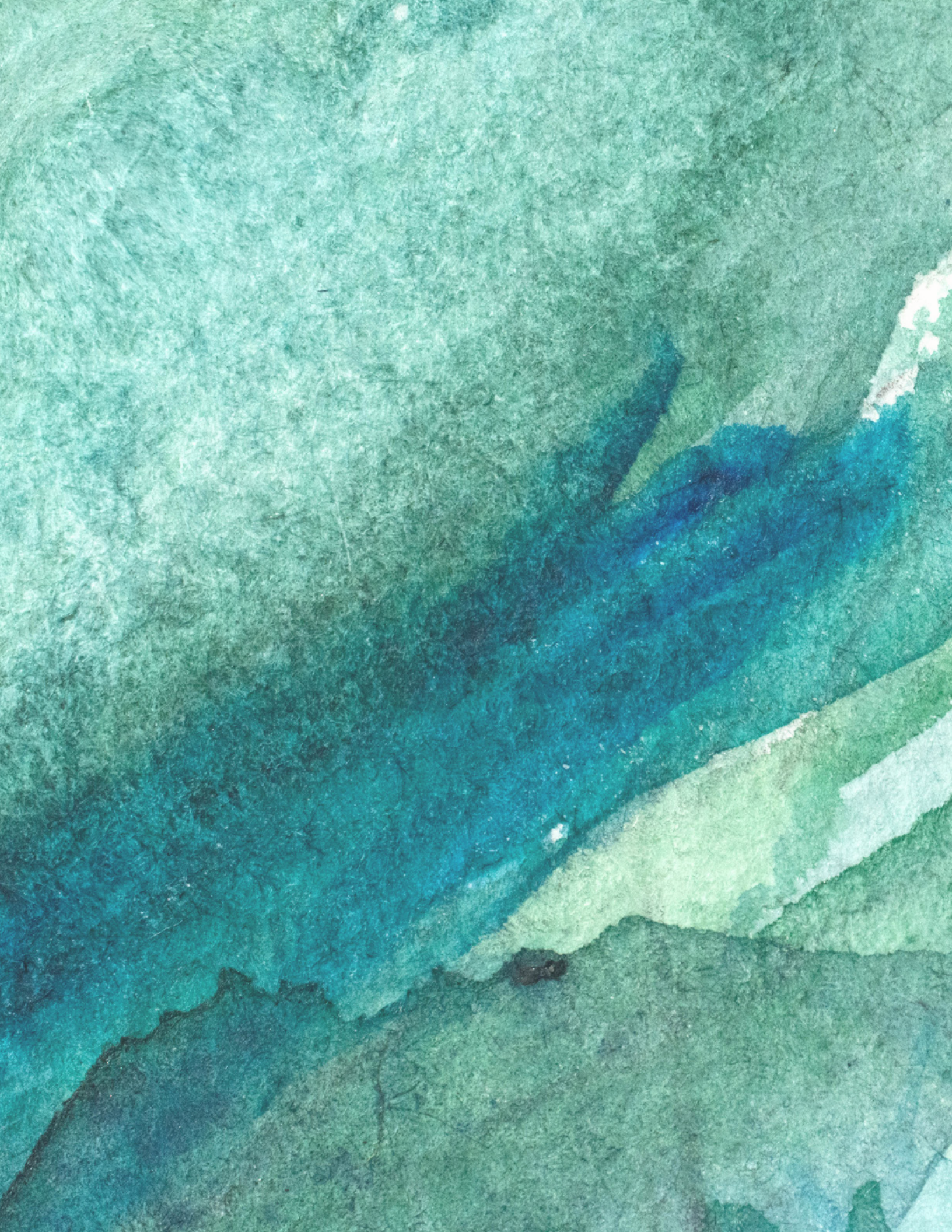


¿Cuál es el siguiente paso?

Una guía de recursos para sobrevivientes de agresión sexual en Texas



Hola:



Si estás leyendo esta guía, es posible que hayas tenido alguna experiencia de violencia sexual. Si es así, lamentamos mucho que hayas tenido que pasar por eso. Sabemos que no es fácil. Lo que te ha ocurrido no es culpa tuya, sean cuales sean las circunstancias en que se produjo la agresión.

Debemos primeramente reconocer que la experiencia de cada sobreviviente es diferente. Independientemente de cuál sea tu situación, queremos que sepas que no tienes que afrontar esto por tu cuenta. Tienes una red de sobrevivientes y defensores que colaboraron con esta guía porque creen en ti y quieren hacerte saber que eres importante.

Puede que necesites apoyo y recursos, y que te estés preguntando qué pasos dar a continuación. El objetivo de esta guía es proporcionarte información práctica y apoyo. La guía está dividida en 3 secciones principales para que puedas revisar la información que consideres más importante.

- 1 **Comprender la violencia sexual, el trauma y la sanación**
- 2 **Atención médica de urgencia**
- 3 **Derechos de las víctimas, denuncia y otras opciones legales**

Esta guía no pretende cubrir todos los aspectos ni reemplazar otras maneras en que las personas sobrevivientes podemos encontrar apoyo e información. El Centro de Crisis por Violación de tu localidad podría facilitarte información específica sobre los recursos locales disponibles y sobre los siguientes pasos si decides ir a urgencias o presentar una denuncia policial. La parte final de esta guía también contiene información sobre los recursos disponibles.

Esperamos que esta guía resuelva algunas de las dudas que puedas tener, te informe acerca de tus derechos y te ayude a dar los primeros pasos hacia la sanación.



Advertencia de contenido: Esta guía contiene información, datos y lenguaje relacionados con la violencia sexual. Los temas incluyen apoyo en caso de trauma para sobrevivientes que buscan información y opciones después de haber sufrido una agresión, datos sobre atención médica, derechos de las víctimas e interacciones con las fuerzas policiales. Entendemos que este contenido puede ser impactante y te animamos que cuides de tu bienestar y que busques apoyo cuando lo necesites.

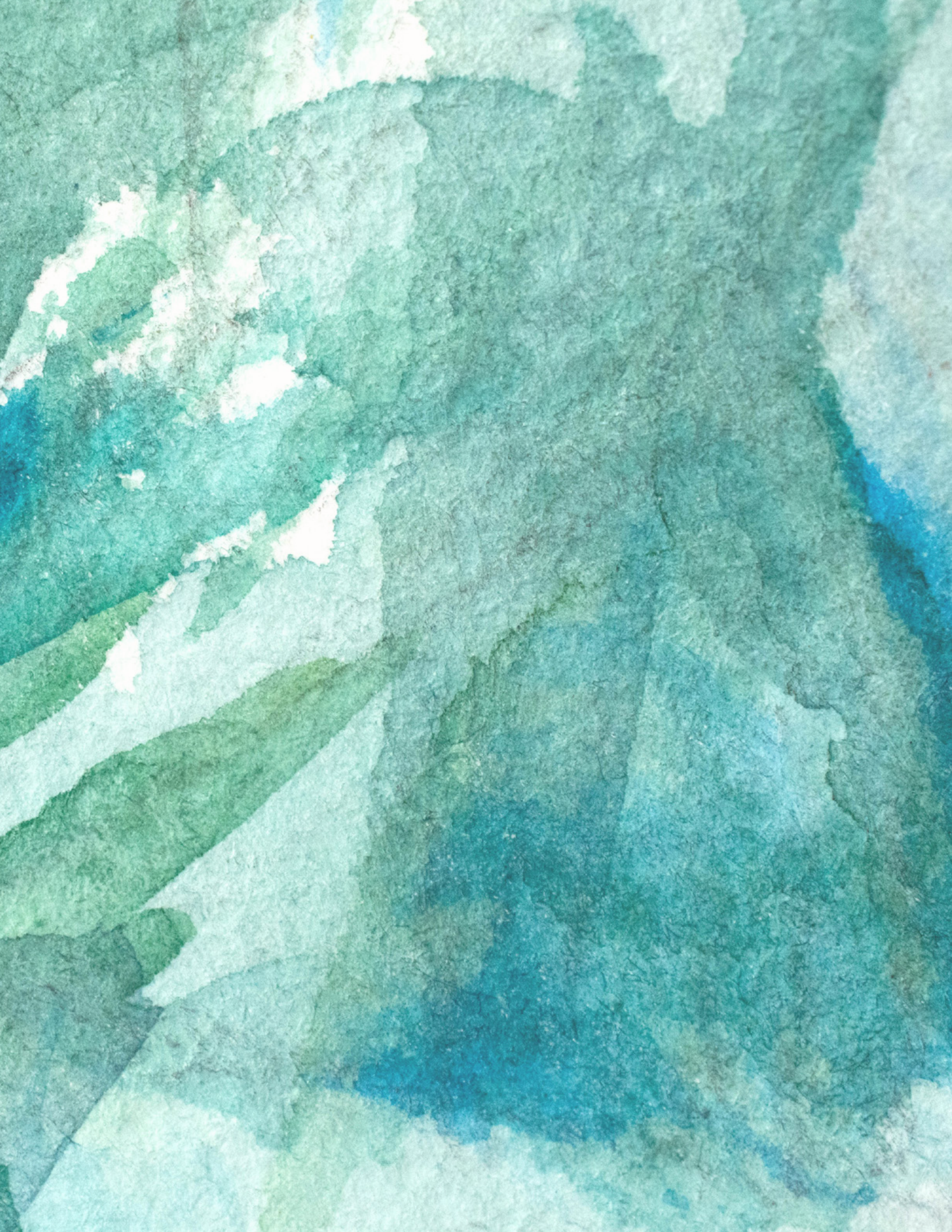


Tabla de contenidos

Sección 1: Comprender la violencia sexual, el trauma y la sanación	6
¿Qué es la violencia sexual?	6
¿Qué es el trauma?	7
¿Qué es la sanación?	9
Prácticas que pueden ayudar a la sanación	10
¿Con quién puedo hablar?	11
Prepararse para compartir	11
Qué pasa después de compartir	12
¿Dónde más puedo encontrar ayuda?	13
Sección 2: Opciones de atención médica de urgencia	15
¿Por qué es importante la atención médica?	15
Opciones de atención médica inmediata tras una agresión sexual	16
Otras preguntas que puedas tener sobre atención médica	20
Otras preguntas que puedas tener sobre gastos médicos	21
Embarazo, enfermedades de transmisión sexual & prevención	22
Atención médica después de 120 horas	23
Después de recibir atención médica	23
Sección 3: Derechos de las víctimas, denuncia y otras opciones legales	25
¿Qué son los derechos de las víctimas de delitos?	25
Denunciar una agresión sexual	33
¿Qué sucede durante el proceso penal?	33
Proceso de investigación: recopilación de información y pruebas	36
Resultados de la investigación: detención, remisión del caso al Gran Jurado o no detención	37
Enjuiciamiento	38
Resultados de la justicia penal	39
Recursos y apoyo adicionales	44
Líneas de atención telefónica	44
Recursos de apoyo adicionales	45
Recursos relacionados con los derechos de las víctimas	45
Consejos para encontrar un consejero y explorar opciones terapéuticas	46
Información y notas importantes	48

SECCIÓN 1

Comprender la violencia sexual, el trauma & la sanación

¿Qué es la violencia sexual?

La **violencia sexual** es un término amplio que se refiere a cualquier comportamiento sexual, acción y/o palabra no deseada o en la que el consentimiento no se da libremente. Se refiere tanto a los actos de violencia sexual que se intentan cometer o se consuman, como a los que se denuncian o no se denuncian.

