



الآثار الصحية المترتبة عن العنف ضد النساء



Titulo:

Los efectos sobre la salud de la violencia hacia las mujeres.

Grupo de trabajo:

Marisa Pires Alcaide. *Pedagoga. Servicio de Promoción de la Salud. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Luisa Lasheras Lozano. *Médica. Servicio de Promoción de la Salud. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Ramón Aguirre Martín-Gil. *Médico. Servicio de Promoción de la Salud. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Mercedes Rumayor Zarzuelo. *Residente de Medicina Preventiva y Salud Pública. Hospital Clínico San Carlos. Comunidad de Madrid.*

Ana Anes Orellana. *Psicóloga. Servicio de Promoción de la Salud. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Sonsoles Garabato González. *Trabajadora Social. Servicio de Promoción de la Salud. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Milagros Ramasco Gutiérrez. *Socióloga y Enfermera. Servicio de Promoción de la Salud. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Alfonso Lara Expósito. *Trabajador Social. Servicio de Promoción de la Salud. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Nicole Aerny Perreten. *Enfermera. Servicio de Informes de Salud y Estudios. Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General de Atención Primaria. Comunidad de Madrid.*

Edita:

Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención.
Dirección General de Atención Primaria.
Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid.

Dépósito legal: M. 3593-2011



Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la **Comunidad de Madrid** y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.



comunidad.madrid/publicamadrid

الآثار الصحية المترتبة عن العنف ضد النساء

ما هو العنف الزوجي ضد النساء؟

- هو الاعتداء الجسدي و/أو النفسي الذي يمارسه بعض الرجال على زوجاتهم فقط لكونهن نساء.
- هو الأداة التي يستعملها الرجال للتحكم في النساء ومراقبتهم.
- ظاهرة شائعة بكثرة، ويمكن أن تقع على أي امرأة في أي دولة من دول العالم.

إن المرأة تملك حقوقا متساوية مع حقوق الرجل،
ولا يوجد سبب يبرر العنف ضدها لأن ذلك يمثل
انتهاكا خطيرا لحقوقها وصحتها.

كيف يحدث هذا النوع من العنف؟

- يبدأ عادة بشكل تدريجي، ويتمثل في تصرفات ومواقف لا تعتبر في البداية على أنها مسيئة، بل على أنها تعبير عن الحب، مثلما هو الحال مع "الغيرة".
- يتجلى فيما بعد بوضوح في العنف النفسي (عبر الإهانات والإذلال والشتائم) وفي الأخير، يظهر العنف الجسدي ولو بحدة أقل.
- في أحيان كثيرة، يرغم الزوج الذي يعنف زوجته معاشرته بالقوة. وهذا النوع من العلاقات يعد إغتصابا.

ونظرا لهذه الطريقة التي بدأ بها العنف، تستغرق
الكثير من النساء وقتا كبيرا حتى يكتشفن كونهن
ضحايا عنف أزواجهن، ولكن صحتهن تكون قد
تأثرت كثيرا.

الآثار الصحية المترتبة عن العنف ضد النساء

يتسبب العنف دائما في آثار خطيرة جدا على صحة المرأة بالرغم من عدم قدرتنا على تحديدها. وتشعر المرأة بأن حالتها الصحية سيئة، ولكنها لا تربط ذلك بالعنف .

الآثار الأكثر شيوعا:

- تغيرات في مزاج المرأة، والشعور بالحزن لاعتقادها أنها بدون قيمة، والرغبة في البكاء.
- الشعور بآلام في الظهر أو المفاصل، والعضلات، وصداع الرأس.
- القلق أو الشعور بالغم، وسرعة الغضب.
- الأرق، والتعب المستمر وفقدان الشهية.
- نقص في الرغبة الجنسية.
- مشاكل في الجهاز الهضمي (ألم في البطن، واضطرابات الجهاز الهضمي والتهاب القولون العصبي).

آثار أخرى محتملة:

- آثار جسدية ناجمة عن العنف المباشر (الرضوض، والجروح، والحروق، والكسور، وعلامات الضرب أو الكدمات،...).
- الجماع القسري الذي يؤدي إلى الآلام و/أو الالتهابات التي تنتقل بالاتصال الجنسي.
- الاضطرابات المرتبطة بالدورة الشهرية (فترات الحيض غير المنتظمة، والمؤلمة، واحتباس السوائل والتهيج، وغيره).

