

Que es la Agresión Sexual

La agresión sexual es cuando alguien, sin su permiso, toca o penetra sexualmente a una persona. Tocar, como rozar los pechos, vagina, pene o nalgas, aunque sea con la ropa puesta, se llama "contacto sexual." Las relaciones sexuales, el sexo oral o la inserción de un objeto o parte del cuerpo en la vagina o ano se llaman "penetración sexual." El contacto sexual o la penetración ocurre si el agresor toca o penetra su cuerpo, o si a usted se le obliga tocar o penetrar el cuerpo del agresor.

Otro delito de agresión sexual ocurre cuando una persona tiene contacto sexual o penetración con usted mientras usted está incapacitada/incapacitado debido a drogas, medicamentos o alcohol y, por lo tanto, no pudo dar usted su consentimiento.

Usted no tiene la culpa de la agresión sexual. La agresión sexual NUNCA es culpa de la víctima.

Hechos Sobre la Agresión Sexual

- ▶ Usted no está sola/solo. En el 2007 hubieron 248.300 agresiones sexuales o casi 1 cada 2 minutos.
- ▶ No importa la edad que tenga usted, donde vive, o su cultura –usted puede ser víctima de agresión sexual. Las víctimas de agresión sexual son tanto hombres como mujeres, de todas las edades y de todas las condiciones sociales.
- ▶ No se confunda si el agresor es "respetado" o una persona popular y conocida en su comunidad. Si la persona ha tenido contacto sexual o penetración con usted sin su permiso, fue un delito. Los agresores sexuales pueden ser de en cualquier clase, cultura, profesión o nivel educativo.
- ▶ Nada de lo que usted hizo y nada sobre la manera en que usted se ve hace que sea responsable por lo que le pasó. El motivo de la agresión sexual es la necesidad de sentirse con poder y control. Es un mito que la agresión sexual ocurre por impulsos sexuales incontrolables o por falta de oportunidades sexuales. Los estudios han demostrado que la mayoría de los agresores tienen una pareja, y muchas veces están casados.
- ▶ Puede ser agredido sexualmente por un amigo, un novio/novia, un cónyuge, o un desconocido. Aproximadamente el 80% de las agresiones

sexuales las cometen personas que la víctima conoce.

Como se Puede Sentir Usted

Todos reaccionamos en forma diferente en momentos de crisis. Puede ser útil revisar lo siguiente en caso de que usted tenga o desarrolle estos síntomas más adelante. Lo más seguro es que estos síntomas sean reacciones comunes a la agresión sexual (a veces ocurren inmediatamente –a veces con retraso):

Aspecto psicológico:

- ▶ Culpabilidad, pena y vergüenza
- ▶ Confusión
- ▶ Enfado
- ▶ Impotencia
- ▶ Depresión
- ▶ Miedo y ansiedad
- ▶ Auto-culpabilidad por la agresión sexual
- ▶ Pesadillas o recuerdos traumáticos
- ▶ Sentirse como si no estuviera usted en control de su propia vida
- ▶ No querer hablar de la agresión sexual
- ▶ Negación –hacer como si no hubiera ocurrido

Aspecto físico:

- ▶ Cambios de apetito
- ▶ Dificultad para dormir
- ▶ Enfermedades relacionadas con el estrés
- ▶ Empeoramiento en la escuela o el trabajo
- ▶ Dependencia de alcohol/drogas

Aspecto social:

- ▶ Aislamiento y retraimiento
- ▶ Dificultad para confiar
- ▶ Conflictos interpersonales
- ▶ Disminución del rendimiento académico o trabajo

Es importante que hable de la agresión sexual y de sus sentimientos. Hay defensores disponibles en toda Alaska en programas de agresión sexual y violencia doméstica para ayudar y asistir en su proceso de recuperación. Le proporcionamos información para que pueda encontrar un programa cerca de usted.

Un Plan de Seguridad

A lo mejor querrá usar alguna o todas de estas formas de protegerse y para sentirse más seguro:

Seguridad personal:

- ▶ Cambie su horario cotidiano y la ruta que toma para ir al trabajo, la escuela y de compras.
- ▶ Quite su dirección y número de teléfono de sus cheques.
- ▶ Obtenga un número de teléfono privado y que no sea publicado en la guía telefónica y un contestador de llamadas para revisar sus llamadas.

Seguridad en el hogar:

- ▶ Cambie o mejore las cerraduras en las puertas y ventanas y manténgalas cerradas con llave.
- ▶ Use barras o palos para poner contra la puerta, o un sistema de alarma.
- ▶ Cambie sus puertas de madera por puertas de metal.
- ▶ Mantenga una luz encendida siempre.
- ▶ Instale un sistema de luces en el exterior que se enciende cuando una persona se acerca a su casa.
- ▶ Obtenga un detector de humo y un extintor de incendios.
- ▶ Dígales a los vecinos de confianza que llamen a la policía si oyen ruidos sospechosos en su casa.
- ▶ Identifique a las personas antes de abrir la puerta.
- ▶ Si tiene un teléfono, pídale a un amigo que lo llame por lo menos dos veces al día.
- ▶ Mantenga su bolso y llaves de su vehículo en un lugar accesible por si tiene que irse deprisa.

