



ASALTO SEXUAL

Información sobre el asalto sexual para
victimas, familiares y amigos

Nebraska Domestic Violence
Sexual Assault Coalition
402-476-6256
www.ndvsac.org

1-877-215-0167- Línea de Crisis en Nebraska
en español

Los sentimos muchísimo que usted haya sido lastimada.

Nadie merece ser agredida sexualmente.

NADIE.

La intención de esta guía es para darle información acerca del asalto sexual. Puede leerlo como lo vaya necesitando. Nos damos cuenta de su necesidad por retomar control de su vida. Este libro le proporcionara información que puede usar para elegir lo que usted quiere hacer después. Quizá usted quiera que su familia y amigos lean este libro para que aprendan acerca de lo que usted esta experimentando y le ofrezcan apoyo en maneras que le sean útiles.

El asalto sexual es cometido más a menudo por hombres contra mujeres. Para hacer esta guía más legible nosotros nos referiremos generalmente al ofensor como “el” y a la víctima/sobreviviente como “ella.” Nosotros estamos concientes que los hombres pueden ser víctimas de asaltos sexuales y las mujeres pueden ser ofensores, así que esto de ninguna manera intenta minimizar esas situaciones.

Si usted quiere hablar con alguien acerca de cómo usted se siente, cuales son sus opciones, o enterarse acerca de servicios en su área, contacte a el programa que sirve su área en la parte trasera del libro o llame la línea de crisis de Nebraska al 1-877-215-0167 (se habla español). También, puede llamar la línea nacional directa al 1-800-656-HOPE (4673). **Usted no necesita dar su nombre u otra información acerca de usted si usted no quiere.**

Sumario

¿Por que a mi?.....	1
Algunos datos acerca del asalto sexual.....	2
Leyes de asalto sexual en Nebraska.....	3
Definiendo su experiencia.....	4
Yo debí	5
Después de un asalto: cuidado medico	6
Colección de evidencia	8
Hablando con un oficial de la Ley	10
¿Que pasa después?.....	11
Me siento tan sola	12
Los efectos de la violación.....	14
Otras reacciones comunes.....	15
Si este no es el primer asalto.....	16
¿Quien comete los crímenes sexuales?.....	17
Notificación a la comunidad	18
Violación de pandilla	19
Violación facilitada por la droga o alcohol.....	20
Víctimas masculinas de asalto sexual.....	22
Asaltos en personas que son homosexuales o lesbianas	25
Asaltos en personas ancianas y personas con discapacidades ..	26
Para familiares y amigos.....	28
Lectura adicional sugerida	32
Servicios en Nebraska.....	36
Programas en Nebraska.....	38
Notas	41

¿Por que a mi?

Usted puede estar preguntándose por que le paso esto a usted-¿por que una persona asalta a otra persona de esta manera? Por que fui hecho yo la víctima? Es normal querer encontrar una razón por que fue que paso.

Usted no hizo nada para incitar el ataque. Usted no “lo provooco” por la manera en que usted estaba vestida, lo que usted dijo, o lo que usted hizo. El asalto sexual no es cometido fuera de impulso ni necesidad sexual. Es una manera de controlar a otro ser humano en una manera muy personal.

Los perpetradores de asalto sexual, (también referido como violación através de esta guía) deciden violar y esta decisión no tiene nada que ver con algo que usted haya echo. Ellos pueden violar a alguien que ellos piensan no los delatara o a alguien quien puede ser vulnerable (ya sea por la edad, incapacidad, o si usan alcohol y drogas).

Cuestionar sus propios actos es normal. Usted puede preguntarse acerca de las decisiones que usted tomo y como le pudieron haber hecho mas vulnerable. Usted puede haber escuchado en el pasado de que hay cosas que usted puede hacer para “prevenir” ser asaltada sexualmente. Usted quizá pudo haber estado haciendo algunas de estas cosas antes de que fuera atacada o no estaba haciendo estas cosas y ahora se esta culpando mas o siente que de alguna manera se merece lo que le paso. La verdad es que finalmente solo el perpetrador puede “prevenir” un asalto sexual – y solo entonces al no cometerlo. Las cosas que usted haya o no hecho para evadir una violación no estuvieron mal. Los violadores sorprenden a sus víctimas agarrándolas desprevenidas, engañándolas, tomando ventaja de conductas normales o mintiendo. No hay manera de “prevenir” estas cosas.

¡Usted no es la culpable! Usted no causo que el asalto pasara. Si usted lo hubiera podido evitar lo habría hecho. **Deposite la culpa del asalto donde pertenece – con el violador.**

Algunos datos sobre el asalto sexual

- Aproximadamente 683,000 mujeres mayores de 18 años de edad fueron violadas en los Estados Unidos en 1990, equivalente a 1,871 mujeres por día.*
- 2/3 de las violaciones fueron cometidas por algún conocido de la víctima. 73% de los asaltos sexuales fueron cometidos por alguien no-extraño. **
- Casi un-tercio de las víctimas de violación desarrollarán disturbios de tensión en algún punto de sus vidas, como resultado directo del asalto. Esto aumenta el riesgo de serios problemas de abuso de alcohol y drogas.*
- 1 de cada 6 mujeres y 1 de cada 33 hombres han experimentado una violación o intento de violación de niño y/o de adulto.***
- Solamente el 16% de las violaciones son denunciadas.*
- El asalto sexual le puede pasar a cualquiera, en cualquier momento, en cualquier lugar. Personas de todas las edades, todas clases económicas, todas las razas, todos los niveles de educación, y quien vive en todo tipo de vecindarios son víctimas.
- La violación no es un acto espontáneo o un impulso sexual irrefrenable. Es una acción premeditada usada para hacer sentir a otra persona impotente, humillada, y degradada y a cambio hacer sentir al violador poderoso.

* “Rape in America: A Rreport to the Nation.” 1992. National Center for Victims of Crime.

**Rape Abuse & Incest National Network: www.rainn.org, retrieved 4-14-08.

***”National Violence Against Women Study.” 1996. National Institute of Justice and the Center for Disease Control.

Las leyes de asalto sexual en Nebraska

En esta guía usted va a ver los términos “violación” y “asalto sexual” usados intercambiadamente. La ley de Nebraska no usa el termino “violación.” Legalmente, en Nebraska, todas las violaciones son llamadas asaltos sexuales.

Nebraska define agresión sexual como penetración vaginal, anal, u oral en el cuerpo de la persona sin su consentimiento. Esto incluye situaciones cuando usted no tiene la habilidad mental o física para dar consentimiento o comprender lo que le esta pasando. (Ejemplo, ebria, dormida, o bajo la influencia de una droga).

También incluye situaciones cuando una de las personas es menor de 16 años de edad y la otra tiene 19 años o mayor. En esta ocasión no importa si usted “quería” el contacto sexual. La ley dice que cualquier persona menor de 16 años no puede dar consentimiento al sexo. Tampoco importa si la mujer tiene 15 años y el hombre es de 19 años O la mujer es de 19 años y el hombre de 15 años. En cualquier situación, la persona mayor podría ser acusada de un crimen.

Usted podría ser asaltada sexualmente aunque nada o nadie haya penetrado o entrado su cuerpo. La ley también cubre cualquier contacto no deseado de sus senos, genitales, o región genital con propósitos sexuales.

Lo que la aplicación de la ley y el fiscal busaran, es si la persona que la violo:

- Uso fuerza, o
- Uso amenaza de fuerza, o
- Uso coacción, o
- Ignoro sus rechazos verbales y/o físicos.

Algunas veces es inútil que usted trate de rechazar el contacto sexual defendiéndose o negándose. Si usted pensó que hubiera sido inútil defenderse o negarse, esto no quiere decir que usted quería el contacto (o que dio consentimiento). La otra persona todavía puede

ser arrestada y acusada de un crimen.

Definiendo su experiencia

Mucha gente encuentra difícil llamar “violación” a lo que les ha sucedido. “Violación” es una palabra muy poderosa, y usarla quizá traiga un nivel de realidad a lo que le paso y usted quizá no se sienta cómoda con esto.

