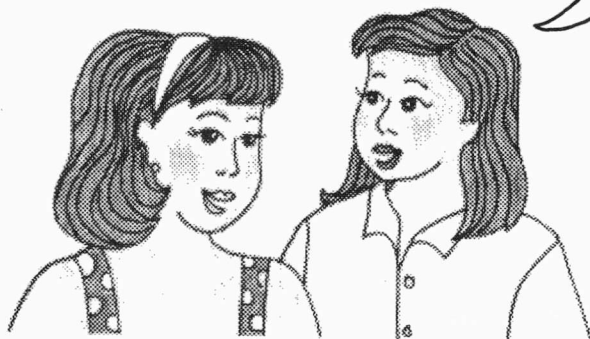
Ana Isabel García Q.
DIRECTORA EJECUTIVA

VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES ES PRODUCTO DE UNA CONCEPCIÓN EQUIVOCADA, EN DONDE SE CREE EN LA SUPERIORIDAD DE LOS HOMBRES.

Dariamente constatamos la existencia de agresiones contra las mujeres, tanto en el hogar, así como en otros ámbitos: en la calle, en el trabajo, en el centro de estudios, etc.

ES PRODUCTO DE LAS COSTUMBRES Y LOS PATRONES CULTURALES QUE INCULCAN LA IDEA DE LA SUPERIORIDAD DE LOS HOMBRES Y LA INFERIORIDAD DE LAS MUJERES.



PARA CONSTRUIR UNA VIDA SIN VIOLENCIA, TODAS Y TODOS DEBEMOS BUSCAR FORMAS DE RELACIONARNOS QUE NOS PERMITAN UNA CONVIVENCIA RESPETUOSA Y PRODUCTIVA.



ALGUNAS MANIFESTACIONES DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

La violencia contra las mujeres se manifiesta mediante actos de agresión verbal, física, emocional, sexual o patrimonial, directos o indirectos dirigidos a lesionar nuestra integridad física, emocional y moral.

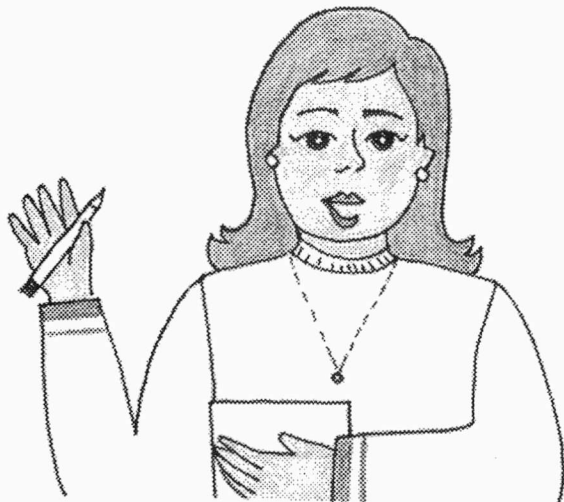
LA VIOLENCIA FISICA

La violencia física es toda acción que implique el uso de la fuerza contra otra persona, puede consistir en golpes, patadas, pellizcos, lanzamiento de objetos, empujones y cualquier otra conducta que atente contra la integridad física, ya sea que produzca marcas o no en el cuerpo.

VIOLENCIA SEXUAL

Es toda acción que implique el uso de la fuerza, la coerción, el chantaje, el soborno, la intimidación o la amenaza, para hacer que otra persona lleve a cabo un acto sexual u otras acciones sexualizadas no deseadas.

Por ejemplo: cuando una persona es obligada por otra a mantener relaciones sexuales cuando no quiere, a hacer cosas durante el acto sexual que no le gusta pero la obligan, la violación sexual, etc.



VIOLENCIA PATRIMONIAL

La violencia patrimonial es aquella que está dirigida contra nuestros bienes y pertenencias, por ejemplo: que nos destruyan nuestra ropa, que escondan nuestra correspondencia o documentos personales, que nos quiten el salario, que nos vendan o destruyan los enseres domésticos, en fin que dispongan de nuestros bienes sin nuestro consentimiento.

