DVAM Facts 2026

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

DEL 1 AL 5 DE OCTUBRE

01 OCT

¡Octubre es el Mes de Concientización sobre la Violencia Doméstica (DVAM)! Todo comenzó con el "Día de la Unidad" en octubre de 1981, establecido por la Coalición Nacional Contra la Violencia Doméstica (National Coalition Against Domestic Violence). El primer DVAM oficial se llevó a cabo en octubre de 1987. Acompáñanos durante todo el mes mientras compartimos diariamente información, recursos e historias para crear conciencia y amplificar las voces y experiencias de #CadaSobreviviente #EndDVinAZ #DVAM2026.

02 OCT

A medida que la tecnología continúa evolucionando, también evolucionan las formas en que las personas que ejercen violencia pueden utilizarla para facilitar el abuso. Un ejemplo es el Internet de las Cosas (IoT, por sus siglas en inglés), que incluye dispositivos conectados como cerraduras inteligentes, termostatos y timbres con cámara. En 2018, The New York Times documentó experiencias de sobrevivientes de abuso facilitado por la tecnología, incluyendo casos en los que los aires acondicionados se apagaban de forma remota, se cambiaban los códigos digitales de las puertas y los timbres se activaban repetidamente. Lee más sobre el abuso facilitado por el Internet de las Cosas (IoT) y los desafíos legales asociados aquí.

03 OCT

Históricamente, a los niños que viven en hogares con violencia doméstica se les describía como "testigos" o "víctimas secundarias". Hoy en día, las investigaciones y los esfuerzos de incidencia reconocen cada vez más que los niños son afectados directamente por la violencia doméstica y que sus experiencias van mucho más allá de presenciar un incidente. Los niños pueden experimentar la violencia doméstica a través de lo que les sucede directamente, de sus relaciones, del entorno de su hogar y de los esfuerzos que realizan para mantenerse a salvo. Haz clic aquí para conocer más sobre este cambio de perspectiva y lo que significa para el movimiento para poner fin a la violencia.

04 OCT

1 de cada 2 mujeres y 1 de cada 4 hombres reportan haber experimentado, a lo largo de su vida, violencia sexual con contacto físico, violencia física y/o victimización por acoso por parte de una pareja íntima. Estas tasas de prevalencia son aún más altas en comunidades que experimentan opresión. Lee el informe completo aquí.

05 OCT

El autocuidado a menudo se presenta como unas vacaciones de lujo, un día en el spa o una tarde de compras. Sin embargo, para las personas sobrevivientes de violencia doméstica, el abuso económico y el control coercitivo pueden limitar las posibilidades de practicar el autocuidado de estas maneras. Por eso, puede ser útil redefinir el autocuidado y reconocer que también puede consistir en pequeñas acciones sencillas y realistas que ayuden a las sobrevivientes a reconectarse consigo mismas y con lo que necesitan. Haz clic aquí para conocer más sobre prácticas de autocuidado para personas sobrevivientes de abuso.

DVAM Facts 2026

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

DEL 6 AL 10 DE OCTUBRE

06 OCT

¿Sabías que el 6 de octubre es el Día Nacional de los Entrenadores Deportivos? Los entrenadores son personas muy respetadas en sus comunidades y se les reconoce constantemente como una de las principales influencias positivas en la vida de los jóvenes. También pueden desempeñar un papel fundamental en la prevención de la violencia doméstica y sexual. Conoce más aquí y comunícate con ACESDV si te interesa implementar Coaching Boys Into Men en tu programa deportivo.

07 OCT

Las investigaciones muestran que los desastres naturales pueden aumentar la frecuencia y la gravedad de la violencia de pareja íntima, lo que hace que el acceso a servicios de apoyo y atención sea aún más importante. A medida que los desastres naturales se vuelven cada vez más frecuentes, es importante incorporar las emergencias a los planes de seguridad y prepararse para situaciones como inundaciones, incendios forestales y tormentas severas. Conoce más sobre la preparación ante desastres en Ready.gov.

08 OCT

Los bebés menores de un año tienen el mayor riesgo de sufrir abuso y negligencia infantil. El traumatismo craneal por maltrato (AHT, por sus siglas en inglés) es una de las principales causas de muerte relacionadas con el abuso infantil en Estados Unidos. El AHT puede ocurrir cuando una persona cuidadora sacude violentamente a un bebé o a un niño pequeño. Este tipo de trauma puede provocar daño cerebral, ceguera o incluso la muerte. Conoce más sobre el AHT y las estrategias para prevenirlo aquí.