Gente que es asaltada sexualmente es impotente sobre lo que le esta pasando a su cuerpo. Estar sin el control de su seguridad de esta manera es aterrador. Muchas víctimas declaran que ellas tenían miedo de ser asesinadas o desfiguradas permanentemente por el violador. Este nivel de miedo, combinado con la intensa sensación de violación personal, puede afectar las víctimas por muchos años.

Cualquier contacto sexual no deseado puede ser experimentado como intruso y violador. Es común pensar que actos que involucran penetración son “los mas serios”, pero mucha gente se siente extremadamente violada por otros tipos de contacto físico, como ser acariciada, frotada, o besada. Hay también muchas formas de violencia sexual que no implican contacto físico para nada, como mirar de reojo, acechar o espiar, llamadas telefónicas indecentes, obscenas, o alguien exponiendo su cuerpo.

Confíe en sus instintos. Si usted siente que ha sido violada, lo fue.

Yo debí...

Reinterpretar el incidente y preguntarse lo que usted pudo haber hecho para detener el asalto es normal. Una de las cosas espantosas acerca de un asalto sexual es que alguien más tenía control sobre lo que paso. Es una experiencia aterradora.

Quizá su voz y su cuerpo se congelaron. Quizá usted creyó que forcejear solamente hubiera hecho al violador lastimarlo más. Quizá usted no estaba conciente para saber lo que estaba pasando. Quizá el era muy grande, muy fuerte, o había muchos de ellos. Quizá usted estaba tan conmocionada que ya casi al final usted se dio cuenta de lo que estaba pasando.

Incluso si usted se congelo o estaba asustada y sentía como que no pudo haber peleado el ataque, usted todavía fue violada. “Congelarse” es una reacción normal que le ayudo a sobrevivir la experiencia. Recuerde, la ley de Nebraska no requiere que usted se resista física o verbalmente si usted sentía que era inútil.

No hay manera correcta o incorrecta de reaccionar al ser asaltada sexualmente. Sus reacciones fueron completamente normal y usted hizo lo mejor que pudo para sobrevivir el asalto.

Después de un asalto: cuidado médico

Es importante conseguir cuidado médico lo más pronto posible después de un asalto sexual. Puede ser examinada de heridas (algunas de las que quizá usted no está al tanto), proporcionada con antibióticos para prevenir infecciones bacteriales transmitidas sexualmente y puede obtener medicamentos para protegerla contra el embarazo. Usted también puede obtener pruebas para otras enfermedades transmitidas sexualmente.

Enfermedades e Infecciones Transmitidas Sexualmente

Clamidia, gonorrea, herpes, VIH y otras infecciones vaginales pueden ser contraídos durante un asalto sexual. Una vez descubiertas pueden ser atendidas. Es importante dejarle saber a su proveedor de asistencia médica cuáles áreas de su cuerpo fueron asaltadas para hacer las pruebas apropiadas de infección. Es importante seguir una cita con el hospital o un doctor privado de 2 a 3 semanas después de su primera visita. Una enfermedad transmitida sexualmente quizá no se presente por varias semanas. Mantener su cuerpo saludable es parte de la sanación de la violación.

Contracepción de Emergencia

Contracepción de emergencia (EC), también llamada contracepción de “la mañana siguiente” o Plan B, es un medicamento que puede ser tomado para prevenir el embarazo después de tener trato vaginal desprotegido. Si usted experimento penetración vaginal durante el asalto sexual, usted podría llegar a quedar embarazada y este medicamento puede prevenir un embarazo. Para que sean eficaces las pastillas deben empezarse dentro de las primeras 120 horas después del trato desprotegido (5 días). Los mejores resultados son vistos cuando ha sido comenzado dentro de 72 horas. Contracepción de emergencia no causa un aborto ni afecta un embarazo existente. Previene simplemente la fecundación.

Los hospitales son puestos bajo el mandato por la ley de llamar a la policía o un oficial aplicación de la ley local siempre que ellos traten a una víctima de violación. Sin embargo, la decisión de

hacer una declaración formal al oficial de la aplicación de la ley todavía es suya. Esta puede ser una decisión difícil. Personal de los centros de crisis en Nebraska están disponibles las 24 horas del día para reunirse con usted en el hospital o la estación de policía. Pueden proporcionarle información, ofrecerle recursos, apoyo y asistencia. Para un centro de violación y crisis más cercano a usted, vea las páginas al final de este libreto o llame la línea de crisis en Nebraska al 1-877-215-0167 (se habla español) o la línea nacional al 1-800-656-HOPE (4673).

Si el asalto sexual ocurrió dentro de las pasadas 72-96 horas y esta considerando decirle a la policía acerca de la violación, un examen forense de asalto sexual, a veces llamado “rape kit” será completado. Este examen es únicamente para la colección de posible evidencia de su cuerpo y no para tratar las heridas que usted pudo haber recibido. Un examen forense de asalto sexual es usualmente hecho en el hospital. En algunas comunidades, hay organizaciones llamadas centros de apoyo que realizan exámenes a niños y adultos víctimas de asalto sexual.

En algunas comunidades, usted puede hacer una denuncia anónima, la cual le permitirá reunir evidencia sin identificarse o contactar la policía. La policía puede tener la evidencia en caso de que usted cambie de opinión y decida denunciar después. La intercesora de su centro de violación y crisis local podrá decirle si esta opción esta disponible en su ciudad.

Colección de Evidencia

Si usted decide que se reúna la evidencia, será reunida por un doctor, enfermera o posiblemente un SANE (Sexual Assault Nurse Examiner) especialmente entrenado. Sin tener en cuenta quien realice el examen, le preguntaran que paso para tener una idea de que tipo de evidencia y heridas buscar. El examinador le pedirá que se quite la ropa y coloque cada pieza en una bolsa de papel separada. Después examinara su cuerpo para heridas externas. Déjeles saber si esta adolorida o le duele en algún lugar.

Muestras de ADN y otras evidencias posibles serán reunidas. Las muestras de ADN se tomaran para ayudar a identificar el violador, o si usted identifico el violador confirmar esa información. Tal evidencia también puede corroborar su información de donde ocurrió el asalto, y que tipo de asaltos ocurrieron. Su ADN puede ser examinado para distinguirlo de otro ADN que se encuentre. Usted puede, **en cualquier momento**, cambiar de opinión y detener el examen o pedir que alguna parte de la colección de evidencias no se complete.

Para reunir otras evidencias posibles el examinador le pedirá:

- Peinarse el cabello y reunir cualquier resto.
- Jalar aproximadamente 20 cabellos de diferentes partes del cuero cabelludo.
- Escupir o chupar en un papel o hisopo.
- Pasar un hisopo alrededor de las encías y através de las grietas entre los dientes.
- Pasar el cepillo por su vello pubico y reunir cualquier pedazo y escombros perdidos.
- Jalar aproximadamente 20 vellos pubicos de diferentes áreas de su región genital.
- Raspe bajo las unas y/o posiblemente córtelas.
- Limpie cualquier otra área de su cuerpo donde el violador pudo haber dejado flujo corporal, como una marca de mordedura.

La enfermera de revisión o un doctor entonces realizara una reexaminación interna insertará un especulo en su vagina para

buscar heridas. Después, la examinadora usara hisopos para tomar muestras de adentro de su vagina, así como de su recto.

Usted puede negarse a cualquier porción de la colección de evidencia forense del asalto sexual.

Fotografías de cualquier herida del asalto (moretones, rasguños, desgarraduras) pueden ser tomadas. Esto puede incluir heridas a sus senos y genitales. Algunos hospitales pueden tener un coloscopio, la cual es una cámara especializada que puede tomar fotografías internas. Cuando la reexaminación termine, la evidencia y las fotos se le darán a la policía quien hará la investigación. Idealmente, la evidencia será reunida de su cuerpo dentro de los primeros tres días después del asalto. Entre mas tiempo espere para recibir un examen forense, hay mas probabilidad que la evidencia se pierda o sea menos efectiva en probar su caso en el tribunal.

Si usted no esta segura si quiere hacer una denuncia a la policía, quizá quiera tener la evidencia completa para tenerla disponible por si acaso. Tenga presente que la evidencia no prueba que el asalto paso – es solamente una parte de caso legal, y puede ayudar durante el juicio. Usted todavía necesitara contar su historia en el tribunal.

