

¿POR QUÉ NECESITA APOYO UNA MUJER QUE SUFRE VIOLENCIA?

Muchas mujeres (niñas, adolescentes, jóvenes, adultas) sufren malos tratos en sus relaciones de pareja o el ámbito doméstico. Malos tratos físicos, psíquicos y emocionales, sexuales, económicos, sociales... **que atentan contra los derechos de las mujeres como seres humanos simplemente por el hecho de "ser mujer"**.

Malos tratos que generan en la mujer sentimientos complejos porque son ejercidos por el hombre con el que se ha compartido o se comparte la vida que, en muchas ocasiones, es el padre de los hijos e hijas comunes, víctimas también de la violencia.

Malos tratos que se traducen en humillaciones, amenazas, insultos golpes, gritos, agresiones sexuales, intimidación, aislamiento, chantajes... y que no son hechos aislados, debilitando con el tiempo sus defensas físicas y psicológicas, generando miedo, impotencia e indefensión.

Sin embargo, todo esto **se puede cambiar** si la mujer conoce sus fuerzas, dispone de un ambiente seguro y tiene los medios a su alcance. Salir y recuperarse de una situación de maltrato es un proceso difícil para el que la mujer, y en su caso sus hijos e hijas u otras personas de la unidad de convivencia van a necesitar ayuda.