

SALUD MENTAL Y COERCIÓN AL ABUSO DE SUSTANCIAS

Serie de hojas de sugerencias para seguridad y bienestar

La violencia de pareja es un patrón de conductas coercitivas diseñadas para dominar y controlar a una persona por medio de temor e intimidación. Las tácticas pueden incluir...

- Abuso físico
- Abuso sexual
- Abuso psicológico y emocional
- Abuso económico
- Aislamiento
- Amenazas relacionadas con hijas e hijos (por ejemplo, de quitarte la custodia infantil)

Parte de la razón por la cual estas tácticas funcionan es que se basan en discriminación y estigma tales como...

- Racismo
- Sexismo
- Heterosexismo y homofobia
- Discriminación por motivos de discapacidad física o psiquiátrica
- Estigma relacionado con el estado de VIH
- Estigma relacionado con la salud mental
- Estigma relacionado con el abuso de sustancias

Comprender cómo estas tácticas funcionan y nos podrían afectar puede ayudarnos a tener acceso a seguridad, sanarnos de los efectos traumáticos del abuso y apoyar a otras personas para que hagan lo mismo.

Coerción por motivos de salud mental: La salud de sobrevivientes puede verse afectada por los efectos del abuso. Además, las personas que tienen una discapacidad psiquiátrica están en mayor riesgo de sufrir abusos y éstos pueden provocar que los síntomas de salud mental empeoren. Quienes abusan recurren al estigma relacionado con la salud mental para socavar y controlar a sus parejas. Si respondes afirmativamente cualquiera de las siguientes preguntas, podrías estar sufriendo coerción asociada a tu salud mental:

- ¿Alguna vez tu pareja ha hecho cosas que han empeorado tus síntomas de salud mental?
- ¿Alguna vez tu pareja ha tratado de impedir que accedas a tratamiento para la salud mental o tomes tus medicamentos prescritos, o te ha desalentado de hacer ambas cosas?

- ¿Tu pareja restringe tu capacidad de hablar por ti misma/o con médicos/as o profesionales de la salud mental o interfiere en dicha capacidad?
- ¿Alguna vez tu pareja ha tratado de controlar tus medicamentos prescritos (por ejemplo, obligándote a tomar una sobredosis, dándote demasiados o muy pocos medicamentos o impidiendo que los tomes en absoluto)?
- ¿Alguna vez tu pareja ha amenazado con internarte en una institución psiquiátrica?



SERIE DE HOJAS DE SUGERENCIAS PARA SEGURIDAD Y BIENESTAR

- ¿Tu pareja te ha culpabilizado por el abuso diciendo que eres tú quien está “loca” o “loco”?
- ¿Te dice tu pareja que eres haragana/haragán, estúpida/o, “loca/o”, mala madre o mal padre debido a tu condición de salud mental?
- ¿Alguna vez tu pareja ha usado tu condición de salud mental para socavarte o humillarte frente a otras personas?
- ¿Te dice tu pareja que nadie creerá lo que dices debido a tu condición de salud mental?
- ¿Alguna vez tu pareja te ha amenazado con que perderás la custodia de tus hijas e hijos debido al estado de tu salud mental?

Coerción relacionada con el abuso de sustancias: Quienes abusan pueden coaccionar o forzar a sus parejas a usar alcohol u otras drogas. Además, las personas sobrevivientes de abusos pueden usar o abusar de alcohol u otras drogas para ayudarse a sobrevivir y manejar el abuso y sus traumáticos efectos. Quienes abusan recurren al estigma asociado al abuso de sustancias para socavar y controlar a sus parejas. Si respondes afirmativamente cualquiera de las siguientes preguntas, podrías estar sufriendo coerción relacionada con el abuso de sustancias:

- ¿Alguna vez tu pareja te ha obligado a consumir alcohol u otras drogas o a usar más de lo que querías, o amenazó con lastimarte si no lo hacías?
- ¿Alguna vez usas alcohol u otras drogas para mitigar los efectos del abuso?
- ¿Tu pareja controla tu acceso a alcohol u otras drogas?
- ¿Tu pareja justifica el uso de nombres ofensivos, críticas, degradación o socavamiento contra ti basándose en tu uso de alcohol u otras drogas?
- ¿Tu pareja te ha dicho que tú tienes la culpa del abuso o la violencia sexual debido a tu consumo de alcohol u otras drogas?
- ¿Alguna vez tu pareja te ha forzado o coaccionado a involucrarte en actividades ilegales (por ejemplo, venta de drogas, robos, sexo a cambio de drogas) u otras actividades que te provocaban incomodidad para obtener alcohol u otras drogas?
- ¿Alguna vez has sentido temor de llamar a la policía para pedir ayuda pues tu pareja

te dijo que te arrestarían por estar drogada/o o que perderías la custodia de tus hijas e hijos debido a tu consumo de alcohol u otras drogas?

- ¿Alguna vez tu pareja ha intentado manipularte obligándote a abstenerte de usar alcohol u otras drogas?
- ¿Alguna vez tu pareja te ha impedido reducir o detener tu consumo de alcohol u otras drogas cuando querías hacer esto?
- ¿Alguna vez tu pareja te ha impedido asistir a una sesión de rehabilitación, ha interferido con tu tratamiento para abuso de sustancias o saboteado tu rehabilitación en otras formas?

Si estás sufriendo abuso, llama a la Línea Telefónica Nacional para Violencia Doméstica a (800) 799-SAFE (7233) ó (800) 787-3224 (TTY).

Para obtener más información sobre los vínculos entre la violencia doméstica, el trauma, la salud mental y el abuso de sustancias, llama al Centro Nacional sobre Violencia Doméstica, Trauma & Salud Mental a los números (312) 726-7020 y (312) 726-4110 (TTY) o escribe a

info@nationalcenterdvtraumamh.org