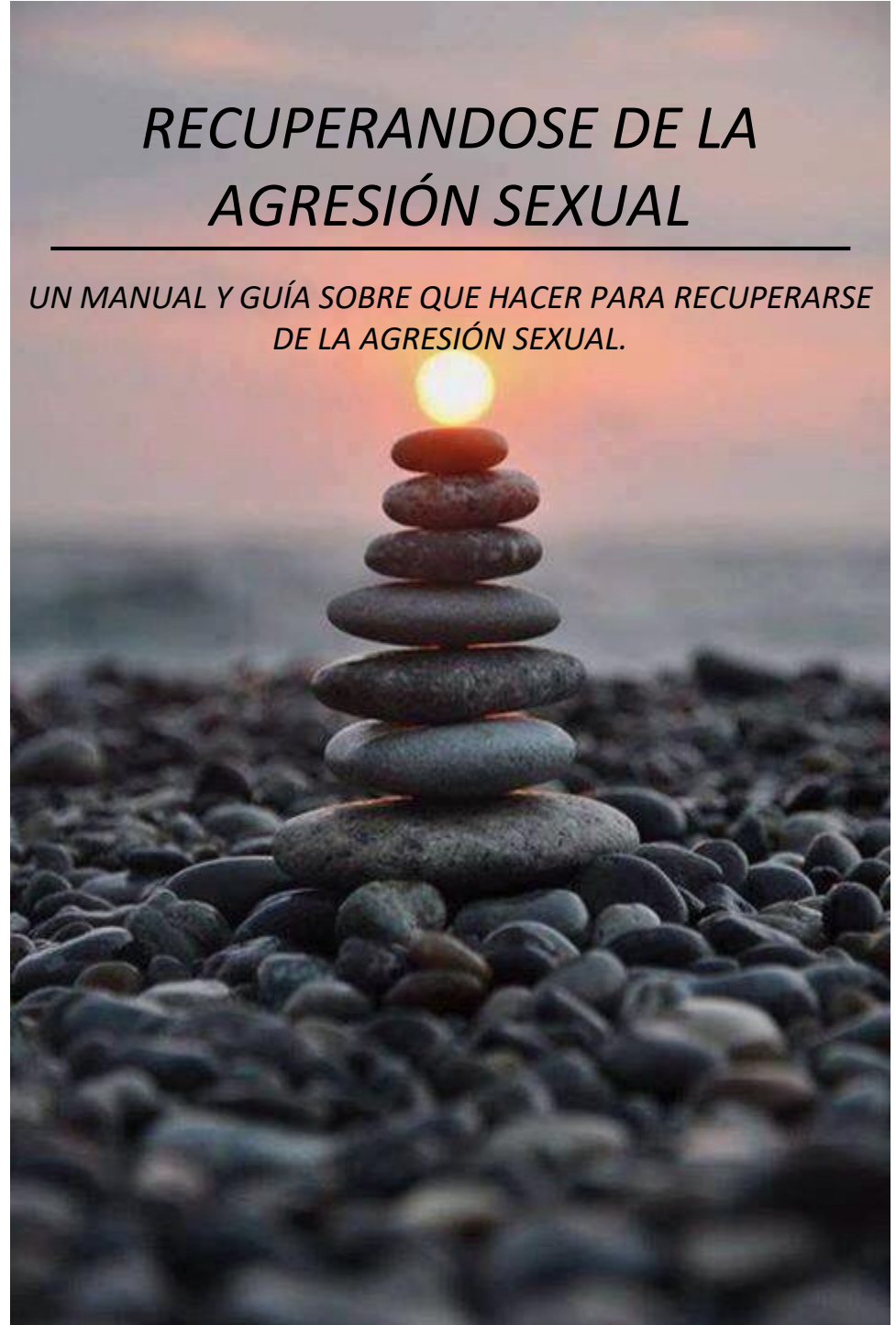




# *RECUPERANDOSE DE LA AGRESIÓN SEXUAL*

---

*UN MANUAL Y GUÍA SOBRE QUE HACER PARA RECUPERARSE  
DE LA AGRESIÓN SEXUAL.*



**PARA SERVICIOS DE APOYO Y  
MAYOR INFORMACION**

---

- La Línea de la Red Nacional de Violación, Abuso e Incesto National Network (RAINN por sus siglas en inglés) (24 horas/día): 1-800-656-HOPE
- Coalición de Abuso Sexual de Arkansas (ACASA): 1-866-63-ACASA (22272) o [www.acasa.us](http://www.acasa.us)
- Centro Nacional de Recursos de Violencia Sexual (NAVCR): [www.nsvrc.org](http://www.nsvrc.org)
- Centro Nacional de Recursos sobre la Violencia Sexual Contra las Mujeres (VAWnet): [www.vawnet.org](http://www.vawnet.org)
- Línea Estatal de Agresión Sexual de Arkansas: 1-800-977-5776

## **CONSEJO DE COMPENSACION A VICTIMAS DE ARKANSAS**

La Legislación de Arkansas creo la Ley de Compensación a Víctimas de Crimen con la Ley 817 en 1987. La Legislación ofrece un método de compensar y ayudar a las víctimas y sus dependes de que hayan sufrido lesiones físicas como resultado de un crimen violento, incluyendo agresión sexual. El fondo ayuda a las víctimas y sus dependes con los gastos médicos, fúnebres, perdidas de nómina y terapia psicológica.

Bajo la Ley 396 de 1991, el Consejo de Compensación a Víctimas reembolsara a una institución médica por los costos incurridos al realizar una exanimación médica legal en víctimas de agresión sexual. Esta sección en un resumen de la Ley de Compensación de Víctimas del Crimen.

El criterio de elegibilidad para el reembolso del programa de agresión sexual es:

- Tratamiento debe ser recibido dentro de 72 horas
- El límite de 72 horas puede ser suspendido si la víctima es un menor o si el Consejo de Compensación a Víctimas encuentra que existe una buena razón para la falta del requisito de 72 horas.