Una persona puede utilizar la fuerza, amenazas, manipulación o coacción para cometer actos de violencia sexual. Las personas que cometen actos de violencia sexual pueden ser conocidos o desconocidos. Sin embargo, lo más frecuente es que la cometa alguien que conocemos y en quien confiamos, como un amigo, un conocido, un compañero de trabajo o un familiar.

¿Cuáles son algunos ejemplos de violencia sexual?


La violencia sexual incluye, pero no se limita a: violación, agresión sexual, incesto, tocar o manosear los pechos, nalgas o genitales de alguien, explotación sexual comercial o realizar actos sexuales para que otra persona pueda ganar dinero, acoso sexual, acoso o comentarios anti-LGBTQ que incomoden o causen daño, que una persona se exhiba ante ti, que alguien te observe sin tu conocimiento o consentimiento, que te obliguen a hacer pornografía y la violación que se produce dentro de una relación o matrimonio.

La violencia sexual afecta a todas las personas, independientemente de la edad, raza, clase, discapacidad, sexo, identidad/expresión de género u orientación sexual.

¿Esta guía es sólo para sobrevivientes de agresiones sexuales?

Aunque esta guía incluye cierta información específica para las personas sobrevivientes de agresiones sexuales, el contenido de esta sección ofrece detalles sobre la sanación relacionada con todas las formas de violencia sexual. Antes de seguir adelante, queremos que sepas que, no importa quién eres, de dónde vienes o de las circunstancias que enmarcaron la violencia, **lo que te ha ocurrido no es culpa tuya y no tienes qué afrontarlo a solas.**

Todas las personas sobrevivientes tienen a su disposición opciones de sanación gratuitas, incluso si lo sucedido no fue denunciado o no se considera legalmente un delito. Recuerda que tus sentimientos son importantes y que tus experiencias importan.



Es importante saber que algunas formas de violencia sexual son consideradas delitos *legalmente* mientras que otras no. Esto no significa que esas experiencias sean menos reales o dañinas. Sin embargo, puede afectar algunas opciones legales y recursos disponibles. La definición legal de agresión sexual se establece en el Código Penal de Texas y se puede encontrar [en línea](#). Si tienes dudas sobre si lo que te ocurrió fue un delito, podría ser útil hablar con un abogado para obtener más información.

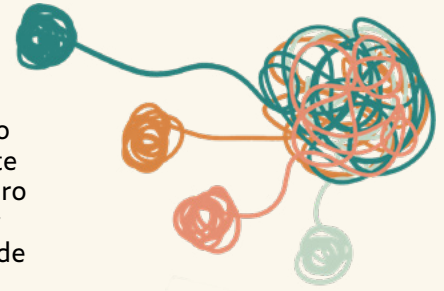


Escanea el QR para acceder al Código Penal de Texas

Sitio web: tinyurl.com/bdfur6e6

Qué es el trauma?

El trauma es lo que ocurre cuando experimentamos algo que es dañino o inesperado. Son muchas las cosas que pueden causar un trauma. Puede estar causado por un suceso, una serie de sucesos o por un daño continuo que nosotros o nuestras familias y comunidades hemos soportado durante generaciones. La agresión sexual es un ejemplo de suceso traumático, pero podemos sufrir traumas en más de una forma. El trauma también es muy personal, lo que significa que lo que es traumático para una persona puede ser diferente para otra.



¿Cómo nos puede afectar el trauma?

El trauma es diferente de otros tipos de daño que experimentamos porque puede tener efectos duraderos en nuestras mentes, acciones, cuerpos y emociones. A continuación se enumeran algunos ejemplos. Es posible que experimentes algunas, todas o ninguna de estas respuestas. También puedes sentir otros efectos que no se mencionan aquí. Y eso está bien. Te recordamos que no hay una única manera de responder al trauma. Es normal tener diferentes experiencias o respuestas.

- › **Alteración del sueño:** dormir menos o dormir más
- › **Cambios en el apetito:** sentir más hambre o no poder comer
- › **Dolor corporal:** dolores de cabeza, tensión muscular, cólicos, dolor genital
- › **Problemas de salud nuevos o que empeoran:** problemas del corazón, digestivos, estomacales y/o reproductivos
- › **Cambios en la salud sexual:** mayor o menor excitación física, enfermedades de transmisión sexual
- › **Deseo de consumir drogas o alcohol, o desarrollo de otras adicciones**
- › **Problemas de concentración o de memoria**
- › **Revivir el suceso:** cuando aparecen determinados lugares, olores, sonidos o cosas que pueden provocar la sensación de estar reviviendo de nuevo el suceso
- › **Sentir una "montaña rusa de emociones":** sentir grandes cambios de humor a lo largo del día
- › **Sentir una gama de emociones:** negación, tristeza, ira, culpa, vergüenza, confusión o entumecimiento
- › **Disociación:** es decir, sentimos que nos desligamos de la realidad o de nuestro cuerpo
- › **Pensamientos suicidas**
 - › *Si tú o alguien que conoces está pensando en el suicidio o desea apoyo emocional, puedes llamar o enviar un mensaje de texto al 9-8-8 para obtener ayuda gratuita y confidencial del Línea Nacional de Prevención del Suicidio y Crisis.*
- › **Miedo a estar en espacios públicos o sociales**
- › **Falta de confianza o conexión con los demás**
- › **No poder completar tareas o encargos, o faltar a la escuela o al trabajo**



El trauma es aquello que ocurre en nuestro interior a causa de lo que nos ha sucedido. Puede desconectarnos de nuestro interior y del mundo que nos rodea. Por eso la sanación puede venir de encontrar formas de reconectar con nuestra mente, cuerpo y corazón.

Comprender nuestras respuestas al trauma

Cuando se produce un daño, podemos cuestionar nuestras acciones o tener pensamientos sobre si podríamos haber hecho algo de otra manera. La gente también puede decir cosas hirientes porque no entienden nuestras acciones o nuestras reacciones durante o después de una agresión sexual u otra experiencia traumática.

En estos momentos, puede ser útil recordar que nuestro cerebro responde al estrés extremo y al trauma intentando ayudarnos a sobrevivir.

Hay muchas formas diferentes en las que nuestro cerebro y nuestro cuerpo nos ayudan a sobrevivir. Luchar, huir, paralizarse y adular son palabras que se utilizan para ayudarnos a comprender las formas habituales en que las personas pueden comportarse o reaccionar ante acontecimientos muy estresantes o traumáticos. A continuación se dan algunos ejemplos de cómo podrían ser estas respuestas.

Luchar

Esto puede parecerse a una reacción de defensa, contestar o intentar protegernos de alguna manera.

Huir

Esto puede parecerse a tratar de alejarse de lo que está sucediendo, yéndose, escondiéndose, o huyendo.

Luchar y huir son respuestas que implican movimiento, pero cuando tu cerebro siente que no es seguro luchar o huir, intenta ayudarte a sobrevivir de diferentes formas que no son activas.

Paralizarse

Esto puede parecerse a quedarse inmóvil o desconectarse de lo que está sucediendo. Puede hacer que alguien se sienta entumecido o vacío.

Adular

Esto puede parecerse a satisfacer o seguir en contacto o relacionarte con la persona que te ha hecho daño o te amenaza.



Recuerda que no hay una forma correcta o incorrecta de responder al trauma. Estas reacciones al trauma no son cosas que podamos elegir o sobre las que tengamos mucho control. Nuestro cerebro le dice a nuestro cuerpo que responda de la manera que más nos ayude a sobrevivir para que podamos volver a estar a salvo.

¿Por qué es importante la sanación?

Los efectos del trauma pueden ser duraderos si no se abordan. Para superar un trauma, debemos estar dispuestos a reconocer el daño que hemos sufrido y cómo nos ha afectado. Aunque no existe una única forma de superar un trauma, es importante buscar la ayuda que mejor se adapte a ti y a tus necesidades.

- > **El trauma afecta al cerebro y al cuerpo.** Por eso, tratar de ignorar lo que hemos vivido no sólo puede ser perjudicial para nuestra salud mental, sino también para nuestra salud física y nuestras relaciones.

Lo que sabemos sobre el trauma es que puede desconectarnos de nuestro ser, producirnos vergüenza, y hacernos sentir impotentes. Por eso la conexión, la capacidad de creación y el empoderamiento pueden ser sanadores.



Sanar es posible.

¿Qué es la sanación?

La sanación es un proceso continuo y siempre cambiante. La sanación no es un punto de llegada con un principio o un final claros, sino más bien un viaje con muchos giros, vueltas y cambios a lo largo del camino. Dado que el impacto del trauma es diferente para cada persona, no existe una única forma de sanar.

Puede resultar abrumador o difícil saber qué hacer o por dónde empezar. La sanación no tiene por qué ser complicada. Puede consistir en actividades sencillas que te ayuden a reconectar con tu ser. También puede cambiar. Tu enfoque sobre la sanación hoy puede ser diferente al del día de mañana.

En la página siguiente, compartimos algunas actividades que suelen ayudar en el proceso de sanación tras un episodio traumático.



La sanación no es:

- Un camino recto o una serie de pasos
- Un lugar o algo que terminar
- Una experiencia única para todas las personas
- Algo obvio
- Algo que tienes que demostrarle a los demás

La sanación es:

- Un camino con curvas y vueltas
- Un proceso continuo y cambiante
- Algo personal y diferente para cada quien
- Algo impredecible o no obvio
- Algo que sólo tú sientes y experimentas

Prácticas que pueden fomentar la sanación

La sanación puede crear formas de afrontar y avanzar de manera significativa.

Bienestar

Los momentos traumáticos pueden dificultar que nos ocupemos de nosotros mismos y de nuestras necesidades. Para sanar, es esencial estar en contacto con la mente y el cuerpo. Beber mucha agua, comer alimentos nutritivos, descansar y practicar la meditación permiten que el cuerpo se recargue y la mente se renueve.



Comunidad

Relacionarnos con los demás puede ser una fuente de fortaleza. El trauma puede hacer que nos sintamos aislados o como si nadie entendiera por lo que estamos pasando. Relaciónate con comunidades que te ayuden a sentir que vales mucho y que te comprenden. Recurre a tradiciones de sanación relacionadas con tu cultura. Considera la posibilidad de unirse a un grupo de apoyo donde puedas conocer a otros sobrevivientes.



Expresión creativa

Aunque no estemos pensando activamente en lo sucedido, escribir un diario, pintar, tocar música u otras formas de expresión creativa pueden ayudarnos de muchas maneras, desde proporcionarnos una salida para liberar nuestro estrés hasta ayudar a nuestro cerebro a procesar lo sucedido.

Reír

La risa tiene el poder de ayudar a invertir algunos de los efectos negativos del estrés. Cuando nos reímos, nuestro cuerpo libera sustancias químicas naturales que nos hacen sentir bien. Considera la posibilidad de ver tu película divertida favorita, leer un buen chiste o rodearte de personas o cosas que te hagan sonreír o reír.

Llorar

Aunque el llanto se asocia a menudo con la tristeza y la ira, nuestras lágrimas ayudan a liberar hormonas del cuerpo que causan estrés. Esto puede mejorar nuestro estado de ánimo, mejorar el sueño y permitir que nuestro cuerpo descanse y el sistema inmunitario se recupere.

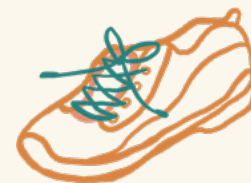


Respirar

La respiración es una herramienta poderosa que puede ayudar a calmar nuestra mente y nuestro cuerpo. Puede hacerse en cualquier lugar y en cualquier momento. Si sientes que pierdes el contacto con la realidad o tienes angustia debido a pensamientos o sentimientos estresantes, intenta respirar profundo y despacio.