Seguridad en el vehículo:

- ▶ Mantenga las puertas cerradas en todo momento.
- ▶ Estacione su vehículo en lugares públicos bien iluminados.
- ▶ Obtenga cerraduras con llave para su tanque de gasolina y el capó.
- ▶ Cuando viaje, haga planes anticipados y sepa dónde puede encontrar ayuda, como estaciones de policía.
- ▶ Manténgase alerta. Si se siente amenazada/amenazado, maneje a una comisaría o estación de bomberos, o a un centro comercial con mucha gente.

- ▶ Intente no viajar sola/solo.
- ▶ Obtenga un teléfono celular para que pueda hacer llamadas de emergencia en cualquier momento. Tenga los números de teléfono de emergencia con usted.

Seguridad en el trabajo:

- ▶ Camine con otra persona cuando salga del trabajo.

Órdenes de Protección

Si usted fue objeto de penetración o si el agresor es pariente suyo o vive con usted, obtenga una orden de protección del juzgado, e informe a la policía de cualquier violación de esta orden.

- ▶ Pídele a alguien que se quede con usted si vive sola/solo, o quédese con la familia, amigos o en un refugio para víctimas de agresión sexual.

Sistema V.I.N.E (para Verificar el Estado de Encarcelamiento)

V.I.N.E significa Victim Information and Notification Everyday (Información y notificación todos los días para las víctimas). VINE es un servicio gratuito, anónimo, por computadora que ofrece la información del estado de custodia de un prisionero:

- ▶ Usted puede llamar desde cualquier teléfono digital, en cualquier momento, para averiguar si un agresor está en la cárcel.
- ▶ Usted puede registrarse para que el sistema le llame cuando el estado de custodia del agresor cambia al ser puesto en libertad, trasladado o si se ha escapado.

El número de teléfono para VINE para averiguar el estado de custodia del agresor o para registrarse para ser notificado es 1-800-247-9763 entonces sigue los mensajes de voz.

Indemnización por Delitos Violentos

El Estado de Alaska tiene una Junta de Indemnización por Delitos Violentos (Violent Crimes Compensation Board), que puede proporcionar indemnización a víctimas que han sido física o emocionalmente lesionadas en un crimen violento. Tal indemnización puede incluir cuidados médicos

para sus lesiones, consejería que está relacionado con ser víctima de un crimen, sueldo que usted perdió debido a las lesiones, y más. Puede obtener información para saber solicitar poniéndose en contacto con la Junta en:

Junta de Indemnización por Delitos Violentos
1-907-465-3040 o 1-800-764-3040
www.doa.alaska.gov/vccb

Oficina de Derechos de Víctimas

La Oficina de Derechos de Víctimas (OVR) del Estado de Alaska proporciona asistencia legal a las víctimas de delitos para que obtengan los derechos legales que se garantizan bajo la Constitución de Alaska y varios estatutos del estado de Alaska referente a sus contactos con la policía y las agencias procesadoras en este estado. La oficina cuenta con un plantel de abogados y están disponibles sin costo para las víctimas. Para obtener más información póngase en contacto con:

La Oficina de Derechos de Víctimas de Alaska
Teléfono Principal: (907) 754-3460
Teléfono gratuito en Alaska: 1-844-754-3460
Fax: (907) 754-3469
www.ovr.akleg.gov

Recursos

Policía – Bomberos – Emergencia Médica: **LLAME al 911**

Para un programa de agresión sexual en su área:

Alaska Network on Domestic Violence & Sexual Assault (Red de Violencia Domestica y Agresión Sexual de Alaska) – Teléfono principal: 907-586-3650 o visite: www.andvsa.org

National Sexual Assault Hotline (Línea Directa de Agresión Sexual Nacional) al **1-800-656-HOPE (4673)** o visite: www.rainn.org/get-help/national-sexual-assault-hotline

Si necesita un intérprete, llame a la oficina del fiscal. Se le proporcionará un intérprete sin costo alguno para usted.

Este proyecto es subvencionado con fondos de la Oficina de Violencia Contra las Mujeres, Departamento de Justicia de EE.UU. Los puntos de vista en este documento son los de los autores y no necesariamente representan la posición oficial o la política del Departamento de Justicia de EE.UU.

Revisado: 8/19

Información Sobre Agresión Sexual



Alaska Departamento Jurídico
Programa de Asistencia
a Testigos y Víctimas