

Después del Asalto Sexual: Que hacer

El término asalto sexual utilizado en este libreto incluye cualquier comportamiento sexual sin su consentimiento dado libremente. Otros términos usados pueden ser violación, abuso sexual, e incesto. Sin importar el nombre, el asalto sexual es un evento traumático. Todos reaccionan al trauma de una manera diferente. No hay una manera correcta de sentirse después de un asalto sexual. Es importante recordar:

- El asalto sexual es un crimen serio y violento que le puede ocurrir a quien sea.
- Sin importar las circunstancias, la violación no es su culpa.
- Sus sentimientos/emociones son reacciones comunes a un evento traumático.
- Hay personas disponibles para apoyarla/o en agencias de crisis de violación a través del estado de Illinois.

El trauma de un asalto puede afectar su vida, pero es importante recordar que ya lo ha sobrevivido y puede empezar la recuperación. Este libreto le proveerá información que le puede ayudar. En él se describen opciones de cómo puede recibir asistencia para ayudar en su recuperación y sanar del trauma del asalto sexual.

Asalto Sexual: Lo que necesita saber

El asalto sexual ocurre a un ritmo alarmante. Casi 1 de cada 5 mujeres en los Estados Unidos va a pasar por una violación en algún momento en su vida. La mayoría de víctimas son asaltadas/os por alguien que conocen. Cualquiera puede ser víctima de un asalto sexual sin importar su edad, identidad de género o expresión de género, o su orientación sexual. Aunque un gran número de víctimas son mujeres, personas de comunidades marginalizadas, como personas de color, personas con discapacidades, individuos transgéneros e individuos de género no conforme, sufren asaltos sexuales en un número más alto que otras comunidades.

Si es asaltada/o sexualmente, lo más importante es saber que no fue su culpa. Nadie merece ser asaltada/o. El único responsable del asalto sexual es la persona que cometió el daño, no la víctima.

El asalto sexual es el comportamiento sexual de una persona en contra la voluntad y sin el consentimiento de otra persona. Recuerda:

- Solamente un "sí" da el consentimiento. El silencio no es consentimiento.
- Si está tomada/o o drogada/o no puede dar consentimiento a actividad sexual.
- Una relación previa, relaciones sexuales previas o hasta una licencia de matrimonio no es consentimiento.
- El consentimiento tiene que ser dado con cada encuentro y durante el tiempo que dure el encuentro.
- Bajo la ley en Illinois, una persona menor de 17 años no puede dar consentimiento a actividad sexual. Un adulto que se involucra en actividades sexuales con alguien menor de 17 años está cometiendo un crimen. Si un adulto

está en una posición de confianza o de autoridad, como un miembro de la familia, un/a entrenador/a o un/a maestro/a, la edad de consentimiento es de 18 años.

Que debería de hacer si he sido asaltada/o sexualmente?

Solamente usted, la víctima, puede decidir lo que es mejor para usted. Este libreto provee opciones que puede considerar si es asaltada/o sexualmente.

Busque un lugar seguro

- La seguridad física- Encuentre un lugar donde se sienta protegida/o y cómoda/o.
- La seguridad emocional- Identifique lo que le hará sentirse apoyada/o y con consuelo. Pida lo que necesite.
- Busque el apoyo
 - Contacte una línea de crisis disponible las 24 horas
 - Comuníquese con alguien de su familia o una amistad.

Llama a un Centro de Crisis de Violación

Centros de crisis de violación responden inmediatamente a través de líneas de crisis de 24 horas y responden las 24 horas al día a salas de emergencia y estaciones de policía. Estos servicios son gratis y confidenciales. Los centros proveen abogacía y servicios de consejería. Trabajadoras de estos centros le dejaran saber sobre las emociones que va a sentir después de que una violación o abuso sexual. Una lista de centros de crisis está localizada en las últimas páginas de este libreto o en la página de internet www.icasa.org. El asalto sexual les quita el control a las víctimas. Es importante que recupere el control a través de tomar sus propias decisiones. Empleados del centro de crisis de violación pueden ayudarle a explorar y entender sus opciones.

Busque atención médica

Puede decidir ir a una sala de emergencia para recibir atención médica. Pudiera ser a su beneficio hacerlo porque es posible que no se dé cuenta que tiene heridas. Pudiera haber sido expuesta/o a infecciones transmitidas sexualmente o, si es posible, estar al riesgo de resultar embarazada. Si usted lo decide, el personal médico pudiera coleccionar evidencia para usar en la convicción del acusado.

Un centro de crisis de violación puede mandar a una abogante para ayudarla/o entender el examen médico, el proceso de coleccionar evidencia y proveer asistencia adicional.