Actividad física

Hacer ejercicio, caminar, correr o iniciar una nueva actividad física puede ayudarnos a liberar estrés, despejar la mente y relacionarnos con nuestro cuerpo de forma positiva.



Empoderamiento

La sanación puede centrarse en recuperar nuestro poder personal y la sensación de control. Esto es algo que a muchos de nosotros nos toma tiempo. Podemos empezar por encontrar formas de celebrar nuestro sentido del yo o participar en actividades que nos ayuden a sentir que tenemos el control. Esto puede incluir una comida de tu elección, aprender una nueva habilidad, tomar una clase que te ayude a sentirte a salvo, leer un libro o descargar una aplicación con palabras de empoderamiento.

¿Con quién puedo hablar?






Para algunos de nosotros, puede ser útil hablar con una persona de confianza que entienda este tipo de trauma, como un consejero o defensor. Por ejemplo, un defensor de víctimas de agresión sexual en un centro de crisis por violación puede ayudarte a resolver tus preocupaciones, explorar opciones y responder a las preguntas que puedas tener. No tienes por qué hacerlo sin ayuda. Puedes crear un sistema de apoyo que funcione para ti.

¿Debo contárselo a mis amigos y familiares?

La decisión es tuya. Tú decides a quién acudir y en quién puedes confiar. Tú eliges a quién contárselo, cuándo contárselo, cuánta información compartir o si quieres compartir algo.

Prepararse para compartir

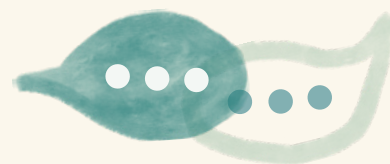
Si decides compartir tu experiencia, a continuación te indicamos algunas cosas que las personas sobrevivientes han encontrado de gran ayuda a la hora de contárselo a sus amigos y familiares.

 <p>Tiempo</p> <p>Compartir lo sucedido con los seres queridos puede tomar tiempo y energía.</p> <p><i>Tener en cuenta:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> › ¿Cuál es el mejor momento del día para ti? › Tendrán tú y la persona a quien piensas decírselo suficiente tiempo para hablar? 	 <p>Lugar</p> <p>Encuentra un lugar donde te sientas segura/o compartir tu experiencia.</p> <p><i>Tener en cuenta:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> › ¿Es un lugar privado? › ¿Es un lugar que suelo visitar? Si es así, ¿me traerá recuerdos dolorosos cuando vuelva ahí?
 <p>Bienestar</p> <p>Compartir tu experiencia es algo difícil.</p> <p><i>Tener en cuenta:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> › Hay algo que puedas planificar para después, como alguna actividad que te dé paz o alegría? ¿Una comida que te reconforte? ¿Alguna amistad con quien que te puedas reír? 	
 <p>Apoyo</p> <p>Piensa en qué significa apoyo para ti.</p> <p><i>Tener en cuenta:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> › ¿Necesitas que tus amigos y familiares te apoyen en algo? › ¿Qué necesitas para que te ayuden y cómo pueden ayudarte mejor tus amigos y familiares? 	 <p>Preguntas</p> <p>Es normal que la familia y los amigos tengan preguntas.</p> <p><i>Tener en cuenta:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> › Esta es tu historia, tú decides lo que quieres compartir. Hazles saber si quieres responder a sus preguntas o si prefieres que simplemente te escuchen.

A veces, nuestros amigos y familiares pueden responder de formas que no nos resultan solidarias o que incluso pueden perjudicarnos. A continuación enumeramos algunas de las formas en que las personas pueden responder al compartirles tu experiencia.

- › **Punto de vista:** pueden considerar la agresión sexual como un acto sexual y no como un delito de violencia.
- › **Juzgar:** pueden culparte erróneamente a ti o a ellos mismos de la agresión.
- › **Desestimar:** pueden creer que no hablar de los sentimientos hará que éstos desaparezcan.
- › **Intimididad:** tu cónyuge o pareja puede evitar acercarse a ti.
- › **Miedo:** los seres queridos pueden volverse sobreprotectores al intentar hacer frente a sus propios sentimientos de miedo, impotencia e indefensión.

Qué pasa después de compartir



Cuando las personas reaccionan de maneras que no ayudan, puede resultarnos útil pensar en formas de responder.

Respuestas para las que podríamos prepararnos	Posibles opciones que nos ayuden a responder
<p>“¿Tienes la certeza de que eso es lo que pasó?”</p> <p>“¿Y no fue un malentendido y ahora te arrepientes de haber tenido relaciones sexuales?”</p> <p><i>(O respuestas que te cuestionan a ti o tu experiencia)</i></p>	<p>“No tengo dudas y esto no fue un malentendido”.</p> <p>“Yo no elegí que esto pasara”.</p> <p><i>(Estas situaciones pueden ser muy dolorosas y esperamos que recuerdes que no es tu culpa. Por favor haz lo que te haga sentir mejor en ese momento, incluso marcharte)</i></p>
<p>“Debes decirle a tu familia, seguro que ellos entenderán”.</p> <p>“Deber decírselo a tu pareja”.</p>	<p>“Por favor, respeta mi decisión de no contárselo a nadie y no lo compartas con nadie más”.</p>
<p>“Debes denunciarlo a la policía para que esto no le pase a alguien más”.</p> <p>“Debes olvidar lo que pasó y seguir con tu vida”.</p> <p><i>(O respuestas que demuestran una falta de comprensión de lo que significó para ti)</i></p>	<p>“Solo soy responsable de mis propios actos”.</p> <p>“Lo que necesito de ti es que me escuches y apoyes mis decisiones”.</p> <p>“No siento que pueda tomar alguna decisión en este momento”.</p>
<p>“¿Por qué saliste por tu cuenta?”</p> <p>“Tal vez deberías considerar beber menos”.</p> <p><i>(O preguntas que intenten juzgarte o culparte por las acciones de otras personas)</i></p>	<p>“Cuando haces preguntas como esas, me haces sentir que me estás culpando por las acciones de otras personas”.</p> <p>“Solo necesito que me escuches, sin hacerme preguntas por ahora”.</p>
<p>“Deberías ver a un consejero”.</p>	<p>“No necesito que me des consejos”.</p> <p>“Solo necesito que alguien está conmigo en este momento”.</p>

Un amable recordatorio de que no hay una única manera de compartir o responder a las reacciones de los demás. Puede que encontremos un momento adecuado y no necesitemos prepararnos. También es posible que respondamos a amigos y familiares de formas distintas a las que hemos descrito, y eso está bien.

¿Dónde más puedo encontrar ayuda?

A veces sentimos que sería más fácil olvidar lo que pasó o no pedir ayuda a nadie. Cargar el peso del trauma sin ayuda es duro y a veces incluso se siente más pesado. Aunque es importante tener un sistema de apoyo, tú decides a quien recurrir.

Hay otros medios de apoyo que podemos recibir sin tener que compartir lo sucedido con nuestros amigos o familiares. El apoyo de una "persona externa" –un defensor, terapeuta, miembro de un grupo de apoyo– puede ser útil e importante para seguir adelante. También podemos decirle a alguien que estamos pasándolo mal y que necesitamos apoyo sin tener que contar nuestra historia o compartir nuestra experiencia. A continuación ofrecemos algunos ejemplos de opciones.



Agencias comunitarias

Se trata de organizaciones que pueden proporcionar atención y apoyo a sobrevivientes de la violencia, incluida la violencia doméstica, la trata y el abuso infantil, así como la agresión sexual. Estas agencias suelen ofrecer servicios gratuitos, que pueden incluir intervención en caso de crisis, defensa, servicios legales, consejería y grupos de apoyo confidenciales. Cuando busques una agencia local, considera la posibilidad de buscar un centro de crisis por violación o un centro de violencia doméstica.

Líneas de ayuda anónimas

Una línea telefónica que atiende las 24 horas del día, 7 días a la semana, con personal capacitado o voluntarios. La mayoría de las líneas directas permiten recibir ayuda sin tener que identificarte. Existen diferentes líneas directas en función de tus necesidades. Por ejemplo, si no hay un centro de crisis por violación en tu zona, puedes ponerte en contacto con una línea nacional o, si tienes pensamientos suicidas, puedes ponerte en contacto con la Línea Nacional de Prevención del Suicidio y Crisis, marcando el 9-8-8.

Asistencia en línea o por chat

Si los servicios en persona no son adecuados para ti, puedes hablar con alguien por línea o a través de un mensaje de texto. Muchos centros de crisis por violación también ofrecen citas virtuales o por telemedicina.

Grupos de apoyo

En ocasiones, el contacto con otras personas que han vivido experiencias similares nos ayuda a darnos cuenta de que no estamos solos. Los centros de crisis por violación pueden ayudarte a ponerte en contacto con un grupo de apoyo. También puedes acceder al apoyo de otros sobrevivientes a través de muchas plataformas anónimas en línea.

Agencias de salud mental

Muchas de las localidades cuentan con diferentes agencias o profesionales que pueden prestar servicios de salud mental. Algunas agencias cobran una cuota, mientras que otras pueden dar servicios gratuitos. Si no sabes por dónde empezar, puedes buscar en Internet el centro de salud mental de tu comunidad o llamar al 2-1-1 para que te ayuden.



Merezco
respeto.

SECCIÓN 2



Opciones de atención médica de urgencia

Aunque no siempre lo parezca, existen opciones de ayuda después de una agresión sexual. Algunas opciones relacionadas con la atención médica de urgencia podrían no estar disponibles después de cierto tiempo. No hay opciones correctas o incorrectas. En esta sección te ofrecemos una visión general de estas opciones.



Esta sección incluye información sobre cómo recibir atención médica después de la agresión. En el índice encontrarás una lista de los temas que tratamos aquí para determinar si te interesa o no revisar este contenido.

¿Por qué es importante la atención médica?

Recibir atención médica después de una agresión puede ayudar a abordar y aliviar ciertas preocupaciones relacionadas con tu salud y bienestar general.

Las siguientes consideraciones pueden ser útiles a la hora de decidir si buscar atención médica tras una agresión sexual:

- El cerebro y el cuerpo responden de formas que pueden dificultar la identificación de lesiones graves tras una agresión. Buscar atención médica puede ayudarte a averiguar si necesitas un tratamiento importante.
- Existen medicamentos que ayudan a prevenir o tratar determinadas enfermedades de transmisión sexual. Normalmente son más eficaces cuanto más pronto se reciban.
- Si decides presentar una denuncia, recibir atención lo antes posible puede ayudar a aumentar las posibilidades de obtener y guardar pruebas que puedan ayudar a la investigación de la agresión sexual (si es importante para ti, la denuncia y las opciones legales se tratan más adelante, en *la página 25* de esta guía).



Opciones de atención médica inmediata tras una agresión sexual

En el estado de Texas, si denuncias una agresión sexual a la policía o acudes a un centro médico u hospital dentro de las 120 horas (unos 5 días) siguientes a la agresión sexual, tienes derecho a que te realicen un **examen médico forense de agresión sexual**.

¿Qué es un examen médico forense de agresión sexual (SAFE, por sus siglas en inglés)?

Un examen médico forense de agresión sexual (a veces llamado SAFE o kit de violación) es una opción disponible para sobrevivientes de agresión sexual que desean recibir tratamiento médico y que se documente su experiencia.

El examen suele incluir preguntas sobre sus problemas de salud, verificación de lesiones, documentación de lesiones por escrito o con fotos, recolección de posibles pruebas y otros tratamientos médicos.



¿Quién puede realizar un SAFE?