LA VIOLENCIA EMOCIONAL

La violencia emocional es todo acto que realiza una persona contra otra para humillarla y controlarla. Esto se puede producir mediante intimidación, amenazas, manipulación, humillaciones, acusaciones falsas, vigilancia, persecución o aislamiento. Se produce por ejemplo: cuando se nos prohíbe salir de la casa, trabajar o estudiar, no se nos permite tener amigas, o visitar a nuestros familiares, se nos amenaza con quitarnos a las hijas y a los hijos.

LA VIOLENCIA VERBAL

Esta forma de violencia es una de las manifestaciones de la violencia emocional. La violencia verbal se da cuando una persona insulta, ofende o le dice cosas mortificantes a otra. Por ejemplo, cuando nuestro esposo o compañero, ya sea en privado o en público, nos dice que “estamos locas”, “que no servimos para nada”, “que somos unas inútiles”, en fin cualquier forma verbal que nos denigre como seres humanas.



Es muy común que las mujeres sometidas a violencia, la suframos en varias o todas las manifestaciones. Cualquiera que sea su manifestación la violencia lesiona nuestra identidad, autoestima y autodeterminación como humanas.

EL CICLO DE LA VIOLENCIA

La violencia se da dentro de un ciclo. Veamos en qué consiste:

- Primero, el agresor nos grita, esto no nos parece tan grave, generalmente, lo justificamos e incluso creemos que lo provocamos con nuestra forma de actuar.
- Luego no sólo nos grita, si no nos rompe cosas queridas, nos golpea o golpea a las hijas y a los hijos. Nosotras a veces reaccionamos ante estas conductas de una forma agresiva.
- Todavía en estos momentos, lo justificamos y creemos que si actuamos de otra forma, él puede cambiar.
- Posteriormente nos obliga a hacer cosas que no deseamos, por ejemplo, a tener relaciones

sexuales forzadas, nos amenaza con abusar de las hijas y los hijos, con destruir los muebles de la casa.

- El agresor, se puede decir, funciona dentro de un ciclo, después que agrede, se siente culpable y hay un aparente arrepentimiento, esto generalmente, lo creemos y pensamos que es la última agresión. Pero no es así, cualquier cosa que hagamos, vuelve a activar el ciclo de la violencia, el cual cada vez se produce con más fuerza.

Cuando menos lo pensamos, el grado de violencia es tan elevado que cualquier cosa puede suceder, hasta el homicidio.

PARA EVITAR ESTA SITUACION, DETENGAMOS LA VIOLENCIA DESDE QUE SE INICIA. BUSQUEMOS GRUPOS DE APOYO QUE NOS FORTALEZCAN EMOCIONALMENTE, PARA PODER DECIR ¡BASTA!

PROTECCION CONSTITUCIONAL

Nuestra Constitución Política consagra los siguientes principios:

- LA VIDA HUMANA ES INVIOLABLE (ART. 21)
- IGUALDAD ANTE LA LEY, SIN DISCRIMINACION ALGUNA CONTRARIA A LA DIGNIDAD HUMANA (ART. 33)
- TODOS Y TODAS HEMOS DE ENCONTRAR REPARACION PARA LAS INJURIAS O DAÑOS QUE HAYAMOS RECIBIDO EN NUESTRA PERSONA, PROPIEDAD O INTERESES MORALES MEDIANTE LAS LEYES DE UNA FORMA PRONTA, CUMPLIDA Y SIN DENEGACION (ART. 41)

LOS PRINCIPIOS CONSAGRADOS EN LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DEBEN SER PLASMADOS EN LEYES ESPECÍFICAS QUE REALMENTE NOS PROTEJAN DE ACTOS VIOLENTOS EJERCIDOS CONTRA NOSOTRAS. ESTOS PRINCIPIOS, EN LA PRÁCTICA, MUCHAS VECES NO SE CUMPLEN, ESPECIALMENTE CUANDO SE TRATA DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES.



