

Cartillas informativas

# VIOLENCIA PSICOLÓGICA



• • •

**Bienvenidas, bienvenidos.**  
Acompáñenme a conocer  
cuándo estamos frente a un  
caso de **violencia psicológica**  
**y que podemos hacer frente**  
**a estos casos.**

Lean conmigo y compartamos esta  
información con **las mujeres y con los**  
**hombres de tu familia, barrio o trabajo.**



Sabías que en el 2021 se registraron **75,894 casos** de mujeres que denunciaron violencia psicológica en los Centro de Emergencia Mujer del Ministerio de Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP).



## NO SEAS UNA MUJER MÁS DE ESAS CIFRAS

### ¿Qué es la violencia psicológica?

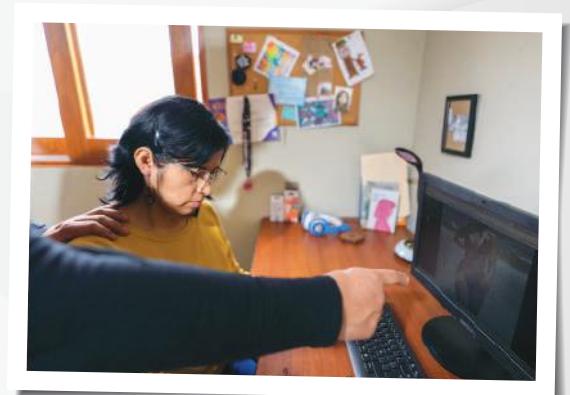
Es todo acto o conducta que un agresor hace o no hace, que causa daño emocional o psíquico en las personas, afectando su autoestima, sentimientos y la valoración de sí misma. Este daño psíquico se ve reflejado en la afectación o alteración de algunas de las funciones mentales o capacidades de la persona.



# ¿Cómo sabemos que estamos ante un caso de violencia psicológica?

**Cuando vives estas situaciones, lee y reflexiona:**

- ✓ Actitudes de hostilidad y menosprecio (insultos relacionados con el aspecto físico de la persona, con su inteligencia, con sus capacidades como trabajadora, con su calidad como madre, esposa o ama de casa).
- ✓ Intimidación o dominación (causar temor, controlando tus acciones, amenazar con causar daño, aislando a la persona de su entorno).
- ✓ Humillaciones de todo tipo.
- ✓ Comparaciones descalificadoras, cuando te señalan tus defectos de forma permanente, comparándote con otras personas.
- ✓ Cambios de humor imprevisibles o “estallidos de ira” en especial cuando se le ponen límites.
- ✓ No te deja participar en la toma de decisiones (manejo del dinero, salidas, entre otros).
- ✓ Descalifica tus emociones o sentimientos (tristeza, soledad, alegría) provocando una incapacidad para expresarse e incluso la desconfianza en tus ideas.



## Normas que nos protegen

- ✓ Ley N° 30364. Ley para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar.
- ✓ Reglamento de la Ley N° 30364, Ley para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar; y Código Penal Artículos 121-B y 122-B
- ✓ Ley 27337 Código de los Niños y Adolescentes



## ¿Qué requisitos debo cumplir para denunciar?

- ✓ Puedes denunciar sola, contando lo que ha pasado o por escrito, no se necesita la presencia de un abogado o abogada.
- ✓ No es necesario llevar DNI para denunciar; Si la persona no está inscrita en el RENIEC o es extranjera se recibe la denuncia y la institución la deriva a un Centro de Emergencia Mujer para que, en el marco de la atención integral, se tramite su documento de identidad.

## Puedes conseguir ayuda en:

### Puedes denunciar y buscar apoyo en las siguientes instituciones:

- ✓ Comisaría
- ✓ Fiscalía penales y de familia
- ✓ Juzgados de Familia de turno; Donde no hay Juzgados de Familia, se puede presentar la denuncia en los Juzgados Mixtos, Civiles o los Juzgados de Paz Letrado.
- ✓ Centro de Emergencia Mujer -CEM
- ✓ DEMUNA
- ✓ Línea 100
- ✓ Chat 100

Para tener en cuenta,  
**cuando vayas a denunciar,**  
**considera lo siguiente:**

- ✓ Si eres niña, niño o adolescente agraviada/o podrá denunciar los hechos de violencia sin la presencia de una persona adulta. La instancia receptora de la denuncia garantiza su seguridad hasta que se dicta la medida de protección. De encontrarse en situación de abandono se informa a la Unidad de Investigación Tutelar del MIMP.
- ✓ Al recibir la denuncia no permitas que te digan o sugieran algo sobre tu vida íntima, conducta, apariencia, relaciones u orientación sexual.
- ✓ Si hablas otra lengua como el quechua, aimara u otra, pide contar con un/a intérprete, traductor/a o una persona que te ayude a que comprendan lo que quieres denunciar. Es tu derecho.

**Recuerda: Todo trámite es gratuito** en la Comisaría, Juzgado de Familia, Fiscalía, Instituto de Medicina Legal, Centro de Emergencia Mujer y todas las instituciones públicas.

Tienes el poder de  
**protegerte contra  
la violencia**



# NO OLVIDES

Nadie puede dañar nuestra  
**integridad física, sexual,  
mental, emocional.**  
**No lo permitas.**

- ✓ Las mujeres y todos estamos para **ayudarnos, informando a otras personas de sus derechos y cómo ejercerlos.**
- ✓ No permitamos ser un número **más en las cifras de violencia contra mujeres.**
- ✓ La violencia psicológica es **parte de otras violencias, detengámosla a tiempo.**

PROYECTO DE APOYO  
AL SECTOR JUSTICIA II



PODER JUDICIAL  
DEL PERÚ



Este documento surge como resultado del trabajo de los colaboradores y de la Iniciativa para el Estado de Derecho del American Bar Association (Colegio de Abogados de EE.UU.). Las declaraciones y los análisis que aquí se expresan son únicamente de la autora, y no han sido aprobados por la Cámara de delegados ni por el Consejo de Gobernadores del American Bar Association y, por lo tanto, no representan la posición o la política de tales organismos. Asimismo, nada de lo incluido en este manual deberá interpretarse como una asesoría legal para casos específicos.