Un profesional de enfermería especializado en agresiones sexuales (SANE, por sus siglas en inglés) es una persona que entiende de traumas y se especializa en realizar exámenes de agresión sexual. Su formación es diferente de la que reciben otros profesionales médicos porque también se centra en proporcionar una atención detallada y dedicada a personas sobrevivientes de agresiones sexuales o personas que creen haber sufrido una agresión sexual. Los SANE suelen ser la mejor opción para recibir un examen de agresión sexual.

En las comunidades en las que no hay un SANE disponible, alguien del personal de enfermería o un médico que haya recibido formación en recolección de pruebas forenses puede realizar un examen.

¿Dónde puedo hacerme un SAFE?

- 1. Deberías poder hacerte un SAFE en la sala de emergencias o en el hospital de tu localidad.** Si bien la ley de Texas exige que todos los centros de salud con sala de emergencias cuenten con personal capacitado para realizar exámenes de agresión sexual, no todos los hospitales tienen personal especializado en la atención de sobrevivientes de agresión sexual y en la recolección de pruebas forenses.
- 2. Los centros que están preparados para realizar el SAFE (Centro listo para SAFE)** son hospitales, servicios de urgencias o clínicas comunitarias de examen de agresiones sexuales que trabajan con profesionales de enfermería certificados para realizar exámenes de agresión sexual (SANE) o con médicos especialmente formados para proporcionar un SAFE a sobrevivientes de agresiones sexuales.



¿Qué pasa si estoy en un lugar que no está preparado para un SAFE?

Si llegas a un hospital que no es un "Centro listo para SAFE", tienes la opción de someterte al examen en ese hospital o puedes solicitar un examen en un "Centro listo para SAFE" en su lugar. La decisión es tuya. Por ley, los hospitales deben permitirte realizar el examen allí o ayudarte a localizar el "Centro listo para SAFE" más cercano.

› Telemedicina

En áreas donde la atención médica es limitada, los hospitales pueden utilizar opciones de telesalud para prestar servicios de examen forense a sobrevivientes. Esto significa que un SANE proporcionará orientación y apoyo de forma virtual tanto al personal de enfermería como a la persona sobreviviente durante todo el examen.



¿Tengo que presentar una denuncia ante la policía para que me hagan un examen médico forense de agresión sexual (SAFE)?

Si tienes entre 18 y 64 años y no tienes ninguna discapacidad, puedes optar por someterte a un examen de agresión sexual sin tener que presentar denuncia.

Algunos hospitales tienen reglamentos que exigen la notificación de todas las agresiones sexuales a la policía. Si se notifica a la policía, no tienes que hablar con ellos ni darles ninguna información.

Si tienes menos de 18 años, 65 o más, o eres una persona con discapacidad, será necesario que presentes una denuncia. Sin embargo, los adultos de 65 años o más sin discapacidades pueden no estar obligados a informar a la policía, pero sí a los Servicios de Protección de Adultos.

¿Qué sucede durante un SAFE?

Generalmente, el examen forense consta de diferentes partes.



Dado que puede haber ocasiones en las que el examen no sea realizado por un SANE, a continuación utilizamos la palabra "proveedor" para referirnos al profesional médico que realiza el examen.

¿Qué opciones tengo durante el examen?

Reconocemos que el proceso del examen médico forense puede parecer abrumador. Queremos recordarte que tienes opciones. Decidir someterse a un examen no significa que no haya opciones a lo largo del proceso. **Tú tienes el control durante el examen y tienes derecho a negarte a realizar cualquier parte que te incomode.**

Los defensores pueden ayudarte a comprender las opciones que tienes y a orientarte durante el proceso.

¿Qué es un defensor?

La ley de Texas define a un defensor como una persona empleada o voluntaria de un programa de agresión sexual que ha completado una capacitación certificada en esta materia.

Según la ley de Texas, un defensor que cumpla con estos requisitos puede acompañarte durante el examen forense de agresión sexual. Esto significa que si deseas que un defensor esté presente, el proveedor no puede pedirle que se vaya.

Historia y datos sobre la agresión sexual:

Durante esta parte del examen, el proveedor preguntará sobre la agresión, si hubo alguna lesión y por cualquier información médica pertinente. Mediante una evaluación médica, se documentará la agresión y se recogerán pruebas. **Tienes derecho a pedir un descanso y hacer preguntas.**

Defensor: La ley de Texas establece que los proveedores deben ofrecer a las personas sobrevivientes de agresiones sexuales la oportunidad de contar con la presencia de un defensor durante el examen. La función del defensor es brindar apoyo y ayudarte a conocer tus derechos y opciones.

Si no te asignan un defensor, tienes derecho a solicitarlo.

Consentimiento informado: El proveedor debe compartir información contigo y pedirte tu consentimiento* o permiso antes de comenzar el examen. En ese momento, también debe explicarte su rol, en qué consiste el examen y cualquier otra información importante. **Tienes derecho a hacer preguntas en cualquier momento.**



Historial médico general: En esta parte del examen, el proveedor hace preguntas sobre tu historial médico para estar al tanto de los factores que pueden influir en tu atención o tratamiento. **Tienes derecho a preguntar por qué te piden información antes de tomar la decisión de compartir tu información médica.**



Como en el examen se obtiene muestras de ADN, te preguntarán sobre cualquier actividad sexual reciente o información sobre tus parejas sexuales actuales. Esto es normal y no pretende ni avergonzarte ni juzgarte.

Documentación de la agresión: Con tu consentimiento, el proveedor documentará los detalles de la agresión y tomará fotografías de cualquier lesión. **Tienes derecho a decir que no a todo aquello que te resulte incómodo.**

Evaluación médica: Se realiza un examen físico "de pies a cabeza" para comprobar si hay lesiones. Esta parte suele incluir un examen de los genitales y el ano. **Tienes la opción de rechazar cualquier parte de este examen.**



Recolección de pruebas: Con tu consentimiento, el proveedor recogerá pruebas potenciales de varias maneras diferentes.

Ropa: El proveedor puede pedirte que le entregues tu ropa interior y otras prendas de vestir. *Nota: Muchas veces, el hospital o el programa de defensoría te proporcionará ropa que podrás ponerte después del examen.*

Hisopos: El proveedor puede usar hisopos de algodón para recolectar evidencia potencial de diferentes partes de tu cuerpo. Por ejemplo, puede pasar un hisopo por la boca o las manos.

Sangre y orina: Si existe la posibilidad de que se hayan utilizado drogas u otras sustancias en la agresión, el proveedor también te pedirá que proporciones una muestra de sangre y/u orina. **Ver la sección de denuncias de esta guía para más información.*



Únicamente se recogen muestras de sangre y orina cuando la persona denuncia la agresión a la policía. Si no presentas una denuncia y tienes dudas sobre si se han consumido drogas o sustancias, considera la posibilidad de hablar con el personal de enfermería sobre otras opciones de análisis.

Tratamiento y atención de seguimiento: Durante este tiempo, el proveedor analizará las opciones relacionadas con la atención médica y tratamiento, incluidas las opciones de tratamiento para enfermedades de transmisión sexual (ETS), la prevención del VIH, la prevención del embarazo y recomendaciones para las consultas de seguimiento.

¿Puedo tener a una persona de apoyo en la sala durante el examen?

Una persona de apoyo es alguien que no cumple con los requisitos legales anteriores, como un defensor de un departamento de policía, un amigo o un familiar. Aunque **no existe** ninguna ley que prohíba tener una persona de apoyo en la sala durante el examen, tampoco existe ninguna ley que la proteja. Por tanto, se le podría pedir que se retire o puede que el reglamento de ese establecimiento prohíba su presencia. Esto puede suceder por las razones expuestas a continuación.

- 1. Proteger tu salud y tu intimidad:** Hacer que una persona de apoyo abandone la sala antes del examen puede ayudar a darte espacio para compartir tus experiencias, así como cualquier otra preocupación de salud.
- 2. Prevenir resultados negativos:** El examen supone la recolección de pruebas. Los defensores están capacitados para estar presentes durante el examen y no tienen que testificar sobre lo que ven o escuchan. Cualquier otra persona en la sala durante el examen podría afectar de forma accidental las pruebas que se están obteniendo. También le podrían pedir que testifique si el caso avanza en el proceso penal.

Si deseas que esté presente una persona de apoyo, un defensor puede explicar con más detalle las posibilidades que tienes y abogar en tu nombre.



Otras preguntas que puedas tener sobre atención médica:

¿Tengo que hacerme un examen médico forense de agresión sexual (SAFE, por sus siglas en inglés) para recibir atención médica?

No, un SAFE es sólo una opción. Si eres menor de edad, un SANE o un especialista forense te puede hacer preguntas relacionadas con el SAFE; sin embargo, sigues teniendo todo el control durante el examen y puedes decir "no" a cualquier parte. Si eres mayor de edad y deseas recibir atención médica, puedes optar por someterte a un SAFE o acudir a cualquier proveedor de atención médica para que te realicen un examen médico normal que no implique la recolección de pruebas.

¿Puedo hacerme un SAFE si no tengo la ciudadanía estadounidense?

Sí, el hospital no puede negarte atención médica o un examen forense por agresión sexual. Además, el personal del hospital no debe preguntarte por tu situación de ciudadanía. Es válido tener preocupaciones relacionadas con el estado de ciudadanía o temores sobre la deportación. A continuación se indican algunas cosas que pueden ser útiles para tener en cuenta:

- › La ley exige que los hospitales proporcionen tratamiento médico de emergencia a todas las personas independientemente de su ciudadanía o situación migratoria.
- › No tienes la obligación de dar al personal del hospital ninguna información sobre tu situación de ciudadanía.
- › Si compartes tu situación, el personal médico no debe dar esa información a la policía sin tu consentimiento.
- › La información médica que proporciones al personal de enfermería y médicos es confidencial y no puede ser compartida con la policía u otras entidades gubernamentales sin tu permiso (a menos que se apliquen las leyes de notificación obligatoria).
- › Si decides denunciar y participar en el proceso de justicia penal, puedes cumplir los requisitos para solicitar un visado U o un visado T. Para más información, habla con un defensor o consulta la sección de recursos al final de esta guía.

¿Puedo realizarme un SAFE si estoy en un centro penitenciario o una institución penal?

Si estás en un centro penitenciario o una institución penal (lugar donde se lleva a una persona detenida, acusada o condenada por un delito), tienes derecho a que te acompañe un representante durante el examen. Esta persona puede ser un defensor de víctimas de agresiones sexuales (según la definición anterior) o un psicólogo, sociólogo, capellán, trabajador social o gestor de casos que haya sido aprobado por la institución penal.

¿Cuál es la diferencia entre un SAFE y un examen médico normal?

Un examen médico normal suele ser realizado por un profesional de salud en el consultorio de un médico o en un hospital. El objetivo de estos exámenes es únicamente tratar tus problemas de salud. Estos exámenes pueden realizarse independientemente de si compartes o no información sobre la agresión sexual. Por ejemplo, puedes decirle a tu médico que tienes dolor pélvico o que te preocupan las enfermedades de transmisión sexual y puedes recibir atención sin proporcionar información sobre la agresión sexual.

Un Examen Médico Forense de Agresión Sexual (SAFE, por sus siglas en inglés) es un examen médico forense que tiene por objetivo abordar los problemas de salud relacionados con la agresión sexual y recoger y preservar posibles pruebas. Normalmente sólo puede realizarse en los 5 días siguientes a la agresión*. Para recibir este tipo de exámenes, debes decir que tienes preocupaciones relacionadas con una agresión sexual.