- الحمل غير المرغوب فيه نتيجة لممارسة الجنس من غير رضا (بالقوة). وفي هذه الحالات، يكثر الاكتئاب ما بعد الولادة، وتقل مدة الرضاعة الطبيعية، وعدم الزيادة في الوزن خلال فترة الحمل، وارتفاع استهلاك الكحول والسجائر مقارنة بحالات الحمل المرغوب فيها.
- شيوع الإجهاد التلقائي والإجهاد الإستثنائي والولادة القيصرية عند النساء المعنفات منهن عند الأخريات.
- عزلة النساء عن الأصدقاء، والعائلة، والجيران، والجمعيات والفئات الاجتماعية. وهذه العزلة استراتيجية يتبعها الرجال الذين يعنفون زوجاتهم لإبقائهن دون حماية.
- ونتيجة لتلك الآثار على الصحة تحتاج النساء المعنفات إلى رعاية الأطر الصحية نظرا لكونهن الأكثر حاجة للخدمات الاستشفائية مقارنة بالنساء غير المعنفات.

من المهم، بل يجب على النساء المعنفات التحدث عن حالتهم أثناء زيارتهن للطبيب. وبذلك، قد يستطيع العاملون في القطاع الصحي مساعدتهن في تشخيص ومعالجة مشكلتهن وتوفير موارد الدعم الأخرى حسب الحاجة.



آثار العنف على صحة البنات والأبناء

- تتأثر صحة البنات والأبناء بالرغم من أن العنف يقع على أمهاتهم وتظهر عليهم علامات مشابهة لتلك التي تظهر على الأم من قبيل الإصابات الجسدية المختلفة (الكدمات، والجروح، والرضوض، وكسور في العظام، وغيرها)، أو علامات الاضطراب العاطفي التي يمكن أن تظهر على شكل الأكرزيميا، والربو، واضطرابات النوم، وعدم السيطرة على البول والبراز، والتهيج والغضب وقلة الثقة بالنفس والقلق والاكتئاب ومحاولات الانتحار وغيرها.
- بطء في النمو وانعدام الشهية.
- تأخر النمو الفكري، واللغوي والمهارات الحركية مقارنة مع أطفال آخرين في سنهم ووضعهم الإجتماعي.
- نقص في الأداء المدرسي (قلة التركيز وعدم الحضور وغيره).
- وعادة ما يجدون صعوبات في ربط علاقات مع أقرانهم وتظهر عليهم أعراض الشعور بالوحدة والعزلة.
- وقد يتعلمون حل نزاعاتهم بالعنف وتقليد سلوكيات الأبوين.

إذا ما ظهرت هذه العلامات في مرحلة الطفولة أو المراهقة من المهم البحث في أسبابها. وكلما اكتشفت حالة العنف مبكرا، كلما سهل تحديد الوسائل الضرورية للحد منه وتحسين الوضع الصحي.



الحد من العنف ضد النساء: مسؤوليتنا جميعا

من أجل الحد من العنف ضد المرأة يمكننا:

- اعتبار الشتم والإهانات والتهديدات والدفع بالقوة عنفا يهين المرأة.
- عدم التسامح مع المعنف وعدم تبرير سلوكياته بتعليقات من قبيل: "إنه شخص جيد ولكنه كان مدمنا على الكحول، ولديه مشاكل مع أوراق الإقامة والعمل"، "إن النساء يتقدمن بشكايات زائفة"، "إنها مسألة أسرية (خاصة)"، "لقد كان غيورا... وكانت تعطيه أسبابا ليكون كذلك".
- رفض كل أشكال العنف وتعلم مواجهة الصراعات من أجل التغلب عليها.
- تجنب التعليقات والنكت المنحازة للرجل لأنها تحط من قيمة المرأة.
- عدم تبرير مراقبة المرأة من قبيل التجسس على نفقاتها، وطريقة لباسها وزينتها، ومنعها من اتخاذ القرار بنفسها (في أمور من قبيل الدراسة، والسفر، والعلاقات، وقضاء أوقات الفراغ وغيرها).
- عدم تبرير العنف بذريعة الفروقات الثقافية (فرض نموذج المرأة الجيدة، الأم الجيدة أو البنت الجيدة وغير ذلك).



من أجل منع التمييز ضد المرأة والمساهمة في المساواة بإمكاننا:

- تربية الرجال والنساء على الاحترام المتبادل والمساواة في الحقوق.
- منح نفس الفرص للبنات والأبناء، وعدم إجبارهم على التصرف بطرق مختلفة.
- تشجيع العلاقات الأسرية السليمة وذلك بتعزيز حرية المرأة واحترامها.
- تجنب البرامج التلفزيونية، وألعاب الفيديو، والأفلام وغيرها، التي تدعو إلى العنف وسوء معاملة المرأة.
- التعاون الفعلي مع المؤسسات والجمعيات التي تتشط من أجل المساواة.