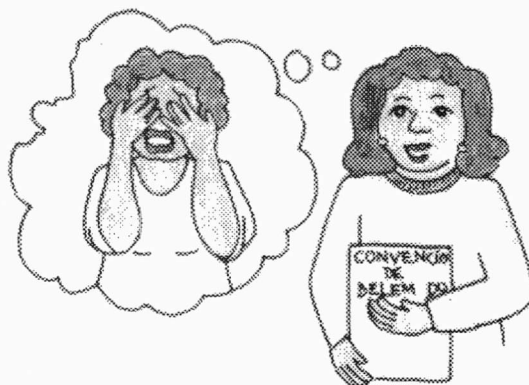
LA CONVENCION INTERAMERICANA PARA PREVENIR, SANCIONAR Y ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER CONVENCION DE BELEM DO PARA

El Gobierno de Costa Rica ratificó la Convención para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, conocida como Convención de Belem do Para. Este es uno de los instrumentos más importantes que poseemos para lograr que nuestro gobierno cree los mecanismos y leyes necesarias para protegernos de la violencia ejercida contra nosotras.

En esta Convención se reconoce que la violencia contra las mujeres es:

- Una violación a los derechos humanos y libertades fundamentales, pues la violencia limita a las mujeres el reconocimiento, goce y ejercicio de todos sus derechos.
- Una ofensa a la dignidad humana y una manifestación de las relaciones de poder desiguales entre hombres y mujeres.

- Ocurre en todos los sectores de la sociedad, no importa la condición económica, grupo étnico, nivel de ingresos, grado de estudios, escolaridad, edad, o religión.

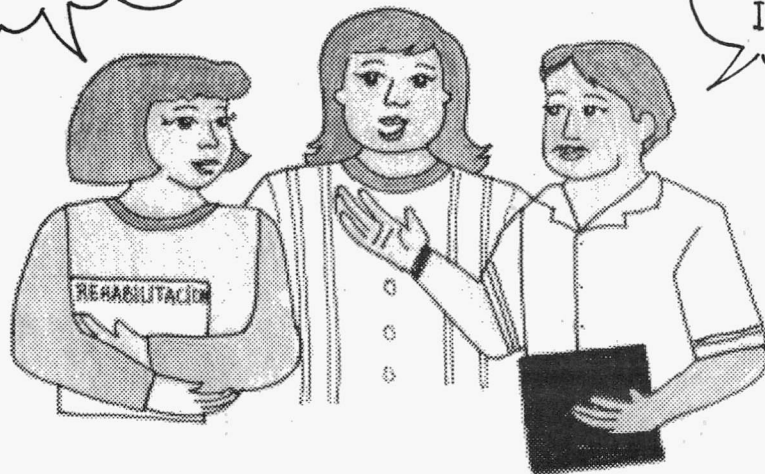


LEGISLACION, POLITICAS Y MECANISMOS NECESARIOS

- Ejecutar programas de rehabilitación para los agresores, pues con sólo la cárcel no se logra este propósito.

- Aprobar una ley contra la Violencia Doméstica, que proteja a las mujeres de la agresión que ejercen el esposo o el compañero.

- La ejecución del Programa de Atención y Prevención contra la Violencia Intrafamiliar



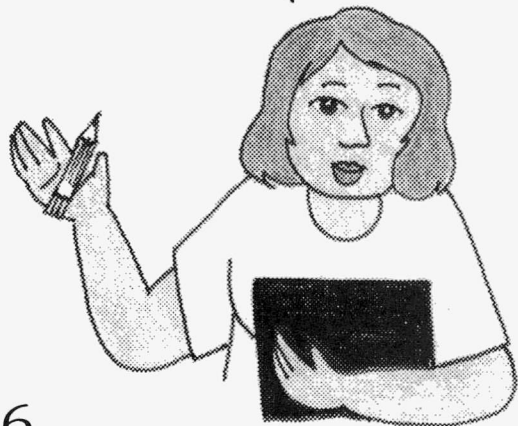
- Reformas al Código Penal, sobre todo el Capítulo sobre Delitos Sexuales, para que realmente se proteja a las mujeres sometidas a violencia sexual, y donde se reconozca la desigualdad de poder entre agresor y víctima.
- Impulsar y ejecutar programas de atención integral para las mujeres sometidas a violencia, pues los efectos de la violencia son severos y de largo plazo.
- Capacitar al OIJ, policías, alcaldes, jueces, juezas, escribientes, médicos (as) y otros para que cuando acudamos a ellas nos traten con respeto y comprensión.