La agencia de la aplicación de la ley que investiga debe pagar por el estuche de evidencia. A usted se le mandaran facturas por otros gastos.

Hablando con un oficial de la Ley

Si usted busca tratamiento médico por violación en un hospital o centro médico, pudieron haberle llamado a un oficial de la ley. Usted aún tiene el derecho de decidir si quiere o no hablar con ellos. Aún tendrá el derecho de recibir tratamiento médico si habla con la policía o no.

Decirle al oficial de la ley lo que sucedió puede ser vergonzante, difícil y espantoso. Usted puede pedirle al oficial que llame a una intercesora del centro de crisis más cercano para que le acompañe, o usted puede llamar a su programa local y arreglar para que la intercesora se reúna con usted.

Usted y el violador son probablemente las únicas personas que saben lo que sucedió. Si se interroga, el violador podría decir que el no estuvo con usted, no tuvo sexo con usted, o tuvo sexo consentido por usted. Depende de usted decirle a la policía lo que sucedió, incluyendo si alcohol y drogas fueron usados por cualquiera de ustedes dos antes o durante el asalto. Es importante no esconder o cambiar ningunos datos cuando usted hable con el policía.

Después de su primera declaración oficial, los investigadores que trabajen en su caso quizá necesiten hablar con usted varias veces. No es inusual que usted se confunda acerca de los detalles y la orden de eventos – un evento traumático hace difícil recordar cosas claramente como normalmente lo haría. Tómese su tiempo y haga lo mejor que pueda. Cuando las cosas lleguen a ser más claras, déjeles saber a los investigadores de que más se acuerda. Aunque no siempre puede parecerlo de esta manera, los policías están de su lado. Están trabajando juntos para hacer al violador responsable.

Que pasa después?

Esta es una pregunta difícil de responder. El curso de una investigación criminal variara con cada caso. Si la policía puede hacer un arresto, no es inusual para un caso de asalto sexual tomar de 6 meses a un año para moverse por el sistema tribunal. El proceso del ADN puede tomar un largo tiempo y retrasar el progreso del caso. Los investigadores estarán en contacto frecuentemente con usted durante el primer mes después de que se hizo la denuncia. La policía puede pedirle que tome un polígrafo (detector de mentiras). Sin embargo, es importante saber que por ley, la policía o el fiscal no pueden forzarle a tomar el detector de mentira para poder continuar la investigación. Usted se puede negar y la investigación debe continuar a menos que, es posible que haya otras razones por las que ellos no puedan adelantarse. Una vez que la audiencia preliminar termine, usted probablemente no oirá del fiscal hasta que una fecha del tribunal sea puesta.

Usted puede hablar con alguien en su centro local de crisis y violación, para averiguar lo que es probable que suceda después. La unidad de Víctima/Testigo en su condado donde su caso esta siendo investigado puede ofrecer asistencia también.

Muchos sobrevivientes de asalto sexual han encontrado que prepararse para testificar en el tribunal es una tarea difícil. Usted quizá quiera usar el tiempo entre procedimientos tribunales para hablar con un consejero o una intercesora acerca del asalto, discuta sus temores de ir al tribunal, y prepárese para todos los resultados posibles. Una intercesora de su programa local de asalto sexual le puede ayudar a prepararse emocionalmente para el juicio. Personal de la Unidad Víctima/Testigo y el fiscal asignado a su caso pueden también asistir en la preparación para el juicio.

Me siento tan sola

Muchas personas no hablan de ser violadas. Puede ser doloroso revivir la experiencia, y espantoso confiarse de que otras personas reaccionaran en una manera de apoyo. Pero muchas otras personas sobrevivieron lo que usted paso, aunque nadie jamás le haya dicho acerca de su experiencia.

Hablar de su experiencia puede reducir sus sentimientos de aislamiento. Usted quizá quiera hablar con alguien cercano, o alguien en el centro de crisis y violación.

La primera cita con un consejero o intercesora puede ser difícil. Hablar acerca de un evento tan personal y perturbante con un extraño puede ser difícil. Pero intercesoras y consejeros están ahí especialmente para que usted tenga una persona segura con quien hablar en un lugar seguro. Muchos centros ofrecen grupos para sobrevivientes de asalto sexual además de juntas individuales. Nuevamente, ir a un grupo puede ser incomodo en un principio, pero los grupos han sido de mucha ayuda a miles de mujeres quienes pasaron por experiencias similar a la suya. Hablar con otros puede ayudarle a darse cuenta que no está sola, volviéndose loca, y que usted pasara a mejores tiempos en su vida.

Sus conversaciones con la intercesora de crisis de violación son confidencial, lo que quiere decir que ellas no compartirán lo información con nadie mas. Comunicación con una intercesora de asalto sexual también se considera “privilegiada” por ley. Esto significa que la intercesora no puede compartir su información con nadie a menos que usted le de permiso de hacerlo. Este privilegio no aplica a las intercesoras empleadas por medio de los servicios de justicia criminal, como las Unidades de Victima/Testigo.

Hay excepciones a la confidencialidad y al privilegio. Estas excepciones incluyen si la intercesora cree que hay una amenaza seria hacia usted o alguien más, o si hay una emergencia medica que amenace contra su vida. Intercesoras también están bajo el mandato

de reportar si se dan cuenta de cualquier abuso o negligencia a menores o adultos.

El rol de la intercesora de crisis de violación es proporcionarle con apoyo e información. La intercesora no le dará consejos en que pasos debe de tomar, pero le proporcionara referencias para consejería y otros servicios, así como le acompañara a cualquier procedimiento tribunal en el que este involucrada. La intercesora no juzgara las decisiones que usted tome o tratara de persuadirla en ninguna manera.

Para enterarse sobre servicios disponibles contacte su programa local de asalto sexual (vea las paginas en la parte trasera del libro) o llame la línea de crisis en Nebraska al 1-877-215-0167 (se habla español) o la línea nacional al 1-800-656-HOPE (4673).

Los efectos de la violación

La violación puede tener efectos duraderos en las víctimas y sus familias. El temor, la ira, y los sentimientos de impotencia pueden tomar mucho tiempo para sanar. No es raro que las víctimas experimenten temores relacionados con la violación durante años después de un asalto. Algunas mujeres quizá se sientan de “regreso a la normalidad” en menos tiempo. Para otras, el proceso de sanación puede ser complicado por otras circunstancias tales como haber experimentado asaltos sexuales previos o asaltos repetidos por el mismo violador. Sentirse aislada o hacerla sentir avergonzada o responsable por la violación puede impactar la manera en que la persona sana. Cualquiera que sean las circunstancias, el asalto sexual es un acontecimiento que altera su vida y desafía la manera que pensamos del mundo.

Personas que han sido traumatizadas a menudo alternan entre sentirse agobiadas y sintiéndose relativamente separadas de la experiencia. Esto puede parecer inmanejable y confuso, pero es algo muy natural y una reacción esperada al trauma. Este seguro que la mayoría de las personas los efectos llegaran a ser mas manejables después de unas cuantas semanas de crisis intensa. Sin embargo, el dolor emocional y los sentimientos de estar agobiada pueden ir y venir por un largo tiempo después del asalto. Muchas sobrevivientes experimentan un proceso de dolor similar a cuando hay una muerte de un ser querido. Es útil para ambos, sobrevivientes y los que los quieren conseguir tanto apoyo como sea posible.

Otras reacciones comunes

- Pensar y hablar acerca del asalto constantemente.
- No querer pensar o hablar del tema.
- Revivir la experiencia a través de pesadillas o escenas retrospectivas.
- Tratar de olvidar y vivir su vida como si jamás paso.
- No poder concentrarse.
- Sobresaltarse o ponerse nerviosa fácilmente.
- No dormir – o dormir demasiado.
- No comer – o comer demasiado.
- Incrementar el uso de drogas o alcohol.
- Pensamientos suicidas.
- Sentirse molesta.
- Ansiedad o ataques de ansiedad.
- Depresión.
- Sentirse aislada y diferente a los demás.
- Entristecerse.
- Sentirse culpable o responsable.
- Tratar de entender como pudo haberlo detenido o prevenido.