- Una víctima de agresión sexual no tiene que participar en el sistema penal o cooperar con la agencia policial para que se le ofrezca un examen médico y para que se le reembolse los gastos incurridos.

Servicios que no son cubiertos:

- Ambulancia
- Tratamiento
- Terapia
- Visitas de Seguimiento

La Ley de Compensación a Víctimas de Crímenes pagara lo siguiente:

- El beneficio máximo es \$10,000/víctima
- Los gastos médicos se pagan al 65% del balance presentado, pero si el proveedor acepta el pago están aceptando el pago como pago total.
- Gastos de terapias se pagan hasta \$3,500 para tratamientos de pacientes no ingresados y \$3,500 para tratamientos de pacientes ingresados.
- Gastos fúnebres se pagan hasta \$7,500

Uno de los aspectos más positivos del Programa de Compensación a Víctimas de Arkansas es que una porción del fondo viene de los individuos que cometen crimines. Un mayor generador de ingresos del programa son las multas y costos judiciales.

El programa también recibe dinero por medio de la Ley Federal de Víctimas del Crimen al igual que la restitución ordenada judicial que se cobra de los criminales.

Por favor solicite los fondos de compensación, aunque no esté seguro de que calificara. La determinación se hace basada en la revisión de cada caso.

Para más información, comuníquese con el Consejo de Compensación a Víctimas al 501-682- o al 1-800-448-3014.

## **INDICE**

Introducción	2
Datos de la Violencia Sexual	3
Cuidado Médico	4
Secuelas Emocionales del Abuso Sexual	8
PTSD Relacionado con la Violación	9
Procedimientos de Justicia Penal	10
Ley de Compensación a Víctimas	12
Para Servicios de Apoyo o Mas Información	13

Esta publicación está diseñada como un recurso adicional para los sobrevivientes de violencia sexual. Los servicios locales deben ser contactados para obtener información adicional y ayuda de un defensor.