09 OCT

Las mujeres que reportan haber experimentado violencia de pareja tienen el doble de probabilidades de enfrentar inseguridad alimentaria que las que no la reportan. Esto hace que la inseguridad alimentaria sea un factor importante que considerar en los esfuerzos de prevención y de respuesta a la violencia doméstica. Conoce más sobre la inseguridad alimentaria y la violencia de pareja en Arizona aquí.

10 OCT

¿Sabías que el 10 de octubre es el Día Mundial de la Salud Mental? Aunque se han logrado muchos avances en la forma en que la sociedad comprende y considera las condiciones de salud mental, todavía persisten estigmas y mitos en torno a ella. Uno de estos mitos es que las personas con problemas de salud mental son peligrosas. Por el contrario, las investigaciones muestran que las personas con condiciones de salud mental tienen muchas más probabilidades de ser víctimas de delitos violentos, incluidos la violencia doméstica y la agresión sexual. Para obtener más información sobre la relación entre la violencia doméstica y la salud mental, visita el National Center on Domestic Violence, Trauma, and Mental Health.

DVAM Facts 2026

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

DEL 11 AL 14 DE OCTUBRE

11 OCT

"La crueldad hacia los animales es uno de los primeros y más evidentes indicadores de que una persona está desarrollando un patrón de conducta o recurre al abuso de otras personas como forma de ejercer poder y control." -Sudbury-Wayland-Lincoln Domestic Violence Roundtable
Obtén más información sobre la relación entre la crueldad contra los animales y la violencia contra las personas aquí.

12 OCT

"Como mujer y sobreviviente Diné y Shoshone-Bannock, sanar ha sido un viaje sagrado de regreso a casa... hacia el Creador, hacia Hózhó y hacia las partes de mí misma que alguna vez creí que la violencia había arrebatado de mi alcance. En algún momento de ese camino, encontré mi voz esperándome... no estaba rota, no había desaparecido, sino que llevaba en silencio las historias de cada versión de mí que había sobrevivido el tiempo suficiente para que esta, finalmente, pudiera hablar. Y cuando recuperé mi voz, mi historia se convirtió en algo más que un testimonio de supervivencia; se convirtió en medicina... un recordatorio de que aquello que pretendía silenciarnos puede convertirse precisamente en aquello que nos llama de regreso a casa, fortalece nuestras comunidades y abre un camino hacia la sanación para generaciones que quizá nunca lleguemos a conocer." — Crystal James # DíadelosPueblosIndígenas

13 OCT

¿Sabías que el Congreso ha reconocido formalmente la relación entre la violencia doméstica y la falta de vivienda? El Congreso ha determinado que el 44 % de las personas que experimentan falta de vivienda identificaron la violencia doméstica como una de las principales causas de su situación de vivienda. Además, muchas personas sobrevivientes en todo el país enfrentan barreras adicionales para acceder a una vivienda debido a su condición. Obtén más información sobre las conclusiones del Congreso aquí.

14 OCT

La violencia doméstica y el suicidio están estrechamente relacionados. Las personas sobrevivientes de abuso enfrentan un riesgo significativamente mayor de tener pensamientos suicidas e intentos de suicidio debido al trauma severo, al aislamiento y al sufrimiento psicológico. Un estudio sugiere que la violencia de pareja está relacionada con el 6.1 % de los suicidios en general, incluidos tanto los suicidios de las personas perpetradoras como de las personas sobrevivientes.

DVAM Facts 2026

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

DEL 15 AL 18 DE OCTUBRE

15 OCT

¡Es el Día de Vestir de Morado! El movimiento de mujeres sobrevivientes de violencia eligió el morado en 1981 debido a su larga asociación con las mujeres, convirtiéndolo en el color para promover la concientización sobre la violencia doméstica. A medida que el movimiento evolucionó, diferentes tonalidades de morado continuaron utilizándose para visibilizar temas relacionados con la violencia de género. Desde la lavanda, elegida por las sufragistas, hasta el morado real que utilizamos hoy, el morado se ha convertido en un símbolo fácilmente reconocible de esperanza y compromiso para poner fin a la violencia doméstica en nuestras comunidades. ¡Muéstranos cómo vistes de morado en honor a las personas sobrevivientes y víctimas de violencia doméstica!
#EndDVinAZ #DVAM2026 #PurpleThursday

16 OCT

Existen muchas razones por las que una persona sobreviviente puede permanecer en una relación abusiva o regresar con su pareja abusiva, entre ellas: el miedo, la dependencia económica, las barreras para acceder a una vivienda, las necesidades de sus hijos e hijas, las preocupaciones relacionadas con su estatus migratorio, el aislamiento, el amor, la esperanza de que la situación cambie, las necesidades relacionadas con una discapacidad y las amenazas de la pareja abusiva.