Otras posibles preguntas sobre gastos médicos:



¿Cuánto cuesta un SAFE?

De acuerdo con las leyes de Texas, tienes derecho a un examen forense de agresión sexual gratuito. Sin embargo, como indicamos a continuación, es posible que te cobren otros gastos médicos relacionados con el examen.

- **Examen médico forense de agresión sexual:** Independientemente de si presentas una denuncia, las leyes estatales y federales prohíben a los proveedores cobrarte el examen médico forense.
- **Otros gastos médicos relacionados con el examen:** Muchas veces hay otros gastos médicos relacionados con recibir atención en una sala de emergencias, como que un médico examine las lesiones, medicamentos para el dolor u otros honorarios de la sala de emergencias. Es posible que te cobren esos gastos, pero en algunas situaciones pueden aplicarse a los gastos cubiertos.

¿Soy responsable del pago de la factura médica?

Sí, eres responsable de los "otros" gastos médicos que te facturen. Sin embargo, la ley permite que las personas que han sufrido una agresión sexual soliciten una compensación por atención médica de urgencia a través del **Programa de Compensación para las Víctimas de Delitos de la Fiscalía General**. Esto permite al fiscal general pagar la factura directamente en tu nombre o reembolsarte los gastos. En la mayoría de los casos, este programa puede cubrir ciertos gastos siempre que estén **relacionados con la obtención** del examen forense de agresión sexual.

¿Cómo se solicita una compensación por atención médica de urgencia?

La solicitud de [compensación por atención médica de urgencia](#) puede presentarse en línea o enviarse por correo postal utilizando la solicitud impresa. Los defensores pueden ayudarte a responder preguntas sobre el proceso y ayudarte con la solicitud cuando te sea conveniente.

La indemnización por atención médica de urgencia tiene requisitos diferentes a los del programa principal de indemnización a las víctimas de delitos.

Para ser elegible para la compensación por atención médica de urgencia:

- Debes ser tú quien solicite la compensación por la atención médica de urgencia que recibiste durante un examen de agresión sexual en un hospital.
- Debes ser tú la persona que fue agredida. Si solicitas la compensación en nombre de alguien que sufrió la agresión, debes tener autorización legal para actuar en su nombre (tutor, cuidador, apoyo financiero).
- El delito ocurrió en Texas y eres residente estadounidense; o eres residente en Texas y el delito ocurrió en un país que no ofrece compensación a las víctimas de delitos.
- Debes presentar la solicitud en un plazo de 3 años a partir de la fecha en que tuvo lugar el delito (a menos que se pueda demostrar una causa justificada).
- No es necesario presentar una denuncia ante la policía para recibir la compensación por atención médica de urgencia.

*Las organizaciones comunitarias pueden ayudarte con diferentes opciones si necesitas ayuda para pagar las facturas médicas y no quieres solicitar la Compensación por Atención Médica de Urgencia.

Embarazo, enfermedades de transmisión sexual & prevención

¿Y si me preocupa la posibilidad de un embarazo?

Es normal que te preocupe la posibilidad de quedar embarazada como consecuencia de la agresión. Según el Centro de Control de Enfermedades, la anticoncepción de emergencia puede tomarse hasta 72 horas después de la agresión; mientras más pronto se tome la anticoncepción de emergencia, más probabilidades hay de que sea eficaz.

El hospital puede proporcionar o no anticonceptivos de emergencia. Si no lo hace, puede facilitarte una receta que puedes adquirir en una farmacia local. La anticoncepción de emergencia también puede adquirirse sin receta.

Puedes obtener más información sobre la anticoncepción de emergencia llamando al 2-1-1.

¿Y si me preocupan las enfermedades de transmisión sexual?

Preocuparse por el riesgo de exposición es normal, real y saludable. Aunque puede ser difícil manejar la incertidumbre, el riesgo de infección por una exposición única suele ser bajo. Sin embargo, las pruebas de seguimiento siguen siendo importantes porque la mayoría de las ETS no muestran síntomas y la mayoría de las ETS son curables si se diagnostican y tratan a tiempo.

Me harán pruebas de ETS durante el examen de agresión sexual?

Por lo general, no se ofrecen pruebas en el hospital porque la mayoría de las ETS no aparecen inmediatamente y pueden no detectarse mediante pruebas.

En lugar de las pruebas, después del examen se administran medicamentos para ayudar a prevenir posibles ETS. Esto puede incluir diferentes antibióticos que previenen las comunes (gonorrea, clamidia y tricomoniasis). La información sobre los medicamentos que te hayan recetado o administrado debe figurar en los documentos de alta.

Aunque te hayan dado medicación, es recomendable que te hagas pruebas de ETS. Si tienes alguna duda o pregunta, puedes ponerte en contacto con el proveedor médico o el hospital en donde te atendieron.



Atención médica después de 120 horas



¿Puedo hacerme un examen médico forense después de 120 horas (5 días)?

1. Hay algunas situaciones en las que puedes hacerte un examen médico forense una vez transcurrido el plazo de 120 horas.
2. Si tienes menos de 18 años, la ley exige que la policía te derive a un examen médico forense, aunque la denuncia se haga después de las 120 horas.

Si tienes 18 años o más y has denunciado la agresión después de 120 horas, puedes recibir un examen médico forense:

- a. Si la policía cree que el examen puede ayudar en la investigación O
- b. Si un profesional de enfermería o un médico especializado en agresiones sexuales informa a la policía de que existen razones por las que deberías someterte a un examen médico forense

Las razones por las que puedes hacerte un examen médico forense después de 120 horas pueden incluir no haberte duchado o cambiado de ropa desde la agresión, lesiones extensas y obtener información sobre lo que ocurrió durante la agresión.

Exámenes de seguimiento

Puedes pedir una cita de seguimiento con tu médico personal o con cualquier clínica que ofrezca servicios de salud sexual. Si quieres, puedes contar lo que te ocurrió, **pero no es necesario que cuentes lo de la agresión para que te atiendan.**

Si no sabes dónde acudir para recibir atención de seguimiento, tu centro local de crisis por violación podría ayudarte.

Después de recibir atención médica

En los primeros días y semanas posteriores a un suceso traumático, es posible que experimentes una serie de reacciones, como dolor físico, problemas para dormir o pérdida de apetito. Esto se debe a que el trauma afecta a nuestro cuerpo en múltiples niveles. Si es posible, tómate un tiempo para recuperarte. Permítete el tiempo necesario para volver a tu rutina.

Las personas sobrevivientes también pueden experimentar pensamientos de hacerse daño a sí mismas o fuertes sentimientos de miedo, tristeza, paranoia, culpa, ira o dolor. Algunos podemos sentirnos insensibles o intentar ignorar lo que hemos vivido y seguir adelante como si no hubiera ocurrido. A medida que empezamos a dar sentido a lo que nos ha pasado, estos sentimientos pueden empezar a aumentar o disminuir. Durante este tiempo, no olvides que no hay una única forma de sanar.

Si tus síntomas o sentimientos se vuelven más intensos y te impiden llevar a cabo tus actividades diarias habituales, puedes considerar la posibilidad de acudir a tu médico de cabecera o al programa local contra agresiones sexuales para recibir más apoyo.

Para saber más sobre sanación y trauma, puedes leer la Sección 1: Comprender la violencia sexual, el trauma y la sanación, en [la página 6](#).

Puedo tener
miedo y
ser valiente
al mismo
tiempo.

SECCIÓN 3



Derechos de las víctimas, denuncia & otras opciones legales

Aunque no siempre lo parezca, existen opciones tras una agresión. En esta sección ofreceremos una visión general de los derechos y opciones de denuncia. Muchas de las opciones que discutiremos implican participar en el proceso de justicia penal. Sin embargo, algunas de ellas pueden estar a tu disposición sin necesidad de denunciar. Esperamos que sepas que, independientemente de si denuncias o no, no hay opciones correctas o incorrectas.

¿Qué son los derechos de las víctimas de delitos?

Las víctimas de delitos tienen ciertos derechos. Estos derechos te permiten recibir un determinado nivel de tratamiento o protección cuando denuncias un delito o participas en el sistema de justicia penal.

En esta sección hemos incluido algunos derechos y opciones de las víctimas de delitos. Para obtener más información sobre tus derechos y opciones, te recomendamos visitar la sección de recursos al final de esta guía para encontrar un programa de agresión sexual o una organización legal para obtener ayuda.



Escanea el código QR para obtener más información sobre otros derechos que pueden estar a tu disposición.

Sitio web: gov.texas.gov/organization/cjd/sastf-resources

¿Qué ocurre si no se reconocen mis derechos?

Lamentablemente, hay pocas consecuencias para el sistema de justicia penal si no respetan tus derechos. Si crees que tus derechos han sido violados, organizaciones como Ayuda Legal para Sobrevivientes de Agresión Sexual (LASSA, por sus siglas en inglés) pueden ayudarte. Para obtener más información sobre tus derechos y opciones, puedes ponerte en contacto con su línea directa estatal llamando al 844.303.SAFE (7233), opción 1. También puedes acudir a un programa de tu localidad para obtener más recursos y apoyo.



Esta sección no pretende abarcar todos los derechos que pueden corresponderte, sino proporcionar información general que puede serte útil para decidir qué opciones te parecen más adecuadas.



Derecho a un examen forense de agresión sexual (SAFE, por sus siglas en inglés)



En el estado de Texas, tienes derecho a pedir un examen médico forense de agresión sexual si:

- Llegas a un centro médico/hospital en un plazo de 120 horas (unos 5 días) o
- Presentas una denuncia de agresión sexual a la policía en un plazo de 120 horas (unos 5 días)

Es decir, si pides un examen de agresión sexual, no te lo deberían negar.

¿Puedo someterme a un examen médico forense después de 120 horas (5 días)?



Hay algunas situaciones en las que puedes someterte a un examen médico forense una vez transcurrido el plazo de las 120 horas.

1. Si tienes menos de 18 años, la ley exige que la policía te remita a un examen médico forense, aunque la denuncia se haga después de las 120 horas.
2. Si tienes 18 años o más y has denunciado la agresión después de 120 horas, podrás recibir un examen médico forense:
 - a. Si la policía cree que el examen puede ayudar en la investigación O
 - b. Si un profesional de enfermería o un médico especializado en agresiones sexuales informa a la policía que existen razones por las que debería realizarse un examen



Las razones por las que se puede realizar un examen médico forense después de 120 horas pueden incluir no haberse duchado o cambiado de ropa desde la agresión, lesiones extensas y obtener información sobre lo que ocurrió durante la agresión.



Derecho a tener un defensor



Un defensor puede ayudarte a conocer tus opciones y apoyarte durante todo el proceso penal.

Aunque los defensores pueden ayudarte en muchas situaciones, hay dos circunstancias específicas en las que la ley establece que te deben ofrecer la oportunidad de contar con la presencia de un defensor.

- El oficial debe ofrecerte un defensor antes de comenzar una entrevista policial
- El proveedor de atención médica debe ofrecerte un defensor antes de comenzar un examen forense por agresión sexual



Los derechos que aparecen con este icono están a tu disposición aunque no denuncies lo ocurrido a las autoridades.



Derecho a un examen forense de agresión sexual (SAFE) sin denuncia policial



Si tienes entre 18 y 64 años y no tienes ninguna discapacidad, puedes optar por que te hagan un examen de agresión sexual sin presentar denuncia. Esto significa que puedes someterte al examen sin llamar a la policía.

Algunos hospitales tienen normas que obligan a notificar a la policía todas las agresiones sexuales. Si se informa a la policía, no tienes que hablar con ellos ni darles ninguna información.