Este proyecto fue apoyado por el Subsidio # 2015-WR-AX-0030 otorgado del Office on Violence Against Women, U.S. Department of Justice. Las opiniones, resultados, conclusiones y recomendaciones expresados en esta publicación/programa/exhibición son de los autores y no reflejan las opiniones del Department of Justice, Office on Violence Against Women.

## INTRODUCCION

---

Si tu o alguien que conoces ha sido agredido, la información es esta publicación será de ayuda en cuanto a los exámenes médicos, cuidado emocional, y el sistema legal. No importa cómo o porque ocurrió el crimen. No importa si hubo drogas o alcohol involucrados, o dónde estabas o tu relación con el agresor.

### **NO SE TE CULPA.**

Nadie tiene el derecho de agredirte. Es un crimen que puede pasar y le pasa a cualquiera.

### **NUNCA ES MUY TARDE.**

Si en algún momento no entiende lo que pasa, pregunte. La enfermera, el doctor, el detective, el fiscal, o el defensor de víctimas están disponibles para contestar sus preguntas. Por favor vaya a la página web de ACASA, [www.acasa.us](http://www.acasa.us), para localizar el programa de ayuda para víctimas más cercano en su área, o llame gratis al 1-866-63-ACASAS (22272).

Si decide reportar una agresión sexual, llame a la policía lo más pronto posible después del incidente. Si es posible, no se bañe, duche, cepille los dientes, hagan gárgaras, fume, no beba nada, vaya al baño, lave su ropa, o toque nada relacionada con el caso. Puede accidentalmente destruir la evidencia que se necesita para apoyar el caso.

Un oficial uniformado responderá a la llamada y coleccionar información sobre la agresión. Un detective será asignado a conducir una entrevista más detallada e investigar. En pueblos pequeños o áreas rurales, el oficial uniformado también puede actuar como detective.

Puedes llevar a un amigo/a o persona/defensor como apoyo durante tu entrevista. Si tienes un amigo/a o persona de apoyo contigo durante la entrevista, ellos no pueden hablar, ellos están ahí para apoyarte, no para contestar preguntas o recordarte los detalles.

Si te sientes más cómodo/a hablando con un investigador del mismo sexo, uno esta normalmente disponible al solicitarle. La entrevista con el detective se lleva a cabo en privado, pero normalmente puedes tener un amigo/a o persona de apoyo contigo.

Esta entrevista es una de las partes más importantes de la investigación. Las preguntas que se te hagan pueden ser difíciles y vergonzosas para contestar, pero es importante que todas las preguntas en su totalidad.

Si no entiende una pregunta o porque se le pregunta, pida una explicación. Las preguntas son diseñadas para ayudar a recordarte detalles para una declaración completa y para ayudar a la investigación. No te sorprendas si el detective utiliza una grabadora durante la entrevista.

El proceso judicial, que esperar cuando

testifiques y que puede el acusado utilizar como defensa en el juicio.

Si algún representante del acusado se comunica contigo, llama al fiscal o al detective. No tienes que hablar con el abogado defensor si te llaman.

### **El Arresto**

Cuando un arresto se lleva a cabo, si el acusado no te conoce personalmente, puede ser que te pidan que veas una alineación de fotos para identificar al sospechoso.

### **Fianza**

El acusado tiene el derecho de recibir una fianza. Si la fianza se paga, el acusado será puesto en libertad hasta el día de juicio. Una orden judicial de no contacto puede ser girada como una condición de libertad. Si el acusado se contacta contigo para amenazar, o acosarte de cualquier manera, llama de inmediato a la policía y al fiscal.

### **Acuerdo de Culpabilidad**

Un acuerdo de culpabilidad puede llevarse a cabo entre el fiscal y el abogado defensor después de la audiencia inicial del acusado. La negociación de una declaración de culpabilidad a menudo significa que los cargos serán reducidos. Si se acuerda una declaración de culpabilidad, esto puede significar que no habrá un juicio y a menudo una sentencia más leve. Si tu caso llega a un acuerdo de culpabilidad, tienes el derecho de ser notificada/o antes de hacer la oferta al acusado.

Discutir los términos del acuerdo con el fiscal para que entiendas porque se ofreció un acuerdo de culpabilidad.

