

# ¿Qué es la violencia sexual?

La violencia sexual es definida como: “todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de esta con la víctima en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”. Además puede haber violencia sexual si la persona no está en condiciones para dar su consentimiento. La capacidad de una persona para dar su consentimiento puede verse afectada si es menor de edad, si se encuentra bajo la influencia del alcohol u otras drogas, si está inconsciente, o si está incapacitada mental o físicamente.

## **En caso de ser víctima de una agresión sexual se recomienda:**

- Actuar lo más rápidamente posible y protegerse de los posibles efectos físicos y emocionales de la agresión.
- Buscar atención médica inmediatamente, dirigiéndose a la sala de emergencia del hospital más cercano y solicita, una evaluación completa
- Exigir el cuidado médico que necesitas.
- Si estás interesado(a) en denunciar a la persona agresora es importante acumular evidencia.
- No te afees, no te bañes y de ser posible no te cambies de ropa.
- No alterar el escenario físico donde ocurrieron los hechos.
- Si conoces a la persona que te agredió, solicita una orden de protección

## **Donde puedes buscar ayuda inmediatamente en caso de una violación o agresión sexual**

- 911
- Oficina de Seguridad de la Universidad
- Amigo o familiar
- Consejero(a) de tu Universidad y Oficina de Asuntos Estudiantiles
- Línea de ayuda 24 horas 7 días a la semana del Centro de Ayuda a Víctimas de Violación: 1-800-981-5721

## **¿Cómo puedes ayudar a una víctima de una violación o agresión sexual?**

- No la culpes. La violación y la agresión sexual nunca son culpa de la víctima, no importa cómo y dónde suceda.
- No la juzgues por su forma de vestir al momento de la agresión, no hagas juicios de valor sobre su forma de vivir.
- Apóyala y brinda solidaridad. Adopta una actitud comprensiva
- No la obligues a contar detalles.

## **¿Qué es la Violación en cita o “date rape”?**

Es una forma de agresión sexual perpetuada por una persona conocida por ti.

Puede ser un compañero de trabajo, de estudio, amigo o novio con quien se está compartiendo voluntariamente y que agrede mediante una violación. Se puede llevar a cabo utilizando la fuerza física o emocional, drogas de diseño o alcohol.

Alguna de éstas drogas se pueden colocar en tragos y comidas fácilmente ya que no tienen sabor ni olor y actúan bastante rápido. Los síntomas pueden comenzar a sentirse diez (10) minutos después de haberla ingerido. Estas sustancias provocan pérdida de memoria, pérdida de conocimiento o sedación profunda que puede durar hasta ocho (8) horas.

## **Algunas medidas de prevención que puedes tomar son:**

- No aceptes bebidas que hayan sido abiertas.
- Mantén la bebida contigo en todo momento.
- No tomes bebidas del vaso de otras personas o de envases comunes abiertos.
- Si una amiga o amigo presenta síntomas de haber sido drogada(o), o de estar bajo los efectos de alcohol o droga no lo dejes solo (a).
- Confía en tu instinto, si te sientes incómoda/o donde estás, retírate del área.

## Consejos prácticos para prevenir o disminuir el riesgo de ser víctima de una agresión sexual

### En tu hogar u hospedaje:

- Asegúrate de cerrar bien las puertas.
- Cuando te mudes o pierdas las llaves cambia las cerraduras.
- En las noches, mantén las cortinas cerradas.
- Nunca reveles a quien te llama por teléfono o toque a la puerta que estás solo (a).
- Advierta a los miembros de tu familia no dar información por teléfono a nadie.
- Pida identificación de toda persona que haga reparaciones en tu residencia y solicite información de la compañía para la cual trabaja.
- Mantén accesible las llaves para abrir la puerta de la casa, el auto o tu lugar de trabajo.

### Al caminar o al ejercitarte:

- Evita caminar o ejercitarte en lugares solitarios, poco alumbrados, callejones y edificios vacíos.
- Visita los parques donde haya más personas y alumbrado.
- Camina en dirección opuesta al tráfico, así podrás ver los carros que se acercan.
- Cambia con frecuencia su rutina, debido a que alguien le puede estar observando.
- Manténgase siempre alerta.
- Pide a algún amigo (a) que te acompañe hasta el estacionamiento donde está tu vehículo.

- No corra en lugares solitarios.

### En los estacionamientos o al utilizar su vehículo:

- Estaciona en zonas bien iluminadas y cierre el auto con llave, aunque sólo se ausente por unos minutos.
- Mantenga su auto en buen estado y con suficiente gasolina.
- Mientras manejas, mantén las puertas cerradas con seguro y las ventanas arriba.
- Si sospecha que alguien sigue su carro, camine hacia un lugar bien alumbrado, de mucho movimiento y llame a la Policía.
- Evita hacer paradas en lugares oscuros o aislados.
- Nunca provea transportación en su vehículo a personas desconocidas.
- Nunca solicite o acepte transportación de personas desconocidas.

### Al utilizar las redes sociales

- Se discreta/o, no anuncies detalles de tu vida privada a personas extrañas o recién conocidos, incluyendo las redes sociales, como Facebook y Twitter.

## Lugares donde puedes buscar ayuda

### Centro de Ayuda a Víctimas de Violación (CAVV)

Emergencia Área Metropolitana:  
(787) 765-2285 en horario laborable  
de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.  
(787) 474-2028 fuera de horario laborable,  
7 días a la semana o al 1-800-981-5721

### Teléfonos por área:

San Juan (787) 765-2412 / Caguas (787) 745-0808 /  
Arecibo (787) 817-3054 / Mayagüez (787) 832-5053 Ext.121  
Ponce (787) 844-0101 Ext. 307

### Coordinadora Paz Para la Mujer

Teléfono: 787.281.7579

### Centro de la Mujer Dominicana, Inc.

Teléfonos: (787) 772-9251 – fax (787) 772-9251

### Oficina de la Procuradora de las Mujeres

Línea de Orientación 24 horas  
7 días a la semana  
787-722-2977

### Enlaces en donde puedes obtener información adicional sobre el tema de violencia sexual:

<http://www.nsvr.org>  
<https://www.notalone.gov>  
<https://www.rainn.org>  
<http://www.salud.gov.pr>

### Referencias:

- Centro de Ayuda a Víctimas de Violación. (2013). Recuperado de <http://www.salud.gov.pr/Dept-de-Salud/Pages/Unidades-Operacionales/Secretaria-Auxiliar-de-Salud-Familiar-y-Servicios-Integrados/Centro-de-Ayuda-a-Victimas-de-Violacion.aspx>
- Coordinadora Paz para la Mujer. (2014). Recuperado de <http://www.pazparalamujer.org/>
- Departamento de Salud y Servicios Humano (2010). Agresión Sexual. Recuperado de <http://www.womenshealth.gov>
- Morales, D. (2015). Lo que todo profesor de la salud debe saber sobre la violación en cita. Taller de Educación Continua, Universidad Metropolitana
- National Institute on Drug Abuse (2009).
- Not Alone. (2014). Recuperado de <https://www.notalone.gov/>
- s.a. (2014). Evita ser blanco de un agresor sexual. El Nuevo Día. Recuperado de <http://www.elnuevodia.com/noticias/locales/nota/evitaserblancodeunagresorsexual-1908338/>