

Si usted fue recientemente asaltada

Intente obtener ayuda tan pronto como sea posible. Existen muchas lesiones que usted no puede ver. Usted puede acudir a una sala de emergencias o a su propio doctor. Es importante asegurarse de que su cuerpo se encuentre bien.

Ellos tambien pueden:

- ◆ Llamar a un acompañante del Centro de Crisis en caso de violación para que permanezca con usted como un apoyo.
- ◆ Reunir evidencias o pruebas
- ◆ Hacerle exámenes médicos
- ◆ Tratar infecciones
- ◆ Hablarle acerca de las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) y prevención del embarazo

Usted tiene derecho a hacer preguntas acerca de su tratamiento. También tiene el derecho a decir que “no”, o rechazar cualquier tipo de tratamiento.

Si usted fue asaltada en el pasado

Los recuerdos del asalto pueden aún ser frecuentes mucho tiempo después. O puede que usted solamente recuerde partes del asalto.

Algunos sobrevivientes sienten que han recuperado pero se sienten mal otra vez si algo estresante o preocupante sucede en sus vidas.

Todas estas reacciones son normales pero pueden ser difíciles de superar. Muchos sobrevivientes ven provechoso el hablar con un miembro de nuestro personal.

Usted no se encuentra sola.

El asalto sexual le puede suceder a cualquiera, joven o viejo, rico o pobre, hombre o mujer. Una de cuatro mujeres y uno de diez hombres son sexualmente asaltado en su vida.

Esperanza.



Valor.

Fortaleza.



*Usted no está sola,
existe ayuda disponible.*

Para mayor información contacte:
El Refugio para Mujeres Maltratadas
www.thelaurelcenter.org

o

Línea Telefónica Confidencial para la Violencia
Familiar y el Asalto Sexual de Virginia
1-800-838-8238
(Equipo Teleescritor disponible)
Tenemos servicios en Español.



Este folleto es auspiciado en su totalidad o en parte gracias a la ayuda del Departamento de Servicios de Justicia Criminal de Virginia. Opiniones o puntos de vista expresados no necesariamente representan aquellos de DSJC o el Departamento de Justicia de los Estados Unidos.



United Way Agency #6113

THE
Laurel
CENTER

Intervention for Domestic and Sexual Violence

formerly The Shelter for Abused Women

Asalto Sexual

P.O. Box 14
Winchester, VA 22604
540-667-6466 Hotline
540-667-6160 Office
1-866-670-2942
540-667-0138 Fax
Teleescritor
Disponibile (TTY)



El asalto sexual es un crimen

El asalto sexual es un crimen de violencia, poder y control. Sucede cuando una persona es forzada, amenazada u obligada a mantener relaciones sexuales en contra de su voluntad. Esto incluye el contacto físico indebido, besos y violación.

El asalto sexual nunca es la culpa de la víctima

Nadie merece o pide ser violado o asaltado. Lo que una persona viste, cuanto bebe, o cómo actúa no significa que desea participar en alguna actividad sexual. Tampoco es culpa de la víctima el ser incapaz de consentir en hacer algo por causa del alcohol, drogas o discapacidad.

Indicadores de abuso sexual en las relaciones

- ◆ Ignorarlo cuando dice que no al sexo
- ◆ Presionarlo para realizar actos sexuales que le hacen sentir incómoda
- ◆ Decirle que es "su deber" tener relaciones sexuales
- ◆ Forzarle a mirar pornografía
- ◆ Demandar sexo cuando está enferma o físicamente incapaz de participar
- ◆ Golpearle o estrangularle durante la relación sexual
- ◆ Esperar tener relaciones sexuales consigo después de una pelea

Si usted elige reportar el crimen a la policía, Las primeras 72 horas después del asalto son vitales. Procure no lavarse, bañarse, cepillarse los dientes o el cabello, o utilizar el baño hasta que la evidencia sea reunida.

Recuperándose del asalto sexual

Las personas reaccionan y enfrentan de diferentes formas el trauma causado por el asalto sexual.

Estos sentimientos y muchos otros, son reacciones normales a la crisis.

- ◆ Conmoción y/o incredulidad
- ◆ Temor
- ◆ Ansiedad
- ◆ Vergüenza o pena
- ◆ Impotencia o falta de control
- ◆ Aislamiento de otros
- ◆ Inhabilidad para concentrarse
- ◆ Agotamiento emocional y físico
- ◆ Falta de apetito o comer demasiado
- ◆ Pesadillas
- ◆ Recuerdos tan reales que sientes como si estuvieras volviendo a vivir el asalto

Servicios Gratuitos y Confidenciales

Consejo en caso de crisis - Grupos de apoyo
Compañía en el Hospital ~ Compañía legal
Línea telefónica confidencial las
24 horas del día ~ Refugio de emergencia
Información y recomendaciones
Presentaciones en la comunidad

Consejos para reducir riesgos

La mayoría de los violadores son personas que conocemos y en las que confiamos. Son personas que no creemos que nos van a lastimar. Aunque no todos los asaltos pueden ser prevenidos, existen algunas maneras de permanecer tan seguro como sea posible.

1. Confíe en sus instintos. Si siente que una situación está mal, retírese de allí.
2. Tenga en cuenta que las drogas/alcohol y el aislamiento son altos factores de riesgo para el asalto sexual.
3. Conozca las señales de advertencia de parejas potencialmente peligrosas.
4. Permanezca alerta de sus alrededores y lleva un teléfono celular consigo.
5. Establezca claros límites sexuales, emocionales y físicos.
6. Reúnase con parejas nuevas en un lugar público ó sal en citas dobles con amigos.



Fortaleza.