Si decides ejercer este derecho, hay algunas diferencias en el examen. En el siguiente cuadro se hace una comparación de cómo se realiza el examen cuando se denuncia y cuando no se denuncia.

Con denuncia	Sin denuncia
Tienes derecho a un examen dentro de las 120 horas siguientes a la agresión sexual*	Tienes derecho a un examen dentro de las 120 horas siguientes a la agresión sexual*
<i>*A menos que la policía o un profesional médico determine que todavía puede haber evidencias después de 120 horas.</i>	<i>*A menos que la policía o un profesional médico determine que todavía puede haber evidencias después de 120 horas.</i>
La policía está obligada a ofrecerte un examen si te presentas dentro de las 120 horas siguientes a la agresión. No te pueden negar la oportunidad de someterte a un examen.	El centro de salud que atiende a una persona que ha sufrido una agresión sexual está obligado a ofrecerle un examen de agresión sexual si el hecho se produjo dentro del plazo de las 120 horas.
Las pruebas se envían a un laboratorio de criminalística para su examen y análisis.	El kit de pruebas se almacena y no se examina a menos que decidas denunciar.
El kit puede ser almacenado por un número indefinido de años y se basa en las circunstancias del caso.	El kit se almacena hasta por 5 años, lo que te permite decidir si quieres denunciar.
Por lo general, se toman muestras de sangre y orina y se analizan.	Con el kit no se pueden recoger ni almacenar pruebas de sangre, orina o líquidos. Sin embargo, el hospital puede tomar muestras de sangre u orina y hacer pruebas (si se solicita o es necesario).
Es posible que tengas derecho a un reembolso adicional de los gastos relacionados con la agresión sexual (atención médica, consejería, etc.).	Sólo puedes recibir la compensación para las víctimas de delitos para ayudarte con la parte médica de urgencia del examen.
Tienes derecho a que un defensor esté presente durante el examen.	Tienes derecho a que un defensor esté presente durante el examen.



Recordatorio: No es necesario denunciar una agresión sexual para recibir servicios y apoyo de defensores y servicios de seguimiento de un programa de agresión sexual.



Derechos de atención médica disponibles para menores (una persona menor de 18 años)

Aunque los menores de edad no pueden ser examinados sin informar a las autoridades, hemos destacado otros derechos importantes que pueden ser de ayuda a la hora de solicitar asistencia.

Los menores de cualquier edad pueden:

- Presentar una denuncia policial sin el consentimiento de los padres.
- Solicitar una orden de protección por agresión sexual, violencia de pareja o acoso.
- Consentir servicios tales como consejería para la prevención del suicidio, adicción o dependencia química, o abuso sexual, físico o emocional.
- Consentir tratamientos médicos relacionados con el embarazo (excepto el aborto) y el diagnóstico y tratamiento de una enfermedad infecciosa, contagiosa o transmisible.

Los menores de cualquier edad pueden ser examinados por un médico, dentista o psicólogo que tenga motivos razonables para creer que el estado físico o mental del menor se ha visto afectado negativamente por malos tratos o descuido (incluyendo radiografías, fotografías, análisis de sangre y penetración en los tejidos), a menos que lo prohíba una orden judicial.

Los menores tienen derecho a:

- Consentir desde los 14 años, que se le entregue su kit de obtención de pruebas a la policía.
- Consentir desde los 17 años de edad la actividad sexual.

¿Por qué es obligatorio que ciertas personas presenten una denuncia?

Texas tiene leyes de denuncia obligatoria para ayudar a proteger y brindar apoyo a ciertas personas. Esto significa que el personal del hospital y los profesionales médicos deben informar de cualquier incidente o sospecha de abuso, negligencia o explotación de un menor (una persona menor de 18 años), un adulto mayor (de 65 años o más) o una persona con discapacidades al Departamento de Servicios para la Familia y de Protección o a las autoridades policiales.



Pero incluso si se presenta una denuncia, sigues teniendo el control sobre la información que quieres compartir con los demás.



Derecho a la equidad y al respeto de tu dignidad y privacidad

La Constitución de Texas establece que la víctima de un delito tiene **“derecho a ser tratada con equidad y respeto a su dignidad y privacidad durante todo el proceso de justicia penal”**.

Aunque este derecho puede ser difícil de ejercer, queremos que sepas que tienes derecho a expresar si en algún momento has sentido que no se te ha respetado.

Además, existen diferentes opciones que pueden ayudarte a ejercer este derecho. A continuación exponemos algunas de ellas.

Protecciones para la privacidad y confidencialidad

> Seudónimo

Puedes proteger tu privacidad pidiendo que te asignen un seudónimo, o un nombre falso, cuando denuncies una agresión sexual.

✔ **En qué ayuda:** Tú o la autoridad encargada de hacer cumplir la ley pueden elegir un nombre o un conjunto de iniciales para sustituir tu nombre real en todos los archivos y registros públicos **relacionados con el delito**, como la denuncia policial y los expedientes judiciales penales. Aunque las personas que investigan tu caso deben tener tu nombre real en los archivos, esto proporciona un nivel de protección de la privacidad al evitar que tu nombre real se dé a conocer al público en general.

✘ **En qué no ayuda:** Esto no significa que denuncies el delito de forma anónima. La policía debe tener tu nombre real para que puedas solicitar un seudónimo y es posible que tengas que utilizar tu nombre real cuando entrevistes a posibles sospechosos o testigos.



> Protección de la privacidad de la información sobre salud

Leyes como la Ley de Portabilidad y Responsabilidad de Seguros Médicos (HIPAA, por sus siglas en inglés) están en vigor para proteger tu información médica. La HIPAA te da derecho a tener una copia de tu información médica y a cierto grado de control sobre quién tiene acceso a esa información. (Ver las excepciones sobre confidencialidad y privacidad.)

> Protección del domicilio y el número de teléfono

Si decides participar en el proceso penal, tienes derecho a que tu dirección y número de teléfono se mantengan en privado y se eliminen de los archivos judiciales relacionados con el caso. La única excepción es si el lugar donde se produjo la agresión no puede identificarse sin utilizar tu dirección.



Programa de confidencialidad del domicilio: Si te has mudado y/o la persona que te hizo daño no sabe dónde vives, el programa de confidencialidad del domicilio puede ayudar a proteger tu dirección para que no se divulgue en documentos o registros del gobierno estatal. Se trata de una opción para víctimas de agresión sexual, acoso, violencia familiar y trata de personas, y para solicitarla no es necesario presentar una denuncia policial. *Para obtener más información, ponte en contacto con el defensor de tu programa local.*



Los derechos que aparecen con este icono están a tu disposición aunque no denuncies lo ocurrido a las autoridades.



Derecho a la equidad y al respeto de tu dignidad y privacidad (continuación)



Comunicación confidencial

En Texas, la ley protege la comunicación entre las personas sobrevivientes y los programas contra la agresión sexual que brindan a sobrevivientes un nivel de protección de la privacidad que muchas otras organizaciones o defensores no pueden ofrecer.

¿Qué quiere decir esto?

- > La ley requiere que cualquier comunicación (ya sea escrita o hablada) entre un defensor de un programa de agresión sexual y una sobreviviente permanezca de forma confidencial.
- > La relación entre una persona sobreviviente y un defensor es privilegiada, lo que significa que si eres una sobreviviente, tienes el privilegio (poder) de evitar que se divulgue información sin tu permiso, **a menos que se apliquen las siguientes excepciones:**



Que hayas dado un consentimiento por escrito que describa específicamente la información cuya divulgación autorizas.



Leyes estatales de denuncia obligatoria que exigen la declaración de cualquier incidente o sospecha de maltrato, negligencia o explotación de un menor (una persona menor de 18 años), una persona mayor (de 65 años o más) o una persona con discapacidades.



Representas un peligro físico inmediato para otra persona (amenazas graves de hacerle daño a otra persona). Esto puede dar lugar a que se notifique a la policía u otra entidad para garantizar la seguridad de la otra persona.



Supones una amenaza inmediata para tu propia persona (por ejemplo, amenazas de suicidio). En estas situaciones, el programa puede ponerse en contacto con un amigo, un familiar, un profesional de la salud mental u otro profesional/organismo equipado para ayudar a garantizar tu seguridad.



Orden judicial. Si estás participando en el proceso de justicia penal, el tribunal puede ordenar al programa que divulgue **cierta** información si decide que podría demostrar la inocencia del acusado en el juicio penal.



Si presentas una demanda contra el programa o el defensor de víctimas de agresión sexual y los registros o la comunicación están relacionados con la defensa del defensor o del programa de agresión sexual.



Si la comunicación con otros miembros del personal del programa de agresión sexual es necesaria para brindarte los servicios.



Derecho a la protección frente a daños y amenazas

Tienes derecho a recibir una protección adecuada contra los daños y amenazas que se produzcan como consecuencia de tu colaboración en la investigación o el enjuiciamiento de la agresión sexual. Esto puede hacerse comunicando tus preocupaciones sobre tu seguridad a la policía y desarrollando un plan para ayudar a mejorar tu seguridad.

A continuación se enumeran algunos de los derechos y opciones adicionales disponibles para ayudarte a ejercer el derecho a la protección frente a daños y amenazas.



Órdenes de protección (PO, por sus siglas en inglés): son órdenes judiciales concebidas para mantener a una persona a salvo del individuo que la agredió. Las órdenes de protección pueden permitirnos recuperar la sensación de seguridad, ya que si el agresor incumple la orden puede ser detenido.

Otras formas en que una PO puede ofrecer protección es ordenando que el agresor:

- > No te haga daño, no te amenace ni te acose
- > Se mantenga alejado de tu casa, trabajo y escuela
- > No lleve armas, aunque tenga licencia para portarlas

¿Cuándo se puede solicitar una orden de protección?

La ley prevé diferentes tipos de órdenes de protección en función de las circunstancias. Se pueden conceder órdenes de protección por agresión sexual, acoso, violencia familiar y otros delitos.

Tú, o un abogado que actúe en tu nombre, puedes solicitar una orden de protección así hayas puesto o no una denuncia. Además, los padres/tutores pueden solicitarla en nombre de los menores.



La ley prevé diferentes tipos de órdenes de protección en función de las circunstancias. Se pueden conceder órdenes de protección por agresión sexual, acoso, violencia familiar y otros delitos. Tú o un abogado que actúe en tu nombre, puedes solicitar una orden de protección así haya o no una denuncia. Además, los padres/tutores pueden solicitarla en nombre de los menores.



Derecho a recibir información

Hay muchas leyes que contemplan el derecho a recibir información durante el proceso penal. Estos derechos no se ejercen automáticamente. DEBEN ser solicitados (por escrito si es posible) para asegurarse de que te estén proporcionando la información a la que tienes derecho.

Algunos ejemplos de este tipo de derechos son:

- > Derecho a la información y explicación de tus derechos
- > Derecho a ser informado sobre el derecho del acusado a la libertad bajo fianza
- > Derecho a ser informado sobre los procedimientos judiciales pertinentes
- > Derecho a ser notificado del acuerdo de culpabilidad antes de que sea aceptado por el tribunal
- > Derecho a recibir información sobre el estado de las pruebas recogidas durante un examen forense de agresión sexual, lo que incluye recibir notificación sobre el análisis de las pruebas
 - > Puedes rastrear de forma anónima el estado y la ubicación de tu kit utilizando la información "Track-It" que te proporciona el proveedor de salud que realizó tu examen. Ver la sección de recursos en *la página 48* para obtener instrucciones.
- > El derecho a la información relativa a la compensación para las víctimas de delitos y la remisión a agencias de servicios sociales disponibles que puedan ofrecer asistencia adicional



Derecho a solicitar ayuda financiera



Después de una agresión, puede que tengas una serie de preocupaciones financieras. Un posible recurso de ayuda es el **Programa de Compensación para las Víctimas de Delitos (CVC, por sus siglas en inglés)**.