Los efectos a largo plazo de un asalto sexual no siempre son negativos. De hecho, algunas sobrevivientes han encontrado que el asalto les cambio la vida en maneras que ellas sienten son positivas. Por ejemplo, algunas mujeres se sienten más fuertes y más preparadas para manejar una crisis por que ellas pudieron manejar el asalto sexual. Otras se sienten más seguras y tienen más confianza en sus decisiones por que han aprendido a confiar en su “instinto” en vez de cuestionarlo. Algunas mujeres sienten que tienen mejores amistades ahora que antes del asalto por que ellas se dieron cuenta de quien son sus verdaderas amistades durante el tiempo de crisis.

Todos tienen su propia manera de enfrentar acontecimientos traumáticos. No hay una manera de recuperarse de una violación, tampoco hay una cantidad de tiempo definida. Es muy importante que usted sepa que mucha gente quien ha experimentado la violación y han sobre salido sus experiencias viven de lleno sus vidas. Usted también puede.

Si este no es el primer asalto.

Algunas personas experimentan múltiples asaltos sexuales durante su vida por diferentes violadores. Quizá se pregunte por que le paso esto a usted otra vez. Tal vez usted piensa que algo acerca de usted atrae a las personas para lastimarle, o talvez sienta que de alguna manera merece asaltos por sus decisiones. No importa cuantas veces haya sido asaltada, y no importa lo que los violadores le pudieron haber dicho, **usted no hizo nada para merecer lo que le paso.** Únicamente el violador sabe por que tomo la decisión de violarla, pero este segura de que usted no hizo nada para provocar el asalto.

Es común para la gente quien ha tenido estas experiencias tener dificultad para enfrentarlas. Los efectos de cada asalto nuevo componen los problemas de experiencias previas. Depresión, ansiedad, adicciones, promiscuidad, desordenes alimenticios, y reacciones problemáticas son común entre personas con historia de abuso sexual. Otros métodos de afrontar que parecen saludables, pero no son, también son comunes. Estos pueden incluir perfeccionismo, obsesión por el ejercicio y la dieta, y evadir ciertos lugares o personas. Mientras que todos estos comportamientos anormales, a menudo crean más problemas para el sobreviviente. De hecho, algunos de estos métodos, como usar droga y alcohol, pueden tener efectos mas serios en la salud y el bien estar.

Muchas otras personas quien han tenido experiencias similares encontraron que les fue muy útil trabajar con un consejero o un grupo de apoyo. Si usted quiere mas información y referencias con profesionales en su área llame a su centro de crisis local o llame la línea de crisis en Nebraska al 1-877-215-0167 (se habla español) o la línea nacional al 1-800-656-HOPE (4673).

¿Quien comete crímenes sexuales?

No hay características claras para identificar a un delincuente sexual. La mayoría de los delincuentes sexuales son hombres, (sin importar el género de la víctima) y usualmente se identifican como heterosexuales. Pueden ser de cualquier edad, raza, clase económica, o religión. Son casados, solteros, divorciados, viven en todas las comunidades, y vienen de todo tipo de familias. Son mas probables de asaltar sexualmente alguien que es de la misma raza (93% de los asaltos) y alguien que conoce.

Las ofensas sexuales son cometidas principalmente por hombres contra mujeres, niños y algunas veces otros hombres. Aproximadamente 10% de todas las víctimas adultas de violación son hombres.

Mujeres también cometen asaltos sexuales contra ambos mujeres y hombres de todas las edades. Sin embargo, estas situaciones son menos frecuentes que los asaltos perpetrados por los hombres. Estos asaltos son cometidos más a menudo contra niños. Como con todos los asaltos sexuales, asaltos por mujeres son denunciados muy poco.

La mayoría de los delincuentes sexuales continuaran cometiendo ofensas sexuales hasta que sean atrapados. Delincuentes sexuales son cuatro veces mas probable de asaltar a alguien que conocen que a un extraño. En casos que involucran abuso sexual de niños, los violadores muchas veces son personas que el niño conoce y confía – miembros de la familia, padres sustitutos, u otros parientes y cuidadores.

Notificando a la comunidad

Todos los 50 estados tienen alguna forma para registrar a los delincuentes sexuales y avisarle a la comunidad también conocida como “Megan’s Law”. La ley requiere a los delincuentes sexuales registrarse con el departamento de policía local después de que son liberados de prisión. En algunos casos, parte de la comunidad será notificada de la identidad de la persona y su residencia. El estado tiene pautas acerca de quien será notificado dependiendo de cada ofensor. La mayoría de los ofensores son únicamente conocidos por la policía y negocios selectos cerca de la casa del ofensor.

El éxito de este sistema es dependiente de proyecciones de delincuentes sexuales y una base de datos recientes con direcciones de los ofensores. Sin embargo, la mayoría de los asaltos sexuales no son denunciados a la policía. De los casos que son denunciados y llegan al sistema tribunal, muchos se imploran a una ofensa menor que no lleva a un estatus de delincuente sexual. Los perpetradores que van ante un jurado no siempre son declarados culpables. Así, un porcentaje muy pequeño de delincuentes sexuales son identificados por los tribunales. Nebraska tiene un “registro de delincuentes sexuales”, que incluye a cualquier persona que sea declarada culpable de ciertos delitos con un componente sexual. Más información acerca del registro se puede encontrar en este sitio web: www.nsp.state.ne.us/SOR.

Algunas comunidades han implementado restricciones de residencia para los delincuentes sexuales, limitando que tan cerca pueden vivir a las escuelas y otros centros que sirven a los jóvenes. Estemos bajo alerta o no de su presencia, todos comparten su comunidad con delincuentes sexuales, la mayoría de los que no han sido identificados por el sistema.

Violación de pandilla

Violación de pandilla es cuando dos o más personas actúan juntas para asaltar sexualmente a otras personas los asaltos sexuales cometidos por una pandilla son diferentes de un asalto por un hombre contra una mujer. La intención de un violador individual es sentirse poderoso, degradando y aterrizando a la otra persona. Hombres que violan en grupos se ven tomando parte de un ritual masculino que es acerca de vincular, realizar uno para el otro, afirmando simbólicamente su poder. Grupos de hombres participan en violación de pandilla para desarrollar confianza y solidaridad, todos tienen que participar o no son aceptados en el grupo. Todos deben mantener el secreto o han traicionado al grupo entero. La violación en pandilla a menudo es vista como una iniciación o un rito de paso a la virilidad o la inclusión a un grupo específico.

Las personas que sobreviven una violación de pandilla son probables de sostener numerosas heridas físicas. Además del trauma hecho a su región genital, es probable que tengan heridas como resultado de haber sido refrenadas por el grupo. Hombres que son asaltados por grupos son más probables de ser golpeados durante el asalto.

Las víctimas de una violación de pandilla también pueden tener temor intenso de que el grupo tome represalias o trate de “desquitarse” con ellas por denunciar el asalto. Ellas tuvieron la experiencia de primera mano de la solidaridad entre el grupo que cometió el asalto, y pueden temer que uno o más de los delincuentes regresen para asegurarse que la víctima no denunciara a ninguno de ellos. Adicionalmente, miembros del grupo que no participaron en el asalto (otros miembros del equipo o hermanos de la fraternidad) pueden tomar represalias por parte de los delincuentes.

Cuando alguien denuncia una violación a la policía, a menudo llega a ser un asunto de la palabra de una persona contra la de los otros. En casos de violación de pandilla, el grupo de delincuentes supera en número a la víctima. La víctima puede sentir que es imposible que le crean bajo estas circunstancias.

Violación facilitada por la droga o alcohol

Los violadores han utilizado las drogas para sedar a sus víctimas durante siglos. El alcohol es la droga más comúnmente utilizada para este propósito. Otras drogas como Rohypnol (roofies, rope), Gamma Hydroxybutyrate (GHB, Grievous Bodily Harm), y Ketamine (Special K, Liquid K) pueden ser fácilmente pasadas a una bebida sin ser detectadas. No tienen olor, ni sabor, actúan como un sedante rápido, y usualmente causan amnesia, y/o pérdida del conocimiento que puede durar desde algunas horas hasta algunos días. Aunque casos de uso de estas drogas para facilitar violaciones han causado mucho conocimiento público, estas sustancias también son usadas recreacionalmente para conseguir drogarse como cualquier otra droga.