### **Juicio Penal**

Antes del juicio, el fiscal puede pedirte que se reúnan para revisar el reporte policial y explicarte como se presentara el caso en el juicio. Es una buena idea que visites la sala de audiencias antes del juicio para que te familiarices. La defensa decide si el juicio es presentado ante un juez o un jurado. Durante el juicio, tú y otros testigos pueden ser requeridos para testificar. Además, la exanimación médica, análisis de laboratorios, y la investigación policial serán presentadas. Es importante que el Juez y/o el jurado escuchen toda la evidencia. Ten en cuenta que el acusado no está requerido a testificar.

Durante el juicio, el fiscal presentara la evidencia y te interrogara a ti y otros testigos. Te pedirá una narración completa de la agresión. El abogado defensor te interrogara. Mantente tranquilo/a y responde a las preguntas como se pregunten. Si no entiendes una pregunta, está bien preguntar al abogado que la repita o decir que no entiendes lo que se te pregunta.

Si el acusado es encontrado culpable, el/a tiene el derecho de apelar el fallo. Sin embargo, un fallo de inocencia no puede ser apelado por la fiscalía. **Un fallo de no culpabilidad no significa que un crimen haya ocurrido.**

## PROCESOS DE JUSTICIA PENAL

---

La agresión es un crimen violento. Como todo crimen violento, es la responsabilidad de la Fiscalía de procesar al acusado en tu nombre. Solicitar ayuda de la policía y acción judicial puede llevarte a un proceso largo y complejo, pero tu determinación también puede reducir la posibilidad de que la misma persona agrede a otra gente o vuelva a agredirte.

Cuando hables de tu ataque con la policía, detective o fiscal, no tengas miedo de hacer preguntas sobre cualquier palabra o proceso que no entiendas. Escribe todos los nombres y números de teléfono de todas las personas que están trabajando contigo para que puedas llamar si tienes más preguntas o recuerdas algo que pueda ser importante para tu caso.

Entre más rápido reportes a la policía, es más probable que conduzcan un arresto. El oficial que responda a tu reporte inicial necesitara un breve resumen de lo que paso, donde y cuando e información personal tuya. Una descripción del agresor puede ser enviada a los patrulleros.

Una entrevista a fondo será conducida en privado con un detective asignado a tu caso. Esta es una de las partes más importantes de tu caso, por ello esta entrevista será detallada y profunda. Pueden tomar fotografías si hay moretones u otras señales del ataque que no eran visibles en el hospital.

El lugar donde ocurrió el incidente puede ser registrado y examinado para encontrar evidencias tales como huellas, manchas, armas, y otras evidencias.

### Procesamiento

Cuando un crimen es cometido en Arkansas, es considerado un crimen en contra del Estado. Las Oficinas Fiscales, no abogados privados, enjuician los casos criminales. Tú, el sobreviviente, eres un testigo del crimen. No tienes que pagar por la ayuda de la Fiscalía.

Los casos de agresión sexual son difíciles de comprobar en el juzgado sin evidencia rigurosa. Esto tal vez signifique que no hay suficiente evidencia para comprobar el caso en el juzgado. Hay una posibilidad de que el fiscal decida no procesar los cargos. Si estas en desacuerdo con la decisión o no entiendes porque se tomó esa decisión, pide una explicación. Esto no significa que el fiscal piense que la denuncia sea falsa.

La Oficina del Fiscal puede entrevistarte acerca del caso. Pueden hacerte las mismas preguntas que te hizo el detective. Recuerda esto no es porque no te crean, si no para clarificar detalles para ellos mismos. Si los cargos son presentados, el Fiscal o el Coordinador de Asistencia a Víctimas te explicaran

## DATOS SOBRE LA VIOLENCIA SEXUAL

---

- Las víctimas de violencia sexual no suscitan o causan que la agresión pase. Solo la persona que inicia el acto sexual violento es responsable.
- Las agresiones sexuales son cometidos principalmente por coraje y/o la necesidad de sentir poder para controlar y dominar a otra persona.
- Las víctimas de agresión sexual son forzadas, o manipuladas para participar en actividad sexual no deseada.
- Las víctimas son usualmente traumatizadas por la agresión. Amigos y familiares también pueden experimentar una reacción traumática.
- La agresión sexual es un crimen reportable. Es importante que consideres reportar para que los agresores sexuales puedan ser identificados por el sistema penal y la comunidad.