El CVC se creó para ayudar a determinadas personas sobrevivientes y a sus familiares con los gastos financieros **que se producen como consecuencia del delito**.

El CVC está gestionado por la Fiscalía General y tiene dos objetivos principales:

1. Fomentar una mayor participación en el proceso de justicia penal
2. Reembolsar a las víctimas de delitos algunos gastos que **no estén cubiertos por otras fuentes**

¿Quién puede solicitar ayuda del CVC?

A continuación se detallan los requisitos generales para solicitar la ayuda del programa. Es importante saber que pedir la ayuda del CVC **no significa que** te vayan a aprobar el reembolso.

- Las personas que pueden solicitar ayuda son: la víctima, un familiar de la víctima u otra persona que haya aceptado pagar los gastos relacionados con el delito que sufrió la víctima
- El delito ocurrió en Texas contra una persona residente de Texas o a un residente de Texas en un país que no ofrece CVC
- El delito se denunció en un plazo de tiempo razonable
- La persona debe solicitar ayuda dentro de los 3 años siguientes al delito, a menos que se demuestre una buena causa
- La víctima no estaba presa en el momento de producirse el delito
- La víctima participa plenamente en el proceso penal*

* La única excepción es si se solicita el reembolso de la atención médica de urgencia relacionada con el examen de la agresión sexual. En este caso, no es necesario presentar denuncia ni participar en el proceso penal para recibir el reembolso.

¿Qué tipo de gastos reembolsa el CVC?

Dependiendo de las circunstancias, el CVC puede reembolsar muchos gastos diferentes relacionados con el delito, incluyendo: atención médica, consejería, desplazamientos a las audiencias, salarios perdidos, cuidado de niños, gastos de reubicación y limpieza de la escena del crimen.

*Si el CVC aprueba tu solicitud, te pueden pedir que envíes documentación adicional para cada gasto antes de recibir el reembolso.

¿Qué ocurre si rechazan mi solicitud de CVC?

Si rechazan tu solicitud de reembolso, tienes derecho a apelar.

¿Puede un defensor ayudar con el CVC??

Sí, los defensores capacitados pueden ayudarte con el proceso de solicitud, el seguimiento y las apelaciones.



Los derechos que aparecen con este icono están a tu disposición aunque no denuncies lo ocurrido a las autoridades.

¿Qué sucede durante el proceso penal?

Sabemos que el proceso penal puede parecer confuso y abrumador. A continuación te ofrecemos un resumen sencillo de las principales fases, que se describen con más detalle en las páginas siguientes.



Denunciar una agresión sexual

¿Cómo se presenta normalmente una denuncia?

- Puedes contactar directamente a la policía marcando el 9-1-1 o yendo al departamento de policía en persona
- Si vas a un hospital o a un centro que realice exámenes de agresión sexual; el personal médico puede comunicarse con la policía para que acuda al hospital y tome la denuncia inicial



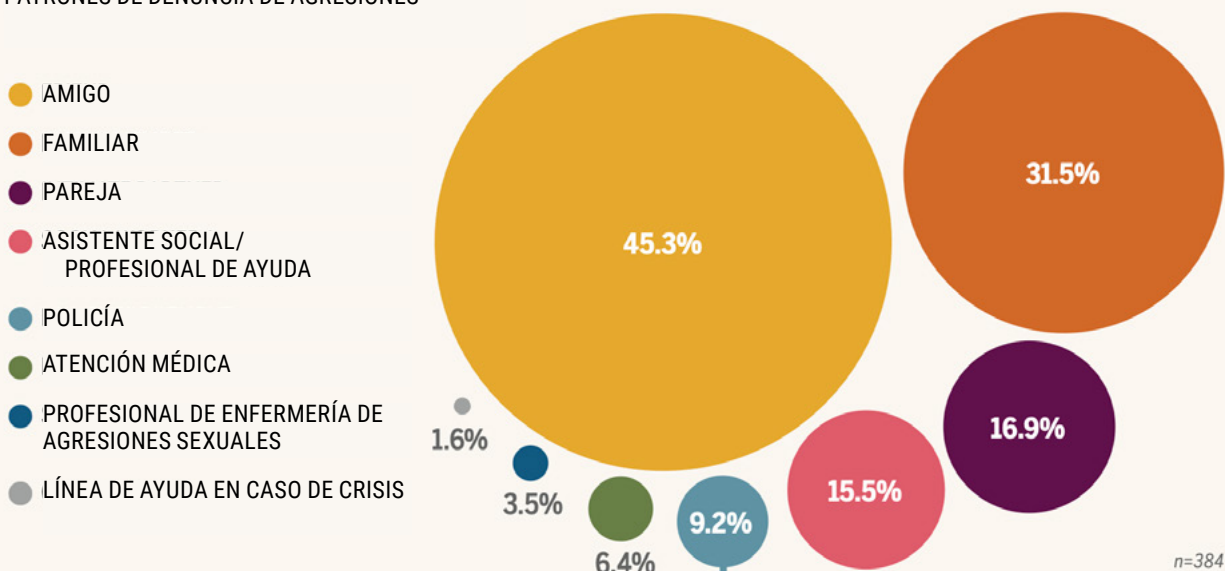
¿Debo denunciar el hecho?

A menos que la ley exija la presentación de una denuncia, tienes derecho a decidir si quieres denunciar el hecho a la policía y participar en el proceso de justicia penal. Hay muchas razones por las que podemos decidir no denunciar o por las que podemos sentir que denunciar no es la mejor opción para nuestra seguridad. El siguiente cuadro muestra los patrones de denuncia en Texas e incluye algunas de las razones que muchas personas sobrevivientes han compartido en relación con el hecho de no denunciar a la policía.

No hay una decisión correcta o incorrecta, y los servicios y recursos para ayudarte a sanar están disponibles sin importar lo que decidas.

BUSCAR AYUDA DESPUÉS DE UNA AGRESIÓN SEXUAL

PATRONES DE DENUNCIA DE AGRESIONES



PRINCIPALES RAZONES DE LAS VÍCTIMAS QUE NO HACEN DENUNCIA POLICIAL

- No consideran su experiencia como un delito
- Eran muy jóvenes para denunciar el hecho
- Tenían mucho miedo de hacer una denuncia
- Prefirieron lidiar con la agresión sexual por si solas o acudieron a amigos o familiares
- Se sintieron “estúpidas” o avergonzadas de lo que les pasó

OTRAS RAZONES DADAS

- Quieren olvidarse de lo que sucedió y seguir con sus vidas
- Piensan que no les creerían
- Les dicen que no lo denuncie
- Piensan que la denuncia puede poner en riesgo su empleo
- Se culpan a sí mismas
- Les preocupa poner en peligro su situación migratoria

Busch-Armendariz, N.B., Olaya-Rodriguez, D., Kammer-Kerwick, M., Wachter, K. & Sulley C. (2015). Health and well-being: Texas statewide sexual assault prevalence. Austin, TX: Institute on Domestic Violence & Sexual Assault, The University of Texas at Austin.

Si estás pensando en denunciar o no el hecho, un defensor puede ayudarte a conocer tus opciones. En la página siguiente se resumen algunos de los puntos que pueden resultar útiles a la hora de considerar los pasos a seguir.

Posibles beneficios	Posibles desventajas
El proceso legal puede ayudar a algunos de nosotros a recuperar el sentido de seguridad.	El proceso legal puede suponer responder a preguntas que pueden resultar delicadas o incómodas de compartir.
Las denuncias policiales, las declaraciones de testigos y otros tipos de información pueden ayudarnos a documentar lo que hemos vivido.	Las denuncias, declaraciones y otros datos facilitados por sospechosos o testigos pueden contradecir lo que sabemos que hemos vivido.
El proceso de justicia penal puede conllevar opciones que nos ayuden a sentir que la persona que nos hizo daño fue hallada responsable.	El proceso de justicia penal puede concluir de una manera que no responsabilice a la persona por lo que hizo.
Los profesionales de la justicia penal pueden darnos opciones y pedir nuestra opinión a lo largo del proceso.	Los profesionales de la justicia penal tienen el poder de tomar decisiones sobre cómo avanza el caso, sin nuestra aprobación o permiso.
La Compensación para las Víctimas de Delitos puede ayudarte a cubrir ciertos gastos relacionados con el delito, como consejería, atención de seguimiento, salarios perdidos.	La Compensación para las Víctimas de Delitos no está garantizada y requiere un papeleo que puede hacer que el proceso resulte abrumador.

Sabemos que puede ser difícil decidir si denunciar o no el hecho ante la policía. Hay muchos factores que pueden influir en nuestra decisión. Tienes derecho a tomar la decisión que sea mejor para ti.

No dudes en utilizar el espacio que aparece a continuación para reflexionar sobre las ventajas y desventajas de la denuncia.



Recuerda: no es necesario que atraveses este proceso por tu cuenta. Los defensores pueden ayudarte a analizar tus opciones y a ponerte en contacto con los recursos disponibles

¿Puede acompañarme una persona de apoyo a presentar la denuncia?

Tienes derecho a que esté presente un defensor durante el interrogatorio policial. También puedes ponerte en contacto con un programa de agresiones sexuales o una agencia de defensa para solicitar un defensor antes de presentar una denuncia. A continuación te indicamos algunas maneras de hacerlo:

- **Por teléfono:** Los defensores pueden permanecer en la línea y apoyarte mientras llamas a la policía.
- **En persona:** Algunos organismos ofrecen apoyo en persona, pero quizá sea necesario ponerse en contacto con ellos unos días antes de presentar la denuncia.

¿Qué me puede preguntar la policía?

Los policías pueden hacerte ciertas preguntas sobre las circunstancias en las que se produjo la agresión (por ejemplo, qué estabas haciendo, qué llevabas puesto) para determinar si se pueden aplicar cargos penales a tu caso. Si no tienes claro **por qué** te hacen una pregunta, puedes pedirle al policía que te la explique o pedir ayuda a un defensor.



Es normal tener dificultades para recordar los detalles de lo ocurrido. Está bien decirle a la policía que no puedes recordar ciertas cosas.

Si recuerdas detalles adicionales, considera la posibilidad de escribirlos y compartirlos con el detective durante la entrevista de seguimiento.

Proceso de investigación: Recopilación de información y pruebas



La policía es responsable de recopilar información y pruebas relacionadas con la agresión sexual. Dependiendo de las circunstancias, la policía puede empezar a recopilar pruebas inmediatamente después de la denuncia, pero también se trata de un proceso continuo que puede prolongarse durante los días, semanas e incluso meses siguientes a la denuncia.

Esto incluye:

- Ofrecerte la opción de someterte a un examen médico forense de agresión sexual (SAFE)
- Fotografías/videos/mensajes de texto/redes sociales
- Identificar y recoger otros tipos de pruebas (por ejemplo, ropa u otros objetos en el lugar de los hechos)
- Entrevistarte a ti, a los testigos o a las personas sospechosas



Recuerda: la policía debe proporcionarte un defensor antes de comenzar el interrogatorio. Si la policía no te ofrece un defensor, considera la posibilidad de ponerte en contacto con un programa que te quede cerca para solicitar la ayuda de un defensor antes de responder a las preguntas.

¿Qué más puedo esperar durante la investigación?