- Aprobar una ley contra la Violencia Intrafamiliar para proteger a los miembros y miembros más vulnerables de la familia, niñas, niños, ancianas, ancianos, discapacitadas, discapacitados, entre otros.



MIENTRAS TANTO ¿QUE HACEMOS?

¿ DONDE PODEMOS
ACUDIR PARA
DENUNCIAR ?



El Código Penal contempla como delitos, determinadas conductas violentas. Esta ley, de alguna manera nos protege, por eso es importante que denunciemos los actos violentos de los que somos víctimas.

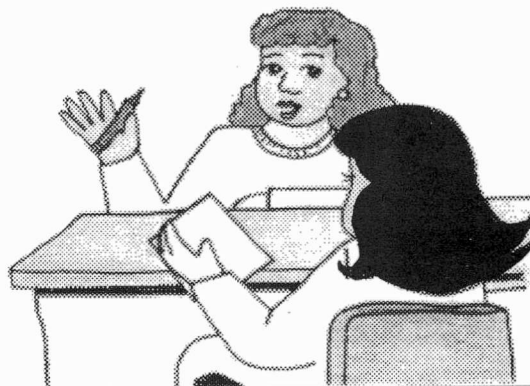
- A la **Agencia Fiscal** más cercana.
- A la **Delegación de la Mujer**.
- A la **Guardia de Asistencia Rural**.
- Al **Organismo de Investigación Judicial, OIJ**.
- A la **Alcaldía** más cercana.

DENUNCIA

Es muy importante, que denunciemos el maltrato y la agresión. Denunciar es un derecho que podemos ejercer en cualquier momento. Muchas no lo hacemos.

- No se nos atiende con respeto en las instituciones encargadas de recibir las denuncias.
- Creemos que nuestro esposo o compañero tiene derecho a "corregirnos".
- Tememos las represalias de quien nos agrede, o los comentarios de personas conocidas.
- No queremos que el papá de nuestros hijos y nuestras hijas vaya a la cárcel.
- No nos sentimos fuertes, y tememos no encontrar una respuesta.
- Desconocemos la identidad del agresor.
- Queremos proteger al agresor, porque es un miembro de la familia

**ES IMPORTANTE QUE
ANTES DE DENUNCIAR,
BUSQUEMOS LA ASESORIA DE
UNA ABOGADA O UN ABOGADO,
PARA CONOCER LAS
CONSECUENCIAS**



**ADEMAS BUSCAR APOYO
EMOCIONAL PARA
FORTALECERNOS. ES DIFICIL
ENFRENTAR UNA SITUACION
DE VIOLENCIA SOLAS
BUSQUEMOS APOYO**

¿COMO PODEMOS DENUNCIAR. ?

La violencia no es un problema personal, es una situación que sufrimos muchas mujeres.

Dos de cada tres mujeres estamos sometidas a alguna forma de violencia.

La denuncia la podemos hacer en forma escrita o verbal.

Es nuestra decisión, hagámosla de la forma que menos mal nos haga sentir.

Es importante que al denunciar en la Agencia Fiscal, solicitemos una acción civil resarcitoria en nuestro nombre (son términos difíciles de memorizar, pero vale la pena).

Esto significa, la posibilidad de cobrar una cantidad de dinero por los daños y perjuicios que nos causó el agresor.

Cuando denunciemos un delito por lesiones o un delito sexual, debemos practicarnos una serie de exámenes en la medicatura forense, para que el médico valore la agresión.

Podemos ir acompañadas por una persona de nuestra confianza, para que nos de apoyo.

IMPORTANCIA DE LA DENUNCIA

Hemos dicho, que es importante denunciar, sin embargo, este hecho requiere por parte de las mujeres sometidas a violencia, un enfrentamiento fuerte: con su agresor, con la sociedad y consigo mismas.