17 OCT

¿Sabías que muchas personas sobrevivientes identifican el abuso económico como una de las principales razones por las que permanecieron con una pareja abusiva o regresaron con ella? A pesar de su prevalencia y su impacto, el abuso económico sigue siendo una de las formas de abuso menos comprendidas. Obtén más información sobre el abuso económico y su impacto en las personas sobrevivientes aquí.

18 OCT

Desde 1999, ACESDV ha apoyado a sobrevivientes a través de nuestra Línea de Ayuda estatal. Lo que comenzó como una línea de Asistencia Legal Comunitaria brindaba orientación sobre órdenes de protección, planificación de seguridad y los derechos de las víctimas. Con el paso de los años, evolucionó hasta convertirse en la Línea de Ayuda de Arizona sobre Violencia Sexual y Doméstica (ASDVH), ampliando sus servicios y su accesibilidad.
Hoy, ofrecemos apoyo por teléfono, chat en vivo, mensajes de texto y correo electrónico. Del 1 de septiembre de 2025 al 31 de agosto de 2026, respondimos a 3,603 contactos de sobrevivientes y de personas que les brindan apoyo.
Nos enorgullece servir a sobrevivientes, defensores, agencias y a cualquier persona en Arizona que busque apoyo, proporcionando información precisa, referencias confiables y recursos valiosos.
Obtén más información o comunícate con la Línea de Ayuda en www.arizonasurvivors.org.

DVAM Facts 2026

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

DEL 19 AL 23 DE OCTUBRE

19 OCT

Los niños, niñas y adolescentes pueden verse afectados por la violencia doméstica incluso cuando no son víctimas de abuso físico. Al mismo tiempo, los niños, niñas y adolescentes tienen una gran capacidad de resiliencia, y las relaciones de apoyo y los entornos seguros pueden favorecer su sanación.

20 OCT

Según un estudio realizado por Vera Institute, las personas sobrevivientes de violencia sexual y doméstica que tienen una discapacidad o forman parte de la comunidad sorda tienen mayor probabilidad de experimentar formas más graves de victimización, vivir situaciones de violencia durante períodos más prolongados, experimentar múltiples episodios de abuso y enfrentar a un mayor número de agresores.

21 OCT

En los Estados Unidos, las parejas íntimas son responsables de casi el 50 % de los homicidios de mujeres y el 10 % de los homicidios de hombres. La violencia de pareja también contribuye a aproximadamente el 6 % de los suicidios. Un estudio sobre homicidios relacionados con la violencia de pareja encontró que el 20 % de las víctimas no eran sus parejas íntimas, sino familiares, amistades, vecinos, personas que intervinieron, agentes del orden o personas presentes en el lugar. Para obtener más estadísticas, haz clic aquí.

22 OCT

El impacto de la violencia doméstica en la salud física y mental de las víctimas es considerable. Las víctimas tienen una mayor probabilidad de presentar problemas cardíacos y cardiovasculares, afecciones digestivas y gastrointestinales, dolor crónico y dificultades en la salud reproductiva y sexual. En comparación con la población general, las personas víctimas de violencia doméstica tienen una mayor probabilidad de recibir un diagnóstico de trastorno depresivo mayor, trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de estrés postraumático y trastornos por consumo de sustancias, así como de experimentar pensamientos suicidas.

23 OCT

La violencia doméstica es uno de los muchos factores de estrés que pueden afectar la crianza, pero vivir una situación de abuso no convierte a una persona en un padre o una madre ineficaz. Puede generar desafíos y experiencias traumáticas adicionales que tanto las madres y los padres como sus hijos e hijas deben afrontar. Obtén más información sobre cómo la violencia doméstica puede afectar la crianza y las relaciones entre padres, madres e hijos, y sobre cómo podemos apoyar el vínculo entre ellos aquí.