En Arkansas, los profesionales son requeridos a reportar el crimen si la víctima es un menor o:

- Fue agredido por alguien en posición de confianza o autoridad. (Eje. Entrenadores, terapeutas, maestros)
- Están físicamente, emocionalmente o mentalmente en desventaja.

La agresión sexual, ya sea que te pase a ti o alguien conocido, es un acontecimiento que cambia la vida. Puede crear barreras a una vida normal en casa, el trabajo o en la escuela, y afectar relaciones con amigos, la familia o compañeros de trabajo.

Si Has Sido Agredido Sexualmente

1. Ve a un lugar seguro.
2. Comunícate con alguien que te ayude: un amigo, la policía, servicios para agresión sexual, cualquiera o todo lo anteriormente mencionado.
3. No te bañes, bebas o comas, vayas al baño, cepilles los dientes, hagas gárgaras, fumes, duches, o te cambies de ropa.
4. Recibe ayuda médica en la sala de Emergencias o centro de crisis por violación inmediatamente. Aunque no quieras reportarlo a la policía, puedes tener lesiones de las que no estás al tanto. Puedes hacer todo lo que puedas para prevenir un embarazo o enfermedades transmitidas sexualmente. Evidencia física puede ser obtenida hasta 72 horas después de la agresión (24 horas después de penetración oral o anal). Alguna evidencia puede ser obtenida después de 96 horas.
5. La policía te puede llevar al hospital o encontrarte ahí.
6. En cuanto tengas un momento tranquilo, escribe todo lo que recuerdes que paso, con tantos detalles como sean posible. Esto te ayudara con tu proceso de sanación y en cualquier medida legal que desees tomar.
7. **La agresión no es tu culpa.** Si reportas o no a la policía, habla con alguien que conozca y esté capacitado en temas de agresión sexual para que puedas comenzar el proceso de recuperación

## CUIDADOS MEDICOS

Si decides o no reportar a la policía, los cuidados médicos son importantes para tu recuperación física y emocional. Una sala de emergencia o centro de crisis por violación puede ofrecerte asistencia médica inmediata. Te pedirán que firmes una forma de permiso para permitir que el personal médico te examine, trate y te administre medicamentos.

### Porque Es Importante la Asistencia Médica Inmediata

Muchos sobrevivientes experimentan una variedad de síntomas físicos después del ataque. Algunos de estos son causados por el abuso físico o la violencia y otros resultan del sufrimiento emocional del sobreviviente:

- Dolor
- Tensión muscular
- Dolores de cabeza
- Dolores de estomago
- Nausea
- Trastornos de sueño

Síntomas Comunes Ginecológicos:

- Flujo vaginal
- Picazón
- Sensación de ardor
- Dolor generalizado
- Rozaduras genitales
- Cortadas genitales
- Sangrado en el área vaginal o anal

Aunque no haya incomodidad o dolor, debes recibir atención médica. Muchos sobrevivientes están en shock por cantidades variantes de tiempo después

de la violación, y puede que no se den cuenta de sus cuerpos y el dolor como normalmente lo harían. Por ejemplo, puede que no te des cuenta de una lesión interna o sangrado por varias horas o no puedas recordar parte de la agresión. Debido al shock evidente, el peligro de una lesión interna sin tratar y la posibilidad de una infección transmitida sexualmente y embarazo, debes buscar ayuda médica inmediata.

Otra inquietud es la evidencia médica. A diferencia de otros crímenes de violencia, la evidencia medica debe ser recolectada dentro de 72 horas después del ataque. Aun si decides no hacer un reporte, es importante que se recolecte y registre toda la evidencia posible. Si cambias de parecer, esta evidencia puede ser utilizada en un arresto y procedimientos penales. Si la evidencia no es recolectada dentro del tiempo permitido, conservada y trasferida a las autoridades, entonces es de muy poca utilidad en el tribunal.

