

## La Rueda del Poder y del Control

444 East Susquehanna St.  
Allentown, PA 18103  
Oficina Administrativa: 610.797.0530  
**TurningPointLV.org**



Este diagrama es una representación visual de las diferentes formas de comportamiento abusivo que la pareja abusiva podría utilizar para mantener a la otra persona bajo su poder y control. En el interior del diagrama se describen muchos de los comportamientos abusivos continuos que podría padecer un sobreviviente, mientras que el anillo exterior representa los abusos físicos y sexuales.

Los actos abusivos, tales como los que se muestran en el anillo exterior, suelen producirse para reforzar el uso más sistemático de las tácticas del anillo interior. Es importante señalar que la experiencia de cada sobreviviente es única y que cada situación es diferente. En última instancia, todo se reduce a una dinámica de desequilibrio del poder y el control como punto central del maltrato que se está produciendo.

Algunos ejemplos de cada una de las categorías serían:

<b>Acoso y Coerción Sexual</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Manipular a una persona para conseguir sexo o favores sexuales.</li> <li>– Emborrachar o drogar a una persona para tener sexo.</li> <li>– Destruir o negarse a utilizar métodos anticonceptivos o protecciones contra ETS/ITS durante la práctica del sexo.</li> <li>– Hacer comentarios sexuales, lanzar miradas inapropiadas o contar chistes sexuales.</li> <li>– Tocar, agarrar, frotar o pellizcar sexualmente a alguien sin su consentimiento.</li> </ul>
<b>Abuso Emocional</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Usar insultos.</li> <li>– Emplear estrategias psicológicas.</li> <li>– Humillar a la persona.</li> <li>– Infundirle inseguridad.</li> <li>– Decir mentiras o compartir información íntima de alguien con terceros.</li> </ul>

## La Rueda del Poder y del Control

<b>Tecnología</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Enviar mensajes de texto no deseados.</li> <li>– Acceder sin permiso a los perfiles de redes sociales, correos electrónicos o teléfono móvil de una persona.</li> <li>– Presionar a una persona para que se tome, envíe o mire fotografías o imágenes de contenido sexual.</li> </ul>
<b>Aislamiento y Exclusión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Controlar lo que hace una persona o adónde va.</li> <li>– Decidir a quién ve, con quién habla o qué ropa lleva.</li> <li>– Limitar las actividades fuera del hogar.</li> <li>– Presionar a la persona para que forme parte de un grupo.</li> <li>– Aislar a la persona de sus amigos, familia o sistema de apoyo.</li> </ul>
<b>Negación, Culpa y Minimización</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Quitar importancia al efecto de los malos tratos.</li> <li>– No tomarse en serio la preocupación por los malos tratos.</li> <li>– Decir que no se ha producido maltrato.</li> <li>– Atribuir el comportamiento abusivo al estrés, al alcohol, a las drogas o a los celos.</li> <li>– Decir que es el sobreviviente el que ha provocado el maltrato.</li> </ul>
<b>Intimidación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Asustar a una persona mediante miradas, acciones y gestos.</li> <li>– Romper, destruir o robar propiedades.</li> <li>– Maltratar a las mascotas o a otros seres queridos.</li> <li>– Exhibir armas.</li> </ul>
<b>Uso de los Niños</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Hacer que el sobreviviente se sienta culpable por los niños.</li> <li>– Utilizar a los niños para transmitir mensajes.</li> <li>– Aprovechar las visitas para acosarte.</li> <li>– Amenazar con llevarse a los niños.</li> </ul>
<b>Privilegio Social</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Utilizar la popularidad, la clase social, la raza, el sexo, la orientación sexual o la discapacidad para manipular a otra persona.</li> <li>– Tomar todas las decisiones por otra persona.</li> <li>– Ser el único que decide el rol de cada uno en la relación.</li> </ul>
<b>Abuso Financiero</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Impedir al sobreviviente que consiga un trabajo o que lo conserve.</li> <li>– Obligarlo a pedir dinero en lugar de disponer de él.</li> <li>– Recibir una paga asignada por la pareja.</li> <li>– Tomar su dinero.</li> <li>– No darle a conocer los ingresos familiares ni permitirle acceder a ellos.</li> </ul>
<b>Coacción y Amenazas Físicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Amenazar con el uso de violencia física o sexual.</li> <li>– Amenazar con marcharse, cometer suicidio o denunciar a una persona a la policía.</li> <li>– Obligar a una persona a realizar acciones ilegales.</li> <li>– Amenazar con hacer pública la condición de seropositivo o inmigrante, el historial médico u otra información privada de una persona.</li> </ul>