

## Teléfonos a los que puedes llamar:

Emergencias 112

012 Mujer Comunidad de Madrid

016 Atención a las víctimas de violencia de género

También puedes buscar información en:

<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/violencia-genero-salud>

# Violencia de pareja y embarazo

## Consecuencias para tu salud y la de tu bebé



adapta   Plena  
inclusión  
Madrid

Validación de textos: Grupo AMÁS



## Lee estas frases y piensa ¿mi pareja me trata así?

- Me culpa del embarazo y no me cuida.
- Me controla el teléfono y quiere saber dónde estoy.
- Me critica y no tiene en cuenta mis opiniones.
- No me deja ver a mis amistades y familiares.
- Me controla el dinero.
- Me dice que no vaya a las revisiones médicas del embarazo.
- Me insulta o me amenaza, me muerde, me da puñetazos, patadas, bofetadas o palizas.
- Golpea las puertas de casa o a mis mascotas.
- Me dice que se va a suicidar.
- Me obliga a tener relaciones sexuales.

Si has respondido sí a alguna de las frases anteriores:

¡Estás sufriendo violencia y tú y tu bebé podéis tener problemas de salud!



## Ahora lee estas frases y piensa ¿cómo me siento?

- Me siento sola, triste, nerviosa o culpable.
- Tengo dolores de cabeza.
- Rechazo a mi bebé.
- Bebo alcohol y consumo drogas.
- He dejado de comer o dormir.
- Tengo dolores durante las relaciones sexuales.



Si has respondido sí a alguna de las frases anteriores **ten cuidado** porque la violencia que sufres:

- Puede provocar un aborto y puedes perder a tu bebé.
- Puede provocar que necesites una cesárea porque tu bebé no nace de forma natural.
- Puede ser el motivo de que tu bebé nazca antes de tiempo o con poco peso.
- Puede provocar que tu bebé necesite grandes cuidados durante un tiempo o tenga problemas de salud toda su vida.

Recuerda:

La violencia que sufres no va a desaparecer cuando nazca tu bebé. Tu bebé y tú sois importantes. Tenéis que cuidaros.



## Debido a la situación de violencia que sufres, ¿sabes qué puede pasar después del parto?

- Puedes sufrir una depresión.
- Puedes tener problemas con la lactancia.
- Si tu pareja te obliga a tener relaciones sexuales pueden abrirse los puntos del parto.
- Puedes tener problemas para tomar anticonceptivos.

## Si estás en esta situación pide ayuda, ¡No estás sola!

Habla con personas que te pueden ayudar, por ejemplo, familia, amistades, personal del centro de salud, servicios sociales o asociaciones de mujeres. Prepara un plan de protección para situaciones de emergencia.