### Examen General

Te preguntaran sobre tu estado general de salud y de tu historial médico importante (eje. Alergias, medicamentos que tomas). El doctor o la enfermera examinadora harán un examen físico general, el cual incluye registrar la presión arterial, peso, temperatura, examen de los oídos, ojos, boca, corazón, pulmones, respuestas y extremidades. Los doctores o enfermera examinadora te harán preguntas sobre la agresión sexual. Estas pueden incluir:

## PTSD RELACIONADO A LA VIOLACION

Aunque algunos sobrevivientes no experimentan este tipo de trastorno por estrés postraumático, la concientización de estos síntomas puede guiarte si lo padeces:

Las etapas de PTSD relacionadas al abuso sexual son:

1. Primera Etapa de Crisis (la agresión sexual experimentada en los primeros días):

- Frialdad
- Viscosidad
- Insensibilidad
- Shock
- Tembladera, sudor frio, nausea, reaccionar exageradamente al ruido
- Pérdida de apetito
- Cambios en expresiones faciales
- Perdida de nivel de energía normal
- Llorar repentinamente o la inhabilidad de llorar
- Confusión del tiempo pérdida, de memoria inmediata
- Sentido de pérdida, violación
- Sentimiento de pérdida de control de la vida, inutilidad, pena o humillación, alternando enojo y tristeza.
- Temor de morir, de la oscuridad, de estar solo/a o aislado/a, de que regrese el violador, de dormir.
- Impaciencia anormal, inhabilidad de manejar las rutinas normales, y cambios en la personalidad manejando las relaciones.

2. Segunda Etapa de Crisis

- Dificultad de sueño continua
- Perdida continua de energía
- Perdida continua de apetito
- Sentimiento de enojo intenso y rabia, o de estar agobiado
- Depresión
- Dificultades con relaciones intimas
- Abstinencia de actividad sexual
- Cambios de sentimientos sobre la apariencia física
- Impaciencia continua
- Temor persistente y excesivo de algo asociado con la agresión sexual (navajas, carros, muerte, seguida por la gente, el sexo del agresor, etc.)

3. Tercera Etapa de Crisis

Algunas reacciones permanecen, pero si has recibido ayuda, la agresión sexual ya no estará en tu mente. La agresión sexual ya no domina tu vida, y comenzaras a sentir más.

## LAS SECUELAS EMOCIONALES

La agresión sexual traumatiza al sobreviviente, esposo/a, pareja, familiares, y amigos. La agresión sexual provoca reacciones físicas y emocionales en todos los sobrevivientes, las cuales continúan mucho después que el peligro inmediato ha pasado. Los sobrevivientes de agresión sexual comparten ciertos sentimientos de ellos y de quienes los rodean, pero el grado al cual un individuo experimenta la reacción emocional puede variar. La recuperación viene de retomar el control sobre tu vida y de recibir apoyo y la comprensión de tu familia y amigos.

Los sobrevivientes de agresión sexual no solo experimentan dificultades al dormir, pero también pueden tener pesadillas o ira o vergüenza, y de pérdida. Muchos sobrevivientes experimentan miedos de estas cosas y de estar rodeado/a de hombres, tienen dificultad con relaciones sexuales presentes o futuras. A menudo la familia, amigos cercanos, y parejas no son capaces de lidiar con la agresión sexual, la cual afecta directamente al sobreviviente. Puedes tomar un paso positivo al comunicarte con la gente a quien le importa, y que quieren ayudar en tu sanación

### Terapeutas Profesionales están Disponibles

Como un sobreviviente de agresión sexual puedes experimentar síntomas de crisis, los cuales responden mejor a

intervención temprana. Es importante que utilices los recursos comunitarios disponibles de terapia, apoyo familiar y de amigos. La meta del terapeuta de intervención de crisis es ayudarte a enfocarte en la ayuda que necesitas, tus decisiones a futuro, como protegerte, y como tomar control positivo sobre tu vida.