Alcohol, cocaína, LSD, metanfetaminas, crack, heroína, y otras drogas callejeras están involucrados desde el 55% al 75% de todas las violaciones.¹ Cuando el alcohol o cualquier otra droga están involucrados en un asalto sexual, preocupaciones o problemas adicionales pueden estar presentes para la sobreviviente. Daño a la memoria pueden dejar a la persona preguntándose que fue exactamente lo que les pasó y lo que no les pasó. Deja preguntas abiertas que ellas no pueden contestar, y sentimientos de vulnerabilidad pueden quedarse por mucho tiempo.

Si la víctima participa voluntariamente en usar drogas o alcohol antes del asalto, ella puede culparse después por lo que paso. Ella también pueda estar renuente a denunciar el asalto a la policía por temor a que vaya ser arrestada por el uso de drogas.

Las drogas y el alcohol no causan una violación. Incluso si el violador uso sustancias, el tomo la decisión de violar a una persona quien era vulnerable. El alcohol y las drogas pueden reducir las inhibiciones de una persona pero no justifica un asalto sexual.

Meterle una droga a alguien sin su conocimiento es un acto ilegal. Cometer un asalto sexual en contra de una persona quien ha sido intencionalmente drogada lleva penalidades criminales por ambos el asalto sexual y por drogar a alguien. Estos casos algunas veces son difíciles de procesar por que las víctimas están confundidas acerca de lo que les paso, tienen miedo hacer una denuncia con la policía con poquita memoria, y a menudo no lo denuncian en la sala de urgencias. La única manera de estar segura que una persona ha sido drogada es por un examen de orina o de sangre. Estos exámenes demostraran todas las drogas en el sistema de la persona. La aplicación de la ley tiene que específicamente solicitar exámenes de GHB y Rohypol ya que muchos laboratorios no tienen esta capacidad.

También es ilegal “tener sexo” con alguien que no es capaz de dar consentimiento, y esto puede ser debido a el uso voluntario o involuntario de drogas y/o alcohol. El delincuente puede ver cualquier uso de drogas o alcohol como un acto que le hace a usted “un objetivo fácil”. Es mas difícil defenderse o tomar decisiones seguras cuando usted esta bajo la influencia de sustancias. Sin embargo, el violador siempre es responsable por su propio comportamiento y las decisiones que toma.

1. Crowell & Burgess, 1996 cited in the National District Attorney’s Association publication, “Prosecuting alcohol Facilitated Sexual Assault,” 2207: American Prosecutor’s Research Institute.

Víctimas masculinas del asalto sexual

Aunque el asalto sexual es a menudo un crimen contra mujeres, los hombres también son víctimas del asalto sexual. Los hombres son desde 25% al de todas las violaciones de niños.¹ Estadísticas exactas de hombres quien han sido violados durante su vida adulta son mucho más difíciles de encontrar por que el crimen es bajo en denuncias. Sin embargo, **hombres adultos pueden ser violados** y necesitan la misma validez, información y apoyo que las mujeres después de un asalto.

El asalto sexual no es un acto sexualmente motivado. Sentimientos sexuales o atracciones no motivan a un violador a cometer un asalto. La necesidad de dominar, controlar o humillar a otra persona en una manera muy personal es lo que motiva a un violador. Cuando nosotros consideramos la definición y los criterios de nuestra sociedad de lo que significa “ser un hombre” es obvia que la violación masculina es cometida para hacer sentir al violador poderoso, no satisfecho sexualmente.

Nuestra cultura espera que el hombre nunca sea vulnerable y sea capaz de protegerse contra cualquier tipo de ataque. Un hombre que ha sido violado puede sentirse avergonzado de el mismo “por no haber sido hombre” por que no pudo detener el ataque. Por que fue vulnerable (una característica “femenina”) también pueda tener miedo que otros cuestionaran su orientación sexual. Sentimientos de culpa, vergüenza, aislamiento, e ira son probables de ser intensificados debido al estigma social acerca de ser una víctima masculina.

La homofobia (miedo u odio de gente homosexual o lesbiana) mantiene muchas víctimas masculinas de avanzar para la ayuda después de un asalto. Mucha gente en nuestra sociedad cree que la violación es un acto sexual, y no uno de violencia, el cual tiene un efecto adicional en las víctimas masculinas de delincuentes masculinos.

Hombres heterosexuales quienes han sido violados a menudo tienen miedo que otros piensen que son homosexuales o pueden preguntarse si el delincuente se sintió atraído por algo de ellos. Hombres homosexuales pueden pensar que el asalto ocurrió por que son homosexuales y como resultado pueden experimentar dificultades en sus relaciones sexuales y emocionales con otros hombres. Hombres homosexuales que no han salido públicamente pueden temer tener su sexualidad descubierta y que se haga un centro de cuestionamientos en vez de las acciones del delincuente y del asalto.

El temor de experimentar actos de violencia adicionales por gente con homofobia también es una barrera para acceder servicios para hombres homosexuales. Este temor es realista, y debe ser respetado por cualquier persona en quien una víctima masculina confía.

Víctimas masculinas adultas, sin importar su orientación sexual, a menudo tienen más reservaciones que otras víctimas para hacer una denuncia a la policía. Mitos acerca de la masculinidad como “los hombres deben ser capaz de defenderse solos” y “un hombre verdadero no dejaría que eso sucediera” aumenta el temor de que no se les va a creer, sus acciones pueden ser cuestionadas, y pueden experimentar discriminación debido a su orientación actual o percibida.

Víctimas masculinas de una delincuente femenina, a menudo hombres adolescentes, pueden sentirse avergonzados de denunciar un asalto sexual cometido por una mujer. Muchos aspectos de la cultura Americana dan mensajes confusos acerca del sexo entre adultos y adolescentes. Mientras que es inapropiado para un hombre adulto tener sexo con una adolescente (hasta que cumpla 18), una relación sexual entre un adolescente y una mujer adulta es representada aceptable o la “introducción ideal” a experiencias sexuales. Temores acerca de no ser creídos o que su identidad sexual sea cuestionada por que el contacto sexual no fue bien recibido, juegan una parte para mantener a las víctimas calladas.

De hecho chicos adolescentes son obligados y hechos sentir incómodos cuando rechazan ventajas sexuales de mujeres mayores.

Tal experiencia puede hacer sentir violado, y tener efectos duraderos en las víctimas, así como otras formas de asalto sexual. Las limitaciones de la edad en la ley de Nebraska aplican a todas las personas. Una mujer mayor que “seduce” un adolescente masculino está cometiendo “asalto sexual”.

Víctimas de violación masculinas tienen dificultad para obtener recursos y ayuda. Hombres pueden creer que el centro local de crisis únicamente ofrece servicios para víctimas femeninas y pueden estar indecisos a llamar por ayuda. Mientras que las víctimas masculinas pueden tener unos asuntos que son diferentes que aquellos los de una víctima femenina, el programa de asalto sexual en su área proporciona intervención de crisis y servicios de apoyo a hombres así como a mujeres. También es posible que puedan referirle a otros profesionales en su área.

Para mas información contacte el centro de crisis más cercano a usted o llamando la línea de crisis en Nebraska al 1-877-215-0167 (se habla español) o la línea nacional al 1-800-876-6238. **Los servicios son gratis y confidencial.**

1. Finkelhor, David. 1994. Current Information on the Scope and Nature of Child Sexual Assault, Sexual Assault of Children, Volume 4, Number 2.

Asaltos a gente que es homosexual o lesbiana

Gente que es homosexual o lesbiana no está libre del asalto sexual. La violencia entre parejas íntimas ocurre en todo tipo de relaciones. Hombres y mujeres en relaciones con personas del mismo sexo experimentan violencia íntima al mismo paso que el resto de la población. El asalto sexual es a menudo un componente de violencia.