إن مكافحة العنف ضد المرأة ليست حربا بين المرأة والرجل، بل هي قضية تعايش أسري واجتماعي يجب علينا جميعا المساهمة في إرساء دعائمه.



ما الذي يتوجب علينا القيام به إذا كان نعرف امرأة معنفة؟

- منحها الشعور بعدم الوحدة، وذلك بالاستماع إليها ومنحها الثقة والدعم الكافيين.
- مساعدتها على الحصول على معلومات حول الموارد المتوفرة.
- مرافقتها إلى مكان يمكنها فيه الحصول على المساعدة (المراكز الصحية، والمصالح البلدية المعنية بالعنف بين الجنسين، والمصالح الاجتماعية، وجمعيات المهاجرين، والجمعيات النسوية وغيرها).
- إخبارها بإمكانية الحصول على موعد في المركز الصحي والتحدث مع الطبيب المختص أثناء الزيارة.
- احترامها دون الحكم عليها بالوقوف إلى جانبها ودعمها حتى تسترجع ثقتها في نفسها واتخاذ قراراتها بنفسها.
- تشجيعها بعبارات إيجابية وإقناعها بإمكانية إنهاء حالة العنف.

يجب أن نحترم المرأة المعنفة وألاً نحكم على قراراتها، ويوقفنا إلى جانبها ومساعدتها في التفكير في وضعيتها نكون قد ساعدناها على استعادة الثقة في نفسها واتخاذ قراراتها بنفسها.

إذا كنت ضحية العنف

- من أجل حماية نفسك، لا تطلعي المعتدي على الخطوات أو القرارات التي أنت بصدد اتخاذها.
- تيقني أنك لست أول امرأة تقع ضحية للعنف، بل هناك نساء أخريات عانين منه ولكنهن انتصرن في الأخير. لهذا، ثقي في نفسك وابحثي عن المساعدة الضرورية.
- عند اتخاذك قرار تقديم شكاية حول وضعية العنف، استعيني بالقضاء، أي أن هناك قانوناً ضد العنف بين الجنسين يحميك لأنه يشمل جميع النساء سواء أكن مهاجرات يتوفرن على أوراق الإقامة أم لا.
- تحدثي مع الطبيب المختص، أثناء الزيارة، لأنه يستطيع مساعدتك على تحسين صحتك والخروج من وضعية العنف التي تعانين منها.
- ثقي في عائلتك وأصدقائك لأنهم يستطيعون مساعدتك ولا تصدقي المعتدي عندما يقول لك "أنت امرأة سيئة، ولن يصدقك أحد"، "ستفقد دعم المجتمع بأسره، سواء على المستوى المعنوي أو المهني"، "ستفقد صداقاتك" أو "سيلحق العار بأسرتك".

كوني علي يقين من أن نساء كثيرات عانين قبلك من العنف وخرجن منه منتصرات. قد يبدو لك الأمر صعباً، لكن تأكدي أنه يمكنك القضاء على حالة العنف وإعادة ترتيب حياتك من جديد.



المصالح المتخصصة في رعاية النساء المعنفات

تذكري أنه بإمكانك الاستفادة من خدمات المصالح المتخصصة حيث يمكنك الحصول على المعلومات والدعم:

في منطقة مدريد:

- يمكنك الحصول على المعلومات والإرشادات الضرورية بالاتصال بالرقم الهاتفي (**012Mujer**) بالإسبانية والإنجليزية والفرنسية والرومانية) أو بالتوجه إلى المصلحة البلدية للمرصد الجهوي لمراقبة العنف بين الجنسين (PMORVG) أو Mancomunidad التابعة لمنطقة مدريد.
- يمكنك الحصول على الرعاية الصحية والمعلومات في جميع المراكز الصحية بمنطقة مدريد.
- لا يمكن الاتصال بالرقم **112** سوى في الحالات الطارئة.
- يقدم مكتب المرأة (Concejalía de la Mujer) أو المصالح الإجتماعية البلدية المعلومات الضرورية حول مجموعات المساعدة المتبادلة والجمعيات النسوية التي تدعم النساء المعنفات.

مصالح أخرى:

- الموقع الرسمي لمنطقة مدريد: <http://www.madrid.org>
- دليل المصالح الخاص بالمصلحة العامة للمرأة:
<http://www.recursosmujeres.org/default.php>

على المستوى الوطني:

- يمكنك الحصول على المعلومات والإرشادات الضرورية بالاتصال على الرقم **.016**.
- بالنسبة للأشخاص ضعاف السمع والنطق، يمكن الاتصال على الرقم الهاتفي: **.900116016**



Servicio Madrileño de Salud
Dirección General de
Atención Primaria