### Recomendaciones

Además de buscar asistencia médica después de la agresión sexual, debes saber:

- La habilidad de los terapeutas profesionales.
- El valor de los amigos solidarios y familia, quienes pueden ayudar a afrontar positivamente la experiencia de agresión sexual.
- Los beneficios del descanso, alimentos regulares, ejercicio, y mantener una rutina diaria lo más normal.
- El trastorno por estrés postraumático (PTSD) por violación, la situación crítica experimentada por los sobrevivientes y la gente importante en tu vida: familia, esposo/a, pareja. Los estudios han demostrado que terapia inmediata de crisis te ayudara a resolver este trauma positivamente en el menor tiempo posible.
- El transcurso entre la violación y el examen
- Los actos sexuales que se realizaron durante la violación (sexo vaginal, sexo oral, y sexo anal, grado de penetración, si se usó un condón, y si la eyaculación ocurrió)
- Fecha del último ciclo menstrual

- Tu método anticonceptivo
- La última vez que tuviste sexo consensual
- Cualquier acto significativo después de la agresión (bañar, duchar, cambiar de ropa)

Es muy importante decirle al doctor o la enfermera examinadora lo que paso para que puedan ofrecerte el tratamiento adecuado y obtener evidencias de la agresión.

Tienes el derecho de tener un defensor contigo durante el examen médico como apoyo, para contestar preguntas, y pedir un descanso, si necesitas uno.

### Examen Pélvico

El examen pélvico es parecido a un examen anual y Papanicolaou. El doctor y la enfermera examinadora buscaran desgarros, cortadas, moretones u otras señales de que se utilizó fuerza en el exterior del pelvis y áreas genitales. Esto será anotado en el expediente médico.

También habrá un examen interno para recolectar evidencia y encontrar desgarres, abrasiones, y otras lesiones. Un espejito será insertado y pruebas de frotis y cultivos serán tomados de la vagina para examinar por semen, células de esperma, y enfermedades transmitidas sexualmente.

Los doctores y enfermeras examinadoras rutinariamente harán un examen anal durante el examen de violación. El doctor inserta un dedo índice con guante y lubricado en la cavidad anal para sentir desgarres, o abrasiones. Si se encuentra evidencias de violación anal, el

doctor tomara muestras de frotis y cultivos del canal anal para prueba de células de esperma y semen. Esta prueba es algo incomoda, la presión puede ser aliviada durante el examen al respirar despacio y con la boca abierta.

### Otros Posibles Exámenes

1. Restos bajo las uñas: si arañaste o tocaste al agresor, cualquier material encontrado bajo las uñas puede coincidir con el violador, su ropa o cosas encontradas en la escena del crimen. Esto puede ayudar a identificar al violador o a localizar el lugar exacto del crimen.
2. Examen con Lámpara de Woods: en un cuarto oscuro esta lámpara causa que el semen y otras sustancias dejadas en el cuerpo o ropa se iluminaran. La fluorescencia no es evidencia, pero sugiere las áreas del cuerpo o ropa que deben ser examinadas cuidadosamente.
3. Examen de Vello Púbico: esta prueba incluye peinar el área pública buscando vellos, los cuales pueden ser del agresor. Estos vellos si son encontrados, pueden ser igualados con los vellos que después se recolecten del violador para ayudar a probar su identidad.

4. Varios de tus bellos púbicos serán tomados para compararlos con cualquier bello suelto. Si se indica, fotos apropiadas de las áreas agredidas pueden ser pedidas.

Puedes rehusar partes del examen te sean incómodos.

### **Pruebas de ETC**

Hay una posibilidad de que hayas contraído una enfermedad transmitida sexualmente del agresor. ETCs no pueden ser diagnosticadas inmediatamente, pero el doctor o la enfermera examinadora puede tomar pruebas de sangre y cultivos para ayudar al diagnóstico. Hay medicamentos de prevención disponibles que te pueden ser ofrecidos. Si escoges tomar estos medicamentos como una medida preventiva, los cultivos pueden no ser requeridos. Asegúrate de decirle al doctor o enfermera examinadora si eres alérgica algún medicamento.