Además del asalto sexual que ocurre dentro del contexto de relaciones violentas, gente homosexual, lesbiana, bisexual, y transexuales (haberse sometido a una intervención quirúrgica para alterar el sexo) también experimentan altos niveles de actos de violencia perpetrados por gente heterosexual. Mucha gente no tolera o aceptan a la gente homosexual. Asaltos sexuales pueden ser perpetrados en contra de gente homosexual, bisexual o transexual como una manera de “castigarlos” o “demostrarles de lo que se están perdiendo” (un hombre violando a una mujer lesbiana) o “darles lo que quieren” (un hombre violando a un hombre homosexual). Estos tipos de asaltos pueden ser muy violentos, resultando en serias lesiones. Estos actos son crímenes de odio.

Muchos crímenes en contra de personas homosexuales no son denunciados. Aquellos en relaciones violentas tienen los mismos temores acerca de la denuncia que todas las víctimas de violencia doméstica tienen. Adicionalmente, las personas homosexuales pueden temer reacciones de otros cuando se den cuenta que son homosexuales, sin importar de quien haya perpetrado el ataque, y temor de otros actos de violencia en su contra.

Centros de crisis de violación en Nebraska ofrecen sus servicios a todas las víctimas de asalto sexual, sin importar su orientación sexual. Llame al línea de crisis en Nebraska al **1-877-215-0167** (se habla español) o la línea nacional al 1-800-656-HOPE.

Asaltos a gente de la tercera edad y gente con discapacidad

Perpetradores de asalto sexual buscan gente vulnerable para victimizar. “Vulnerable” es definido por el perpetrador y puede ser cualquier persona en cualquier momento. Sin embargo, ciertos grupos de personas son más susceptibles a los asaltos regularmente debido a sus condiciones físicas o mentales.

Los prejuicios sociales contra las personas mayores o discapacitadas pueden llevar a descontar lo que ellos tienen que decir. Por ejemplo, denuncias de violación de parte de una persona mayor puede ser ignorado diciendo que ellos lo inventaron – quizá “se están haciendo viejos” o “se sienten solos”. Denuncias de violación de una persona con enfermedad mental puede ser descontada por que, “ya están locos”. Denuncias de violación de gente con discapacidad mental son descontadas por que, “ellos inventan cosas,” o “solamente tratan de llamar la atención,” o “es algo que vieron en la televisión”.

Muchas personas no ven a las personas con discapacidades físicas o mentales como seres sexuales. Debido a esta falta de comprensión y la creencia errónea que violar es motivado sexualmente, encuentran difícil de creer que alguien “quisiera tener sexo” con una persona que esta física o mentalmente discapacitado. Frecuentemente mantenemos las mismas creencias de las personas mayores. Por lo tanto, denuncias de asalto sexual a menudo no son creídas cuando son hechas por estos individuos.

La mayoría de las personas no inventa historias acerca de un asalto sexual. Según el FBI, el porcentaje de denuncias falsas de asalto sexual es el mismo porcentaje de denuncias falsas de cualquier otro crimen serio – únicamente entre dos y cuatro por ciento. La probabilidad de una denuncia falsa de una persona discapacitada es aun más baja por que gente de poblaciones con desventajas son victimizadas a un paso más alto que el resto de la población. Perpetradores se dan cuenta que es poco probable que víctimas de estos grupos sean creídos si el abuso es revelado.

Las personas que necesitan cuidado supervisado o viven en un asilo son particularmente vulnerables al asalto físico y sexual. Los perpetradores que buscan de gente mayor, sorda, ciega, discapacitada físicamente, enferma mental, funcionamiento cognoscitivo bajo, o tienen otras discapacidades son a menudo sus proveedores de cuidados, ya sean miembros de la familia o ayuda empleada.

Personas extrañas también pueden concentrarse en las personas mayores y personas con discapacidades físicas y de desarrollo que viven solas, por que ellas son menos probables de defenderse físicamente, menos probables de escuchar al perpetrador entrar a la casa, y menos probable de tener a alguien en la casa que pueda interrumpir el asalto.

Las leyes de asalto sexual protegen a personas que están mentalmente discapacitadas, sin importar su edad. La ley reconoce que los perpetradores cazaran a los que son vulnerables y que confían en ellos y establecerán una relación sexual de “común acuerdo”, el cual es realmente abusivo debido al desequilibrio del conocimiento y el poder. En este contexto, comúnmente pensamos en casos “reglamentarios de violación” entre una chica adolescente y un hombre adulto. La ley indica que algunos individuos adultos no pueden consentir sinceramente a interacciones sexuales debido a su incapacidad mental. Este asunto puede ser complicado por el hecho que un cuerpo adulto puede disfrutar de los encuentros que no son físicamente violentos ni dolorosos – por ultimo tal relación esta fuera de lugar e ilegal.

Es importante reconocer que no toda la gente con discapacidades mentales son incapaz de dar consentimiento. Muchas personas con discapacidades de desarrollo disfrutan relaciones románticas, después llegan al matrimonio y continúan con éxito sus relaciones.

Necesitamos reconocer el aumento de riesgo y la influencia de asaltos sexuales en poblaciones con desventaja, y creer en sus revelaciones acerca de lo que les ha pasado.

Para amigos y familiares

La violación es una experiencia devastadora para ambas partes, las víctimas y aquellos cercanos a ellas. Miembros de familia y amigos experimentan una gran variedad de emociones y reacciones después de que alguien que ellos quieren ha sido asaltada.

Apoyo para usted

Usted probablemente se siente enojada, confundida, e impotente. Las cosas pueden parecer fuera de control o que la persona que usted conoce ha cambiado. Quizá usted tiene sentimientos de culpa y se auto-culpa por que no pudo proteger a la persona que quiere del asalto; o tiene impulsos de salir y encontrar a la persona que le hizo esto a la persona que quiere y tomar los asuntos con sus propias manos.

Comprenda que usted esta experimentando sentimientos similares a los de la víctima. Estos sentimientos y reacciones son normales. Usted esta en crisis también, y sus preocupaciones por el bienestar y la seguridad de la víctima son comprensibles.

Es posible que escuchando las experiencias de la persona que quiere pueda provocar memorias de sus propias experiencias pasadas que pueden haber sido similares. Quizá usted se hizo una promesa de asegurarse que nunca le pasara a un ser querido y ahora se siente enojada y culpable por lo que paso. Quizá usted piense que “todo había quedado en el pasado” y no comprende por que le molesta. A pesar de todo, el centro local de crisis de violación puede ayudarle a procesar sus sentimientos, reacciones y memoria.

Acepte el hecho que prevenir el asalto no era su responsabilidad y no estaba dentro de su capacidad. Recuerde, usted no causo el asalto, ni lo pudo haber prevenido de que pasara. Solamente el violador tuvo control de lo que paso – nadie mas.

Apoyando a su ser querido

Querer encontrar al perpetrador y “querer hacerle pagar por lo que

hizo” es un sentimiento o impulso común para aquellos cercanos a la víctima. Sus sentimientos de rabia y querer hacer al perpetrador responsable son completamente comprensibles. **Sin embargo, actuar sobre este impulso no le será útil a la víctima.** Muchas víctimas experimentan estrés agregado por que temen por la seguridad de sus seres queridos. Aunque no puede parecer justo para usted, usted es legalmente responsable de cualquier daño que usted cause intencionalmente a otra persona. Cualquier acto que usted tome contra el perpetrador será visto separado de la violación. La persona que usted quiere necesita que usted este segura y le apoye. Encuentre maneras alternativas de liberar su ira que no lo pongan en riesgo del arresto ni del daño físico.

Uno de los sentimientos mas comunes que las víctimas de violación experimentan son la perdida de lo que ellas fueron y su vida antes del asalto. Aquellos cerca a la víctima también experimentan su perdida. La persona que usted quiere ha sido cambiada por esta experiencia, y la vida como usted la conoció también pueda cambiar por un tiempo. Sentimientos de tristeza y de luto son respuestas normales y sanas.