Por esto es recomendable que las mujeres que atraviesan por una situación de agresión busquen apoyo legal y emocional o lo conversen con alguien de su confianza.

- Es nuestro derecho.
- Nos permite dar a conocer las agresiones en nuestra propia casa.
- Es una manera de protegernos.
- Una denuncia sirve de prueba de las agresiones sufridas.



DENUNCIANDO LA VIOLENCIA Y HACIENDO VALER NUESTROS DERECHOS, PODREMOS LOGRAR QUE ESTA DISMINUYA, AUNQUE EL COSTO PERSONAL SEA MUY ALTO.

ALGUNAS AGRESIONES QUE PODEMOS DENUNCIAR

El Código Penal contempla varios tipos de lesiones y la pena para los agresores está relacionada con la gravedad de éstas. Se clasifican en: Lesiones gravísimas, graves y leves.

LESIONES GRAVISIMAS:

Se producen cuando causan;

- Incapacidad permanente para trabajar.
- Una deformación permanente del rostro.
- Pérdida de un sentido: oído, vista, etc.
- Esterilidad
- Otras.

LESIONES GRAVES:

Se producen cuando causan;

- Una incapacidad para el trabajo por más de un mes.
- Una debilidad de la salud en forma continua.
- Cicatrices imborrables en el rostro.
- Debilitación de un sentido.
- Otras.

LESIONES LEVES:

Se producen cuando causan:

- Una incapacidad para el trabajo de 10 días a un mes por un daño en el cuerpo o en la salud.

AL DENUNCIAR ESTAS AGRESIONES ES IMPORTANTE SOLICITAR QUE UN MEDICO(A) FORENSE NOS VALORE, PORQUE EL O ELLA ES EL QUIEN DETERMINARA EL TIPO DE LESION.

LOS DELITOS ESTIPULADOS EN EL CODIGO PENAL SOLO SE REFIEREN A LAS AGRESIONES FISICAS O SEXUALES, Y NO NOS PROTEGEN DE OTRAS FORMAS DE VIOLENCIA.

DELITOS DE AGRESION SEXUAL

UNA DE LAS FORMAS DE VIOLENCIA MÁS COMUNES A LAS QUE ESTAMOS SOMETIDAS LAS MUJERES ES LA VIOLENCIA SEXUAL.

ESTE TIPO DE VIOLENCIA LA SENTIMOS DENTRO DE LA FAMILIA, EN EL TRABAJO, EN LOS CENTROS EDUCATIVOS, EN LA CALLE.

LA RECIBIMOS DE PARTE DE AMIGOS, FAMILIARES, JEFES, ESPOSOS, COMPAÑEROS, PROFESORES Y TAMBIÉN DE DESCONOCIDOS.



EL CÓDIGO PENAL SANCIONA ESTE TIPO DE VIOLENCIA EN EL TÍTULO DENOMINADO “DELITOS SEXUALES”.

VIOLACION SEXUAL

La violación sexual puede ser cometida un el hombre y la víctima puede ser un hombre o una mujer.

Según la ley, para que exista violación, necesariamente, debe haber introducción del pene en la vagina o en el ano.

ABUSOS DESHONESTOS

Para que se de esta forma de agresión, no es necesario que haya penetración carnal, sino que se castigan los tocamientos sexuales no deseados.

Muchas veces, no denunciarnos este delito porque creemos que si no hay penetración, nuestra dignidad está a salvo, pero nadie tiene derecho a abusar ni a agredir a otra persona de ninguna forma.



EL ESTUPRO, DICE EL CÓDIGO PENAL,
SE DA CUANDO HAY PENETRACIÓN CON
UNA MUJER "HONESTA" MAYOR DE DOCE
AÑOS Y MENOR DE QUINCE AÑOS
QUE LA ACEPTE



LA SITUACIÓN SE AGRAVA PORQUE SON MUCHOS
LOS EMBARAZOS DE ADOLESCENTES MENORES DE
QUINCE AÑOS, EN LOS QUE LA PATERNIDAD ES
COMPLETAMENTE IRRESPONSABLE.