Si tomas medicamentos preventivos en el hospital, es posible que no contraigas ETCs de la agresión, pero debes hacerte exámenes de seguimiento. Tu doctor privado o el hospital arreglaran las pruebas complementarias.

Los exámenes son necesarios porque a veces no hay señales visibles de que hayas contraído un ETC. Debido a que la gonorrea y sífilis pueden dañar grandemente el cuerpo y el sistema reproductivo al igual que poner a tu vida en peligro, necesitas volver a hacer la prueba en el momento adecuado. Además, los Herpes son a menudo confundidos con una infección por hongos. Los síntomas de Herpes pueden ocurrir tan temprano como dos

semanas de haber sido expuesto/a pero pueda que nunca pase. También, un examen complementario muestra que no hay un ETC presente. Es posible infectar a alguien más por medio de contacto oral, anal, o genital.

Pruebas gratis están disponibles en las clínicas públicas de salud o clínicas de la mujer.

### **Pruebas de Embarazo**

Si no estabas tomando ninguna forma de anticonceptivo en el momento de la agresión, hay una inquietud que puedas estar embarazada. Aunque no es seguro si quedarías embarazada como resultado de la agresión, el doctor o la enfermera deben hablar contigo sobre los métodos para prevenir el embarazo. Si sabes o sospechas que ya estas embarazada, debes informar al doctor o enfermera examinadora.

Antes de que te administren medicinas para prevenir el embarazo, debes dar una muestra de orina ara determinar si estabas embarazada antes de la agresión.

Si decides ejercer otras opciones, los profesionales médicos pueden darte la información de referencias. Es importante que discutas tu decisión con tu doctor y terapeuta. Tal vez quieras hablar con tu familia y amigos.

### **ANTES DE IRTE DE URGENCIAS**

Si es posible debes leer el expediente

médico, para que puedas solicitar algún cambio importante o adiciones. A menudo los moretones no aparecen por varias horas o días después de una lesión, pero el doctor o enfermera examinadora debe anotar cualquier dolor o sensibilidad.

Si es posible lleva un cambio de ropa contigo, ya que la policía puede recolectar tu ropa como evidencia; (especialmente, pantaletas y artículos con semen o manchas de sangre). El hospital puede ofrecer un baño después del examen y ropa interior para salir a casa.

La enfermera o el doctor te instruirá en el cuidado de tus lesiones, información de seguimiento de las ETCs, y medicamento, si se es recetado. La policía puede pedirte que vayas con ellos a la estación. Tienes el derecho de hacer una cita para reunirte con ellos en otro momento si sientes que no puedes continuar.

En cualquier caso, debes leer el informe policial cuidadosamente y hacer cualquier adición o corrección necesaria. Debes escribir los números de teléfono de los contactos de la policía, el investigador, y el detective que llevara el caso, el doctor o enfermera examinadora que te examino, tu terapeuta o defensor.

Tal vez quieras hacer arreglos de un lugar seguro para pasar la noche. Si fuiste agredida en tu casa, tal vez quieras quedarte en la casa de un amigo/a, con

tu familia, en un refugio o en un hotel. Si quieres regresar a tu casa tal vez quieras pedir a un amigo/a o un familiar que se quede contigo. Si un defensor no estuvo en el hospital, por favor llama a la línea de abuso o el centro de terapia y defensoría antes o inmediatamente después de salir del hospital o estación de policía, y haz una cita para el día siguiente o lo más pronto posible si es posible.

Tal vez tengas que hacer arreglos de transporte del hospital al lugar donde te quedaras, con tu familia, amigos o la policía. Si llamaste a la policía, ellos te pueden ofrecer transporte del hospital o la estación de policía a tu destino.

Una vez que estés en un lugar seguro, te puedes bañar, lavar el pelo, comer un buen alimento, y trata de descansar.