Los asaltos sexuales pueden ocurrir bajo circunstancias donde la víctima estaba involucrada en actividades desaprobadas por otros (tomar, romper su toque de queda, aceptar un paseo, o mentir acerca a donde va y con quien). Cualquier decisión a participar en estos comportamientos es separada del asalto sexual. Comportamientos riesgosos no le dan a nadie el derecho a violar. Nadie espera ser la víctima de un asalto sexual, aunque estén intoxicados o con alguien que recién conocieron. Los perpetradores crearan y tomaran ventaja de oportunidades para cometer estos actos. Cualquiera que sean las circunstancias de asalto, el violador decidió lastimar a la persona que usted quiere, y el lo hizo por engaños, sorpresa, coerción de fuerza. La violación no es una consecuencia o un castigo por romper una regla.

Por que la violación es una experiencia tan horrorosa, la mayoría de nosotros quisiéramos encontrar una manera de poderla haber

evitado. Nosotros a menudo hacemos esto tratando de encontrar algo que la víctima hizo mal. Aunque puede ser difícil, haga el esfuerzo de aceptar que la única persona responsable de la violación es el perpetrador. Buscar indicios en el comportamiento de la víctima solo le frustrará, y la persona que usted quiere puede sentir que usted la culpa por lo que sucedió, aunque esa no sea su intención. Recuerde que romper las reglas o poner a prueba los límites son comportamientos normales, especialmente para los adolescentes. Usted solamente ha hecho cosas similares.

Aquellos cercanos a la víctima a menudo se sienten culpables por que ellos no pudieron protegerla del asalto, y también se pueden sentir impotentes por que ellos no pueden quitarle el dolor después del asalto. Usted quizá tratara de hacer un esfuerzo extra para protegerla. Es importante hablar acerca de esto con la víctima. Su preocupación por su seguridad puede ser agradecida, pero sobre protegerla y reglas que limiten su libertad pueden ser interpretados como falta de confianza o culparle indirectamente por lo que paso.

Uno de los pasos mas importantes para sanar de un asalto sexual es recuperar el sentido de poder y control sobre sus elecciones y acciones en su propia vida. Usted quizá también se sienta fuera de control, y pueda experimentar la misma necesidad. Esta es un área donde a menudo surgen conflictos entre víctimas y personas que las quieren, especialmente si la víctima debe o no denunciar el asalto a la aplicación de la ley. Es muy importante que la víctima sea quien tome la decisión. Pasar por el sistema tribunal puede tomar mucho tiempo, ser muy estresante, y finalmente puede resultar sin una convicción. Querer que el violador pague por lo que hizo es normal, pero no esta garantizado. Confíe que la persona a quien usted quiere sabe lo que es mejor para ella.

Cuando alguien esta siendo asaltada sexualmente no tienen control sobre sus cuerpos o la situación en la que están, y a menudo experimentan temor por su vida. Después de un asalto, las víctimas pueden disgustarse fácilmente cuando otros hacen aun las decisiones más sencillas por ellas. La víctima debe decir cuando regresar a

trabajar o a la escuela, con quien hablar acerca del asalto, cuando consultar a un consejero, donde dormir, etcétera. Déjele saber a la víctima por que usted cree que sus ideas serian útiles, pero al final seria importante apoyar las decisiones que la víctima haga para mantener la confianza en su relación.

También puede ser difícil si la persona que usted quiere no le confía los detalles acerca de lo que sucedió o lo que ella siente. Ella quizá pueda discutir esto con un consejero(a) o con una intercesora. Aunque usted sea el padre, los terapeutas honoraran la confidencialidad de sus clientes menores y no le dirán lo que ellas han discutido, a menos que lo que ellos sean dichos posea un peligro al cliente o a otros. Es importante respetar esa confidencialidad y esperar hasta que ella se sienta cómoda para hablar con usted, lo cual puede o no pasar.

Los cambios en su relación pueden ser difíciles de aceptar y de adaptarse. Usted se puede encontrar preguntándose por que parece estar tomando tanto tiempo para que se le pase el asalto, cuando la persona que usted quiere empezara a preocuparse por ella misma, y como puede usted ayudarle. Como persona que cuida a la víctima usted quizá necesite apoyo de afuera para pasar por esta situación, aunque la víctima no este lista para hacer lo mismo. Usted quizá necesite buscar a otros amigos, miembros de la familia, clero o un consejero para obtener lo que necesita. Esto puede ser un cambio muy grande, especialmente si la víctima es la persona en la que tradicionalmente usted cuenta como apoyo. La persona a quien usted quiere probablemente esta agobiada con la experiencia del asalto y no podrá apoyarla. También, ella quizá se sienta muy mal acerca de ser la causa de su dolor y pena. Encuentre un lugar separado para cuidarse.

Si usted quiere hablar con alguien acerca de cómo se siente y como ser útil para la persona que quiere, llame al centro de crisis más cercano a usted vea en la parte trasera del libro o llame al línea de crisis en Nebraska al 1-877-215-0167 (se habla español) o la línea nacional al 1-800-656-HOPE (4673). Es gratis y confidencial.

Sugerencia de lecturas adicionales

Debajo hay algunas sugerencias de libros, artículos y videos para leer en varios temas. Si le gustaría adquirir prestada una copia de estos títulos, por favor contacte a la Coalición de Nebraska de Violencia Doméstica y Asalto Sexual al (402) 476-6856 para verificar su disponibilidad.

Por favor, observe que estos materiales solamente están disponibles en Ingles.

Sobrevivientes Adolescentes

Dating Violence: Young Women in Danger. Levy, B. 1991. The Seal Press.

Ending Violence in Teen Dating Relationships: A Resource Guide for Parents and Pastors. Miles, Al. 2005. Augsburg Books.

How Long Does It Hurt?: A Guide to Recovering from Incest and Sexual Abuse for Teenagers, Their Friends, and Their Families. Mather, C. & Debeye, K. 1994. Jossey-Bass Publishers.

I Never Called It Rape. Warshaw, R.. 1988. Harper & Row.

The Me Nobody Knows: A Guide for Teen Survivors. Bean, B. & Bennett, S. 1997. Jossey-Bass Publishers.

Recovery: How to Survive Sexual Assault for Women, Men, Teenagers, and Their Friends and Families. Benedict, H., & Brison, S. 1994. Columbia University Press.

The Survivor's Guide: For Teenage Girls Surviving Sexual Abuse. Lee, S. 1995. Sage Publications.

Adultos Sobrevivientes de Violación

After Silence: Rape and My Journey Back. Raine, N.V. 1998

Cry Rape: The True Story of One Woman's Harrowing Quest for Justice. Leudders, B. 2007 University of Winsconsin Press.

Free of the Shadows: Recovering from Sexual Violence. Adams, C. & Fay, J. 1990.

If You are Raped. Johnson, K.M. 1985. Learning Publishers, Inc.

I Never Called It Rape. Warshaw, R. 1988. Harper & Row.

License to Rape: Sexual Abuse of Wives. Finklehor, D. & Yllo, K. 1987. Free Press.

Recovering from Rape. Ledray, L. 1988. Henry Holt & Company.

Recovery: How to Survive Sexual Assault for Women, Men, Teenagers, and Their Friends and Families. Benedict, H., & Brison, S. 1994. ColumbiaUniversity Press.

Surviving the Silence: Black Women's Stories of Rape. Pierce-Baker, C. 1999. W. Norton & Company.

Telling: A Memoir of Rape and Recovery. Francisco, P.W. 1999. Cliff Street Books.

Trauma & Recovery: The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror. Herman, J. 1992. Basic Books/ Harper Collins.

Sobrevivientes Masculinos

Broken Boys/Mending Men: Recovery from Childhood Sexual Abuse. Gruban-Black, S. 1997. Ivy Books.

Male on Male Rape: The Hidden Toll of Stigma and Shame.
Scarce, M. 1997. Insight Books.

Recovery: How to Survive Sexual Assault for Women, Men, Teenagers, and their Friends and Families. Benedict, H., & Brison, S. 1994. Columbia University Press.

Victims No Longer: Men Recovering from Incest and Other Sexual Child Abuse. Lew, M. & Bass, E. 1990. Harper Collins.

Amigos y Familiares

Allies in Healing: When the Person You Love Was Sexually Abused as a Child. Davis, Laura. 1991. Harper Paperbacks.

