

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DOMÉSTICA?

La violencia doméstica se produce cuando un familiar o pareja lastima a otra persona.

Los abusadores pueden ser de cualquier género. Históricamente, las mujeres y los niños corren un mayor riesgo de ser víctimas de abuso o violencia. El abuso y la violencia pueden presentarse de muchas maneras. A continuación, encontrará la "Rueda de Poder y Control". Muestra las formas más comunes de violencia y abuso doméstico.



El abuso no siempre es constante. A menudo ocurre en un ciclo. Este ciclo consta de: aumento de la tensión, evento explosivo y una fase de luna de miel antes de volver a la fase de aumento de la tensión.

LA PLANIFICACIÓN DE SEGURIDAD

La planificación de seguridad puede ser fundamental en el proceso de cualquier víctima, independientemente de su etapa. Más del 40% de los homicidios de adultos están relacionados con la violencia doméstica. Contar con un plan de seguridad cuando se trata de un trauma físico o emocional puede brindar seguridad y control a las víctimas de agresión sexual y violencia de pareja.

Cosas a tener en cuenta

- ¿Tiene un lugar seguro adónde ir?
- ¿Tiene copias de documentos esenciales por si necesita salir rápidamente?
- Identifique lugares peligrosos o que puedan desencadenar una respuesta traumática y evítelos.
- Cambie su número de teléfono y tenga cuidado con las llamadas que contesta.
- La unión hace la seguridad. Eviten estar solos siempre que sea posible.
- Creen un sistema de apoyo y cuenten con él. Usen una palabra clave con ellos.
- Sea consciente del uso que se da a las redes sociales.
- Identifique las cosas que a Ud. le hacen feliz.
- Recuerde que cada situación es diferente. Ud. nunca debe sentir culpable por lo que hizo o dejó de hacer. Sólo el ofensor es responsable por sus actos.

S SNOW COLLEGE

DEFENSORÍA DE VÍCTIMAS

ESCRITORIO: 435-283-7191

LÍNEA DE TEXTO: 435-250-3372



Cualquiera puede ser víctima

No todos eligen ser

SUPERVIVIENTES

Este folleto se proporciona para ayudar a educar y guiar a las víctimas de agresión sexual, violencia doméstica y violencia en el noviazgo



Financiado por una subvención de la Oficina de Utah para Víctimas de Delitos

Las opiniones, hallazgos, conclusiones y recomendaciones expresadas en esta publicación/programa/exposición son las del autor y no reflejan necesariamente las opiniones del Departamento de Justicia de los Estados Unidos ni de la Oficina de Utah para Víctimas de Delitos.

COSAS QUE UNO DEBE SABER SOBRE LA AGRESIÓN SEXUAL

La agresión sexual es un contacto sexual no deseado, indeseado y no consentido. Cualquiera puede ser víctima y cualquiera puede ser agresor. Se utilizan diversos métodos de manipulación, como la psicológica, la física y la emocional.

SI USTED HA SIDO AGREDADO Y QUIERE DENUNCIARLO A LAS AUTORIDADES

- No se bañe ni se duche
- No se cambie de ropa
- No beba nada ni se cepille los dientes
- No recoja o limpie la escena
- Llame al 911
- Si Ud. se cambió de ropa, recoja la ropa sucia y llévela al hospital o a la comisaría.
- Busque atención médica. Aunque no quiera involucrar a las fuerzas del orden, hay medicamentos que ayudan a prevenir las ETS y el embarazo. También se puede realizar una evaluación de agresión sexual y esperar mientras Ud. decide cómo proceder..

REACCIONES COMUNES

Durante una agresión, las víctimas pueden reaccionar de diversas maneras. Todas son normales. Estas incluyen: la resistencia física, la incredulidad, la insensibilidad, la negociación, el bloqueo e incluso la excitación sexual. Recuerde que, independientemente de la reacción que Ud. experimente, esto no le da permiso a nadie para lastimarle a Ud. Después de una agresión, las víctimas también experimentarán reacciones muy individuales y únicas. Estas pueden incluir: la conmoción, la negación, la vergüenza, la ira, la ansiedad, la depresión, la enfermedad física y los recuerdos recurrentes. Las víctimas pueden reírse o llorar, estar visiblemente enojadas o sorprendentemente tranquilas. Su reacción es normal ante una experiencia anormal. La sanación no ocurre de la noche a la mañana. Requiere tiempo y puede ser un proceso abrumador. Utilice un sistema de apoyo. Sea paciente consigo mismo. Recuerde que no tiene la culpa de lo sucedido.

LA CONGELACIÓN

Los estudios demuestran que hasta el 50% de las víctimas de agresión sexual experimentan la movilidad tónica. Se trata de una parálisis temporal del cuerpo. Es un mecanismo protector de la química cerebral normal.

CUSTODIA VOLUNTARIA DE ARMAS DE FUEGO

Si se ve involucrado en una situación de violencia doméstica, cualquier arma que posean los convivientes se puede entregar voluntariamente a las fuerzas del orden para su custodia. El arma se guardará durante un mínimo de 60 días. Transcurridos los 60 días, si el propietario no ha sido acusado de violencia doméstica, no tiene una Ley de Rehabilitación Juvenil (JRA), otras órdenes de protección o no se encuentra bajo restricción, el arma podrá ser devuelta. Si se han presentado cargos, el arma se guardará hasta 60 días después de la resolución de los cargos.

RECURSOS

Hay varias organizaciones locales disponibles para ayudar a las víctimas de agresión sexual y la violencia de pareja. Los servicios son gratuitos.

- Defensor de las víctimas de Snow College 435-283-7191 (la oficina) 435-250-3372 (línea de texto)
- El Centro de Crisis Nuevos Horizontes 435-287-7058
www.centralutahcrisisintervention.org
- La Oficina de Título IX de Snow College 435-283-7120
staci.taylor@snow.edu