Para más información sobre Cuidado Médicos favor de ver las paginas 4-6.

Reportar a la policía

El asalto sexual es un crimen. Usted es víctima de un crimen. Puede optar por reportar el crimen a la policía. La sala de emergencia va contactar a la policía, pero usted decide si quiere hablar con ellos. Cualquiera que sea su decisión, es importante que sea lo usted quiere hacer.

Si decide hacer un reporte a la policía una consejera o abogante del centro de crisis de violación puede acompañarla/o y darle apoyo.

Para más información sobre reportar a la policía y el sistema criminal de justicia favor de ver las paginas 6-8.

Recuperación Emocional

El asalto sexual es una crisis, y todos respondemos a la crisis en maneras distintas. Algunas personas entran en un estado de choque emocional después de ser asaltadas/os, o sienten un miedo, coraje, vergüenza o ansiedad altamente agobiantes. La reacción emocional a un asalto sexual es compleja y frecuentemente confusa. Recuerde que sus sentimientos y experiencias no son inusuales. Usted no está sola/o.

Pudiera sentir cualquiera o ninguno de estas indicaciones de trauma:

- Patrones de dormir y comer que cambian.
- Cambios de estado de ánimo.
- Sintiendo que fácilmente se enoja o se siente irritable.
- Teniendo problemas en tomar decisiones.
- Sintiendo sin motivación, letárgico o muy cansada/o e impotente.
- Periodos de llanto.
- Teniendo pesadillas y escenas retrospectiva en donde siente que vuelve a estar en el momento donde ocurrió el asalto sexual.

Todos reaccionan de una manera diferente a un asalto sexual. No hay una manera correcta de reaccionar. Usted puede lidiar con esos sentimientos. Usted puede sentirse mejor.

Hablar con alguien que entiende puede ayudarle a procesar sus emociones después de un asalto sexual. Una consejera de un centro de crisis de violación la/o puede ayudar. La consejería de un centro de crisis de violación de ICASA es gratis y confidencial.

Recuerde que no importa cuánto batalles con superar el asalto, no quiere decir que a desarrollado problemas mentales o emocionales. El proceso de recuperación pudieran ayudarla/o a desarrollar fuerzas internas, percepciones y habilidades que no sabía que tenía.

Personas cercanas a alguien que haya sido asaltada/o sexualmente también pueden obtener consejería. Esto puede ayudarles a lidiar con el estrés que el asalto le ha

causado en sus propias vidas y ayudarles a entender y apoyar a la sobreviviente del asalto sexual.

Algunos consejos para sanar del trauma de un asalto sexual:

- Reconoce que el asalto la/o va a impactar.
- Es probable que sus reacciones se parezcan a la reacción que otras/os han tenido.
- Recuerde que lidiar con el trauma se ve diferente para cada persona.
- Ponga atención a lo que la/lo hace sentir mejor.
- Desarrolle rituales o rutinas que tienen un efecto calmante y relajante para usted.
- Haga una lista de actividades que puede hacer cuando se siente emocionalmente agobiada/o.
- Intente una variedad de maneras de sobresalir, incluyendo meditación, respirar profundamente, escuchar música, leer, arte, yoga, rituales espirituales o cualquier cosa que le ayude a enfocarse y relajarse. Actividad física también es una buena opción para reducir el estrés. Puede salir a caminar o mantener su rutina de ejercicio.
- Recuerde que seres queridos en su vida van a tener sus propias reacciones a lo que le ha pasado y pueden no entender o saber cómo responder.
- Mantenga el número de la línea de crisis de violación disponible para que pueda buscar apoyo si lo necesita.
- Recuerde que NO es su culpa, no importa si otros la/lo culpen o traten de hacerla/o sentir vergüenza.

La recuperación toma tiempo. Tenga paciencia con usted misma/o.

Cuidado Medico

Buscar ayuda médica es algo que le beneficiaría para proteger su salud y recolectar evidencia del asalto. Si va a una sala de emergencia usted puede escoger tener un examen físico, tratamiento médico y recolectar cualquier evidencia del asalto. Hospitales en el estado de Illinois son requeridos por ley notificar al departamento de policía local que una víctima de asalto sexual a llegado al hospital buscando tratamiento médico. Usted no tiene que hablar con la policía. El hospital también notifica al centro de crisis de violación local para pedir a una abogante. La abogante ira a la sala de emergencia y, si usted está de acuerdo, se quedará con usted durante el proceso para contestar sus preguntas y apoyarla/o. Si en algún momento durante el proceso medico no entiende lo que está pasando- pregunte. La enfermera, el doctor y la abogante del centro de crisis de violación están disponibles para explicarle las cosas.