If She Is Raped: A Book for Husbands, Fathers, and Male Friends. McEnoy, A. & Brookings, J.. 1999. Learning Publications, Inc.

If He is Raped: A Guidebook for Partners, Spouses and Friends. McEnoy, A., Rollo, D., & Brookings, J. 1999. Learning Publications, Inc.

Ghosts in the Bedroom: A Guide for Partners of Incest Survivors. Graber, K. 1991. Health Communications.

Recovery: How to Survive Sexual Assault for Women, Men, Teenagers, and Their Friends and Families. Benedict, H., & Brison, S. 1994. Columbia University Press.

Adultos Sobrevivientes de Asalto Sexual en la niñez

Breaking Free: A Self-Help Guide for Adults Who Were Sexually Abused as Children. Ainscough, C & Toon, K. 1993. Fisher Books.

The Courage to Heal. Bass, E. 1994. Harperperennial Library.

Crossing the Boundary: Black Women Survive Incest. Wilson, M. 1994. Seal Press.

I Never Told Anyone: Writings by Women Survivors of Child Sexual Abuse. Bass, E. & Thornton, L. 1991. Harper Collins.

Secret Survivors: Uncovering Incest and its Aftereffects in Women. Blume, E.S. 1991. Ballentine Books.

Prevención del Asalto Sexual

The Gift of Fear: Survival Signals That Protect Us From Violence. de Becker, G. 1997. Little Brown & Co.

Helping Teens Stop Violence: A Practical Guide for Counselors, Educators, and Parents. Creighton, A. & Kivel, P. 1990. Hunter House, Inc.

Men's Work: How to Stop Violence That Tears Our Lives Apart. Kivel, P. 1992. Ballentine Books.

Stopping Rape: A Challenge For Men. Funk, R.E. 1993. New Society Publishers.

Transforming a Rape Culture (Rev.) ed. Buchwald, E 2007. Milkweed Editions

Servicios en Nebraska

Línea de crisis las 24 hrs

Apoyo confidencial, información, y acceso a servicios. Una lista de programas comienza después de esta sección. También hay una línea estatal para víctimas que hablan español. Usted puede comunicarse llamando al 1-877-215-0167.

Refugio de Emergencia

Un lugar seguro para mujeres y niños esta disponible para escapar violencia adicional, disponible las 24 horas al día.

Transportación

Transportación al refugio, procedimientos tribunales, servicios médicos o a otras agencias en la comunidad esta disponible cuando sea necesario.

Apoyo Medico y Referencias

Personal y voluntarios están disponibles a su petición para acompañar a los sobrevivientes al hospital, cuarto de urgencia, y oficinas médicas locales a tratamiento de lesiones o examen de violación.

Apoyo Legal y Referencias

Asistencia para obtener, orden de protección por abuso domestico, o acoso, apoyo emocional durante procedimientos tribunales, y referencias con abogados locales. Víctimas de agresión sexual tal vez tengan una relación o sean acosadas por el agresor. En estas situaciones, una orden de protección puede ayudar.

Apoyo Continuo

Apoyo individual o en grupo para sobrevivientes de agresión sexual, adultos sobrevivientes de agresión sexual infantil y violencia doméstica esta disponible en muchas comunidades. Algunos programas también ofrecen grupos específicamente para adolescentes y niños.

Programas de Educación y Prevención

Programas de prevención en abuso sexual infantil, agresión sexual,

violencia doméstica, acoso sexual y otras formas de violencia están disponibles para grupos de todas las edades.

Para encontrar el programa mas cercano a usted, vea las paginas siguientes.

Programas de Violencia Doméstica y Asalto Sexual en Nebraska

Los condados que se cubren están en paréntesis.

Algunos programas no tienen personal bilingüe. Si es posible, llame con un intérprete. Si usted no tiene intérprete, llame a la Línea de Crisis en Nebraska al 1-877-215-0167 o la Línea Nacional de Asalto Sexual al 1-800-656-HOPE.

Family Rescue Services

(Box Butte, Dawes, Sheridan, Sioux)
P.O. Box 877, Chadron, NE 69337
(877) 432-4113

DOVES

(Banner, Cheyenne, Kimball, Morrill, Scotts Bluff)
P.O. Box 98, Gering, NE 69341
(866) 95-DOVES

North Central Quad County Task Force

(Brown, Cherry, Keya Paha, Rock)
P.O. Box 224, Valentine, NE 69201
(877) 376-2080

Domestic Abuse/Sexual Assault Services

(Chase, Dundy, Frontier, Furnas, Hayes, Hitchcock, Red Willow)
P.O. Box 714, McCook, NE 69001
(877) 345-5534

Rape/Domestic Abuse Program

(Hooker, Lincoln, Logan, McPherson, Thomas)
P.O. Box 393, North Platte, NE 69101
(888) 534-3495

Parent-Child Center

(Dawson, Gosper)
P.O. Box 722, Lexington, NE 68850
(800) 215-3040 o (866)-351-9594

Sandhills Crisis Intervention Program

(Arthur, Deuel, Garden, Grant, Keith, Perkins)
P.O. Box 22, Ogallala, NE 69153
(308) 284-6055

Cedars Family Violence Services

(Blaine, Custer, Garfield, Greeley, Loup, Sherman, Valley, Wheeler)
PO Box 96, Broken Bow, NE 68822
(800) 942-4040

The S.A.F.E. Center

(Buffalo, Franklin, Harlan, Kearney, Phelps)
3710 Central Ave., Suite 10, Kearney, NE 68847
(877) 237-2513

The Crisis Center, Inc.

(Hall, Hamilton, Howard, Merrick)
P.O. Box 5885, Grand Island, NE 68802
(866) 995-4422

Spouse Abuse/Sexual Assault Crisis Center

(Adams, Clay, Nuckolls, Webster)
PO Box 8, Hastings, NE 68902
(877) 322-7272

Center For Survivors

(Boone, Butler, Colfax, Nance, Platte, Polk)
P.O. Box 42, Columbus, NE 68601
(800) 658-4482

Haven House Family Service Center

(Cedar, Dakota, Dixon, Thurston, Wayne)
P.O. Box 44, Wayne NE 68787
(800) 440-4633

Bright Horizons

(Antelope, Boyd, Holt, Knox, Madison, Pierce, Stanton)
P.O. Box 1711, Norfolk, NE 68701
(877) 379-3798

Crisis Center for Domestic Abuse/Sexual Assault

(Burt, Cuming, Dodge, Saunders, Washington)
P.O. Box 622, Fremont, NE 68026
(888) 721-4340

Hope Crisis Center

(Fillmore, Gage, Jefferson, Saline, Seward, Thayer, York)
P.O. Box 273, Fairbury, NE 68352
(877) 388-4673

Voices of Hope

(Lancaster)

2545 N Street, Lincoln, NE 68510

(402) 475-7273

Friendship Home (Domestic Violence Program)

(Lancaster)

P.O. Box 85358, Lincoln, NE 68501-5358

(402) 437-9302

Project Response

(Johnson, Nemaha, Otoe, Pawnee, Richardson)

1719 Courthouse Ave., Auburn, NE 68305

(800) 456-5764

Heartland Domestic Abuse Program (Domestic Violence Program)

(Cass, Sarpy)

116 E Mission Avenue,

Bellevue, NE 68005.

(800) 523-3666

Catholic Charities - The Shelter (Domestic Violence Program)

(Douglas)

P.O. Box 4346, Omaha, NE 68104

(402) 558-5700

YWCA-Women Against Violence

(Douglas)

222 South 29th Street, Omaha, NE 68131

(402) 345-7273

Línea de crisis en Nebraska (se habla español)

1-877-215-0167

Línea nacional sobre el asalto sexual (se habla español)

1-800-656-HOPE (4673)

Notas

Octubre 2009

Este proyecto se apoyo por medio de la Donación No. 2007-WR-AX-0006 otorgada por la U.S. Department of Justice – Office on Violence Against Woment. Las opiniones, resultados, conclusiones y recomendaciones expresadas en esta publicación/programa/exhibición son las de autor(es) y no reflejan necesariamente las visiones de Department of Justice, Office on Violence Against Women.