ESTUPRO

En la práctica este delito es difícil de probar, pues le corresponde a la mujer probar su "honestidad" y queda a la interpretación de ella o la jueza cuando lo es y cuando no.

SI EL AGRESOR VIVE CON NOSOTRAS

Muchas veces es necesario que el agresor salga de la casa para evitar que nos siga agrediendo y para proteger nuestras vidas.

En estos casos, la Ley de Promoción de la Igualdad Social de la Mujer y el Código de Procedimiento Penales, permiten que el juez o la jueza ordene la salida del agresor de la casa, por un período mínimo de un mes. Este período puede ser extendido si la persona ofendida lo solicita.



Además, el juez o la jueza le ordenará al agresor el depósito de una suma de dinero

para los gastos de la familia, cuando ésta sea su obligación.

Si no la deposita entonces podrá ser encarcelado hasta que haga el correspondiente depósito.

En el momento que lo decidamos podemos solicitar al juez (a) que el agresor pueda regresar a la casa. Para eso, el agresor debe jurar ante el juez que no volverá a agredirnos. Si no cumple, entonces podrá ser encarcelado.

**INFORMEMONOS PARA PODER HACER USO
DE NUESTROS DERECHOS**

UNA VIDA SIN VIOLENCIA ES POSIBLE.

BUSQUEMOS GRUPOS DE APOYO PARA QUE NOS AYUDEN A SALIR DE UNA VIDA VIOLENTA

EXIJAMOS QUE SE IMPARTAN PROGRAMAS DE ATENCION INTEGRAL PARA LAS MUJERES SOMETIDAS A VIOLENCIA

EXIJAMOS QUE SE DESARROLLEN PROGRAMAS DE REHABILITACION PARA LOS AGRESORES.



**NO ES FACIL SALIR DE UNA RELACION DE AGRESION...
PERO SIEMPRE HAY UNA SALIDA.**

GLOSARIO

- Autodeterminación:** Decidir conforme a nuestra voluntad, independientemente.
- Autoestima:** Cuanto nos valoramos a nosotras mismas.
- Convención:** Es un acuerdo entre dos o más gobiernos o estados que contiene normas legales sobre el derecho de las personas. Los Estados o Gobiernos que la firman se comprometen a cumplir con lo acordado.
- Discriminación:** Es cualquier tipo de desigualdad o restricción cultural, social, económica y política, por razón del sexo, que impide el desarrollo pleno de la mujer dentro de la sociedad.
- Denuncia:** Queja que se hace en forma oral o escrita ante una autoridad, cuando hemos sido sometidas a violencia.
- Programas:** Es un conjunto coordinado y ordenado de proyectos, que tiende a la atención de problemas específicos. Por ejemplo, programas de atención y apoyo a mujeres sometidas a violencia.

CONOZCAMOS NUESTROS DERECHOS

- 1- NUESTROS DERECHOS COMO HUMANAS
- 2- HOSTIGAMIENTO SEXUAL. ¿QUE HACER?
- 3- ¡DERECHO A DIVERTIRNOS TAMBIEN!
- 4- LA POLITICA, UNA ALTERNATIVA DE CRECIMIENTO
- 5- LA SALUD DE LAS MUJERES Y LOS DERECHOS REPRODUCTIVOS
- 6- POR UNA EDUCACION NO SEXISTA
- 7- UNA VIDA SIN VIOLENCIA ES POSIBLE
- 8- NUESTROS DERECHOS EN LA FAMILIA
- 9- LAS MUJERES Y EL DERECHO A LA PROPIEDAD
- 10- TRABAJADORAS... Y CON DERECHOS



CENTRO NACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LA MUJER Y LA FAMILIA

San Pedro, 100 mts. oeste del ICE, frente al Gimnasio Olímpico.

Apdo. 59-2015 • Tels: 253-7841, 253-9836, 253-9624

Fax: 253-8823, 225-1049

e-mail: cndmyf@sol.racsa.co.cr