○ **El Examen de la Sala de Emergencia**

Los trabajadores de la sala de emergencia de su hospital local le proveerán atención médica inmediatamente. La sala de emergencia responde al trauma físico del asalto y el proceso de juntar evidencia del asalto. Si está de acuerdo, puede firmar formularios de consentimiento que le darán permiso a los trabajadores médicos examinar, tratar y administrar medicamento, y para darle información a la policía. La enfermera le explicara los procedimientos del examen y estará presente durante el examen.

No se bañe, duche, o se cambie de ropa antes del examen. Esto pudiera destruir evidencia. Si ya se ha limpiado todavía pudiera recibir cuidado médico rápido y completo, y evidencia todavía pudiera ser recolectada. Si es posible, lleve un cambio de ropa con usted cuando vaya a la sala de emergencia, pueda ser posible que la policía se quede con la ropa que lleve puesta para evidencia.

○ **Heridas Físicas**

El examen hará un asesoramiento y tratara cualquier herida que haya ocurrido durante el asalto.

○ **Infecciones Transmitidas Sexuales**

Si está preocupada/o de haber contraído una infección transmitida sexualmente (sífilis, gonorrea, herpes o el VIH) platíquelo con el doctor o su enfermera. Ellos le pueden dar medicamento preventivo cuando tenga su examen médico. Usted debería recibir información de todo el medicamento que recibe. Asegure saber el nombre, dosis, propósito y posibles efectos secundarios del medicamento.

○ **Embarazo y Anticonceptivo de Emergencia**

Dependiendo de su cuerpo, existe la posibilidad que un embarazo resulte del asalto sexual. Aunque la probabilidad de quedar embarazada es menos si usa un método anticonceptivo, un examen de embarazo es recomendado para todos sobrevivientes que tienen la habilidad de tener hijos. Si el embarazo es una posibilidad, puede pedir contraceptivos de emergencia, un dispositivo intrauterino (DIU) u otros métodos anticonceptivos en el momento del examen. Una abogante del centro de crisis de violación o una enfermera puede hablar con usted sobre sus opciones. Entre más rápido se tome el anticonceptivo de emergencia, mejor funciona. El Anticonceptivo de Emergencia no es un método de aborto.

○ Colección de Evidencia

Si provee el consentimiento, el examen del hospital puede incluir colección de evidencia. Si acude al hospital dentro de siete días del asalto sexual y pide que la evidencia sea recolectada, los trabajadores del hospital deberán completar un botiquín de Colección de Evidencia de Asalto Sexual. Tiene el derecho de negar cualquier paso de la recolección de evidencia que no quiere que se haga.

Aunque no esté segura/o de que quiere que la policía investigue el asalto puede pedir que se haga el botiquín de recolección de evidencia por completo. Si no quiere que el botiquín sea analizado para evidencia, el departamento de policía en donde ocurrió el asalto tiene que guardar el botiquín por lo menos diez años (o hasta que un menor de edad cumpla 28 años).

Durante el proceso de recolección de evidencia la enfermera:

- Tomara muestras de su cuerpo que puedan contener el esperma, saliva, pelo o células de piel del violador.
- Juntar la ropa que tenía puesta durante el asalto para mandarlos al laboratorio de crimen.
- Tomar retratos de moretones, cortaduras u otras heridas que ocurrieron durante el asalto.

○ El Costo

Usted nunca debería de recibir una factura por el tratamiento o cualquier otra ayuda relacionada a su visita al cuarto de emergencia, como viajar en ambulancia o para el trabajo del laboratorio. Si no tiene seguro médico privado o Medicaid la factura del hospital será pagada por el Programa de Asalto Sexual del Departamento de Salud y Servicios de Familia del Estado de Illinois.

Si recibe una factura contacte a su abogado del centro de crisis de violación para que le ayude a trabajar con el hospital u otro proveedor para arreglar el asunto.

○ Atención de Seguimiento y Pago

Aunque haya recibido tratamiento preventivo es importante ir con un doctor o clínica después del asalto sexual.

El Departamento de Salud Publica provee pruebas gratuitas y tratamiento para infecciones que son transmitidas sexualmente. Para conocer el local más cercano a usted puede acudir a la página de internet www.idph.org.

Una abogada del centro de crisis de violación puede ayudarla/o llenar formas para pedir Compensación para Víctimas de Crimen, que reembolsa ciertos gastos relacionados con el crimen. La espera por los reembolsos típicamente es de muchos meses.