DVAM Facts 2026

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

DEL 24 AL 28 DE OCTUBRE

24 OCT

Las personas sobrevivientes con diferentes estatus migratorios pueden enfrentar una mayor vulnerabilidad al abuso. Esto puede incluir situaciones en las que la persona que causa el daño se niega a ayudar con los trámites migratorios, amenaza con denunciar a la persona sobreviviente ante las autoridades de inmigración o le impide comunicarse con su familia.
Obtén más información sobre estas tácticas específicas de abuso y algunas consideraciones para brindar apoyo y acompañamiento a personas inmigrantes sobrevivientes haciendo clic aquí.

25 OCT

Cada minuto, 32 personas experimentan violencia de pareja en los Estados Unidos. En un día promedio, las líneas de ayuda para casos de violencia doméstica de todo el país reciben más de 19,000 llamadas. Sin embargo, las personas investigadoras estiman que esta cifra representa solo una fracción de quienes experimentan abuso. Para obtener más información, haz clic aquí.

26 OCT

Uno de los aspectos más importantes de la violencia doméstica es lo poco que se denuncia. Las personas sobrevivientes enfrentan barreras como el miedo, la dependencia económica, la vergüenza, la desconfianza hacia las autoridades y las presiones culturales. Según la APA, las mujeres tienen mayor probabilidad de estar en una relación abusiva durante sus veinte años, específicamente entre los 18 y los 34 años. Muchas personas en este grupo de edad dependen económicamente de la persona que ejerce el abuso.

27 OCT

La defensa y el apoyo a las personas sobrevivientes de la violencia doméstica van más allá de los refugios. Las personas defensoras trabajan en diversos entornos y desempeñan diferentes funciones, incluidas la defensa móvil y la basada en sistemas, para apoyar a las personas sobrevivientes donde lo necesiten. ¿Quieres aprender más sobre los diferentes tipos y funciones de las personas defensoras? Haz clic aquí para obtener más información

28 OCT

La colaboración es esencial en los servicios para las víctimas porque las necesidades de las personas sobrevivientes rara vez pueden ser atendidas por una sola organización o por un solo sistema. Una persona sobreviviente puede necesitar planificación de seguridad, vivienda, apoyo legal, atención médica, asistencia económica, consejería, cuidado infantil, transporte, asistencia de las autoridades y otros recursos, a veces todos al mismo tiempo. Una colaboración sólida ayuda a quienes brindan servicios a las víctimas a: crear una respuesta más coordinada, mejorar la seguridad de las personas sobrevivientes brindar un apoyo más integral, reducir la carga para las personas sobrevivientes, identificar y abordar las brechas en los servicios aumentar el acceso a recursos fortalecer la responsabilidad comunitaria fomentar el entendimiento entre los diferentes sistemas promover prácticas centradas en las personas sobrevivientes

DVAM Facts 2026

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

DEL 29 AL 31 DE OCTUBRE

29 OCT

Según datos del National Incident-Based Reporting System (NIBRS), las personas investigadoras han encontrado que los incidentes de violencia doméstica aumentan aproximadamente un 10 % en los días en que se juegan partidos de la NFL. Obtén más información sobre la relación entre la violencia familiar y el fútbol americano aquí.

30 OCT

La estrangulación, a menudo denominada “asfixia”, es una forma de violencia potencialmente mortal que puede tener consecuencias graves y duraderas para la salud. Las personas defensoras, las autoridades policiales y quienes brindan atención deben evaluar cualquier situación de estrangulación y cualquier incidente que implique presión sobre el cuello. Obtén más información sobre cómo reconocer y responder ante la estrangulación no fatal en el Advocacy Toolkit for Survivors of Strangulation/Suffocation.

31 OCT

Al terminar el Mes de Concientización sobre la Violencia Doméstica, recuerda brindarte la misma compasión que les brindas a los demás. Octubre puede terminar, pero tu etapa de autocuidado no tiene por qué hacerlo. Descansa. Recarga energías. Busca a tu gente. Haz tiempo para las cosas que te brindan alegría. Recuerda: el trabajo continúa, pero también debe continuar el cuidado de ti misma/o. La violencia doméstica no termina cuando termina octubre, y tampoco debería terminar tu compromiso con tu propio bienestar.