○ **Proceso de Justicia Criminal**

El asalto sexual y el abuso sexual son crímenes violentos. Como todos otros crímenes violentos es la responsabilidad del estado de enjuiciar al delincuente. Pero, aunque una persona no sea arrestada por haberla/o asaltado sexualmente, no quiere decir que el asalto no ocurrió. Muchos factores determinan si hay un arresto o si un caso es enjuiciado.

Buscar asistencia policiaca y acción de los tribunales pudiera involucrarla/o en un proceso largo y complejo.

Cuando esté hablando del ataque con la policía o el fiscal estatal no tenga miedo en hacer preguntas de cualquier palabra o proceso que no entienda. Lo que sigue es un resumen breve del proceso de justicia criminal. Una abogante de un centro de crisis de violación puede apoyarla durante del proceso.

○ **Hacer un Reporte a la Policía**

Reportar a la policía es el primer paso en encontrar y enjuiciar a la persona que la/o asalto. Reportar no quiere decir que está comprometida/o a participar en el enjuiciamiento. Aunque sin su participación será mucho más difícil para que el fiscal estatal enjuicie su caso.

○ **La Investigación y el Arresto**

El detective asignado a su caso llevara a cabo una entrevista muy profunda en privado con usted. Como este es una de las fases más importantes de la investigación será detallada y al fondo. Basado en la entrevista y otra evidencia la policía pudiera arrestar al violador.

○ **La Prosecución**

Cuando un asalto sexual ocurre el Estado de Illinois considera el crimen un acto en contra todas las personas del estado. Entonces, casos criminales son manejados por la oficina del Fiscal Estatal en lugar de abogados privados. El fiscal la/o entrevistara sobre el caso, haciendo muchas de las mismas preguntas que hizo el detective de la policía. Después, el fiscal decidirá si pone cargos criminales al violador.

○ **Lectura de los Cargos y la Fianza**

La lectura de los cargos es cuando el acusado va en frente de un juez y se declara culpable o no culpable del crimen. Si el acusado se declara no culpable el juez pudiera dejar salir al acusado a la comunidad. El juez pondrá una fianza, que establecerá las condiciones para la liberación del acusado.

○ **La Audiencia Legal**

Después de la lectura de los cargos el enjuiciamiento pudiera empezar en una de dos maneras: con una audiencia preliminar o con una audiencia de gran jurado. Se le pudiera pedir que esté presente o de testimonio durante la audiencia preliminar.

○ **Un Acuerdo con el Fiscal**

Un acuerdo con el fiscal pudiera ocurrir entre el fiscal estatal y el abogado defensor en cualquier momento después de que se presenten los cargos. En un acuerdo el fiscal pudiera estar de acuerdo con cargos menores a cambio de que el acusado se declare culpable.

○ **El Juicio**

La mayoría de los casos no van a juicio. Si hay un juicio la defensa escoge si el juicio será en frente de un juez del tribunal del circuito sin un jurado (se llamaría un juicio de Banco), o en frente de un juez y un jurado de 12 personas (llamado un juicio por jurado). Durante el juicio pudiera ser un requisito que usted y otros testigos den testimonio. Adicionalmente, los resultados del examen médico, analices del laboratorio e investigación policiaca serán presentados.

○ **Eventos Después del Juicio**

Un acusado que es declarado culpable será sentenciado. Se le ofrecerá la oportunidad de leer una declaración en la audiencia de sentencia. El acusado tendrá el derecho de apelar la decisión. Una declaración de no culpable no puede ser apelada por el estado. Recuerde que un resultado de no culpable no quiere decir que un crimen no ocurrió.

○ **Juicio Civil**

Es posible que usted ponga una demanda por daños que resultaron del asalto sexual. Usted puede demandar sin importar si hubo un enjuiciamiento penal o si el acusado fue declarado no culpable. Para iniciar una demanda civil necesita contratar un abogado personal. El abogado pudiera ser pagado un porcentaje de una demanda exitosa.

○ **Ordenes de Protección**

Una Orden Civil de no Contacto o una Orden de Protección puede ser otorgada por un juez. Una orden protectora pudiera ser otorgada como parte del procedimiento criminal o como parte de un juicio de corte civil por separado. Una abogante de un centro de crisis de violación le pudiera informar mas sobre el proceso para obtener una orden de protección.

Recuerde: No Es Su Culpa

Sin importar las circunstancias, la violación no es su culpa. El trauma del asalto pudiera alterar su vida, pero recuerde que ya sobrevivió el asalto. Ahora puede empezar a recuperarse.

No estará sola/o durante esta jornada. Centros de crisis de violación y otros le ayudaran a recuperarse del asalto.