- Los protocolos de investigación de la policía pueden variar de una comunidad a otra.
- Normalmente hay un policía cuya principal responsabilidad será investigar su caso.
- Dependiendo de la entidad, esa persona puede ser el mismo policía que tomó la denuncia o uno diferente, como un detective.
- A veces pueden pasar días o semanas antes de que la policía se ponga en contacto contigo o te facilite información de seguimiento.
- Si no recibes noticias de nadie, puedes ponerte en contacto con el departamento de policía e indicar tu nombre o número de caso para solicitar información actualizada en cualquier momento.



No tienes que hacer esto tu cuenta, hay defensores disponibles que pueden ayudarte.

¿Qué ocurre con las pruebas y la información que recoge la policía?

Una vez recopilada la información y las pruebas, la policía debe:

- Enviar las pruebas para que sean examinadas y analizadas
 - Si te hicieron un examen de agresión sexual, la entidad policial está **obligada** a enviar el kit al laboratorio de criminalística para que sea analizado en un plazo de **30 días**. Tienes derecho a hacer un seguimiento anónimo del estado y la ubicación de tu kit utilizando la información "Track-It" que te proporcionó el proveedor médico que realizó tu examen. Ver las instrucciones de *la página 48* al final de esta guía.
- Revisar las pruebas y tomar una decisión sobre cómo seguir adelante con el caso



Los defensores pueden ayudarte a obtener información actualizada de la policía.

Resultados de la investigación: Detención, remisión al Gran Jurado o no detención



Después de que se haya investigado un caso, normalmente hay tres posibles pasos siguientes en el sistema de justicia penal: **detención, no detención o remisión al Gran Jurado.**

Detención

- Cuando la policía no consigue ver que se ha cometido un delito, tiene que poder reunir las pruebas suficientes para solicitar una orden de detención a un juez antes de poder efectuar un arresto.
- Muchas veces, los detectives trabajan con la fiscalía para determinar si se puede efectuar una detención.

No Detención

- Si el caso no cumple los requisitos legales para una detención y/o el fiscal de distrito no acepta el caso, éste se cerrará o se suspenderá a menos que se disponga de nuevas pruebas.



Si tienes preguntas sobre cómo o por qué se cerró tu caso, puedes ponerte en contacto con un defensor para que te ayude.

La mayoría de los casos de agresión sexual no conllevan una detención.

Remisión al Gran Jurado

- Antes de que una agresión sexual (o cualquier otro delito grave) pueda avanzar en el proceso de justicia penal, debe ir al gran jurado para decidir si hay pruebas suficientes para apoyar cargos penales.
 - La policía puede elegir enviar el caso a la fiscalía de distrito haciendo una remisión al gran jurado independientemente de que se realice o no una detención.

El fiscal rechaza la remisión: En algunas circunstancias, la fiscalía puede decidir que no hay suficiente información para seguir adelante con el proceso del gran jurado y optar por desestimar o no aceptar la remisión, lo que significa que el caso no pasaría al gran jurado.

Proceso del Gran Jurado

¿Quiénes integran el gran jurado?

- Un gran jurado es un grupo de doce ciudadanos que son seleccionados para revisar los casos de delitos graves en cada condado.
- El gran jurado decide si un caso es una **acusación fundada** y si se abrirá proceso o si la **acusación es infundada**.
 - ✔ Si el gran jurado presenta un escrito de "acusación fundada", esto significa que la fiscalía de distrito puede seguir adelante con el caso.
 - ✘ Si el caso es una "acusación infundada", no prosigue el proceso penal y se archiva, a menos que se presenten nuevas pruebas.

¿Tendré que participar en el proceso del gran jurado?

El fiscal puede o no pedirte que testifiques ante el gran jurado. Si esto ocurre, un defensor puede acompañarte hasta que tengas que testificar, pero no se permite la entrada de personas ajenas a la sala del gran jurado.



Una acusación significa que el sistema de justicia penal ha acusado formalmente a una persona de un delito; esto no significa que sea culpable del delito, sino que es un paso necesario para que un caso pueda avanzar dentro del sistema de justicia penal.

Enjuiciamiento

Si el caso es una acusación fundada, o una acusación formal, se asignará un fiscal de la fiscalía de distrito al caso.

El fiscal es responsable de cómo avanza el caso. Aunque el fiscal es un abogado, es importante recordar que su papel es representar los intereses del estado. Esto significa que puede tomar decisiones sobre el caso sin tu permiso o aprobación. También hay leyes que exigen que el fiscal comparta con la defensa cualquier información que le entregues.



¿Puedo participar durante este proceso?

Durante el proceso, tienes derechos que el fiscal debe tener en cuenta (ver la sección de derechos de las víctimas en *la página 25*).

La fiscalía también puede asignar a tu caso un consejero o defensor de asistencia a víctimas. Si bien estos defensores pueden ser de ayuda para brindarte apoyo, es posible que no puedan ofrecerte asistencia confidencial de la misma manera que los defensores de un centro de crisis por violación u otro programa comunitario.



Este proceso puede tomar tiempo y es normal pasar largos periodos de tiempo sin tener noticias del fiscal. Puedes ponerte en contacto con tus abogados o con el fiscal en cualquier momento del proceso.



Resultados de la justicia penal

Los fiscales deciden cómo avanza un caso. Un caso puede tener muchos resultados posibles.



¿Cuáles son los posibles resultados?

A continuación presentamos tres resultados comunes.

Acuerdo de admisión de culpabilidad

Es un acuerdo entre el fiscal y el acusado (o su abogado). Este acuerdo puede implicar o no declararse culpable del delito por el que se le procesa y puede conllevar muchos resultados diferentes, como servicios a la comunidad o libertad condicional.



Debido al gran número de casos en el sistema de justicia penal, la mayoría de los casos terminan en una admisión de culpabilidad. Tienes derecho a recibir notificación sobre los acuerdos de admisión de culpabilidad y a compartir preguntas o preocupaciones con el fiscal.

Juicio

En Texas, los juicios constan de 2 partes. La primera parte del juicio consiste en probar si alguien es culpable y la segunda parte consiste en decidir la pena.

¿Qué puedo esperar durante la primera parte del juicio?

Lo más probable es que debas testificar y responder a preguntas sobre la agresión sexual. Cuando testifiques, normalmente te harán preguntas el fiscal y el abogado defensor.

- > El trabajo del fiscal es convencer al jurado o al juez de que la persona acusada cometió el delito.
- > El trabajo del abogado defensor durante el juicio es intentar probar que la agresión sexual no ocurrió. Esta parte del proceso puede ser un reto para muchos de nosotros porque pueden decir o hacer cosas para intentar demostrar que la agresión sexual no ocurrió.



Si esto ocurre, recuerda que estás diciendo la verdad y que lo que digan no cambia lo que has vivido.

Si la persona acusada es declarada culpable, el juicio pasa a determinar la pena.

¿Qué posibles penas podrían imponerse durante la parte del juicio en la que se dicta sentencia?

Los tipos de penas que el tribunal podría decidir pueden variar dependiendo del caso. Algunos ejemplos incluyen: tiempo en prisión, libertad condicional, libertad bajo palabra, arresto domiciliario y multas. Para un delito de agresión sexual, esto también podría implicar la aplicación del programa de registro de delincuentes sexuales. Algunas de estas opciones también podrían ofrecerse como parte de un acuerdo de admisión culpabilidad, incluso si no se celebra un juicio.

Si la persona acusada es declarada no culpable - o inocente - el caso se cierra, lo que significa que no habrá otras consecuencias penales.

Sobreseimiento o absolución

Normalmente hay dos formas de cerrar un caso durante el proceso penal.

> **Sobreseimiento**

Desafortunadamente, hay muchas razones por las que un caso penal puede ser desestimado durante el proceso de justicia penal. Esto significa que el caso continuaría y se cerraría, a menos que aparezcan nuevas pruebas.

> **Absolución**

Esto ocurre generalmente cuando el tribunal declara que el acusado no es culpable. Esto puede deberse a muchas razones, pero normalmente es porque no hay pruebas suficientes. Si esto es así, el caso se cierra y no puede reabrirse.



La desafortunada realidad es que el sistema de justicia penal entraña muchas barreras. Queremos que sepas que, independientemente del resultado del sistema de justicia penal, lo que viviste fue real.



Si necesitas asesoramiento jurídico personal, considera la posibilidad de hablar con un abogado. Para obtener más información sobre tus derechos y opciones o para obtener ayuda para localizar a un abogado, ponte en contacto con tu programa de recursos y apoyo jurídicos local.



Nota a tener en cuenta:

Sabemos que esta información puede resultar confusa, abrumadora o incluso plantearnos más preguntas. Queremos recordarte que hay defensores a tu disposición para ayudarte a afrontar este proceso.

Esta guía fue escrita con la colaboración de sobrevivientes y defensores que quieren que sepas que no tienes que pasar por esto sin ayuda, **sino que hay apoyo disponible para ti.**



Mis
sentimientos
son válidos.

Palabras de esperanza y sanación

A continuación encontrarás algunas palabras de esperanza y sanación que queremos compartir contigo.

Advertencia de contenido: Las citas que aparecen a continuación describen brevemente experiencias de violencia sexual que pueden ser perturbadoras. Te rogamos que tomes precauciones. Recuerda que no estás por tu cuenta y que hay defensores a tu disposición para ayudarte.

Estaba tan abrumada y me sentía tan sola. No estaba segura de que mi reacción fuera la correcta. Pero lo que sea que sientas, como sea que reacciones y como sea que sanes, es completamente válido y justo, y no hay una manera correcta o única. Eres valiente y mereces sanar de la manera que mejor te funcione.

Quiero que sepas que hay días en los que las cosas parecen imposibles, pero también hay días en los que las cosas parecen un poco más fáciles. Toma tiempo... pero no te sentirás así para siempre.

Estuvimos en el mismo grupo desde 6º grado hasta la secundaria. No tenía ni idea de que me iba a agredir en el último año. Debido a esta larga relación, no dije nada, echándome la culpa a mí misma durante tanto tiempo. No tenía que cargar con la vergüenza. No importan las circunstancias, él no tenía derecho a hacer lo que hizo. No fue culpa mía y lo que te pasó no es culpa tuya.

Me violaron cuando tenía 13 años. Mis amigos no me creyeron y mis padres no me apoyaron. Quiero que sepas que encontré la sanación a través del arte y pude encontrar personas que me ayudaron a sentirme valorada y apoyada. No te rindas.

Soy un sobreviviente hombre y deseo que sepas que tu fuerza, apariencia, edad, sexualidad y cualquier otra parte de ti, no le da a nadie el derecho de violar o controlar tu cuerpo. Nadie merece que te arrebaten ese derecho y tú no has hecho nada malo. Hay muchos hombres que han pasado por esto, no estás solo.

Fui agredida sexualmente por mi cónyuge y no comprendí que lo que me ocurrió fue una violación hasta varios años después. Hablar con personas que han tenido experiencias similares me ha ayudado a sentirme menos sola.

Quiero que sepas que, sea como sea que afrontes lo que te ha ocurrido, es la forma correcta de afrontarlo; no hay una única forma correcta de sobrevivir, y nadie más que tú posee tu historia y tu forma de vivir. Hay personas ahí afuera que te creerán y caminarán contigo; búscalas y confía en ti.

Estaba bebiendo y consumiendo drogas cuando me violaron. Me culpé durante mucho tiempo, pero después de hablar con un defensor me di cuenta de que nada le da derecho a otra persona a hacer eso. Tardé mucho tiempo en perdonarme y en creerlo. Espero que sepas que no estás por tu cuenta y que no es culpa tuya.

Cuando descubrí lo que un familiar le hizo a mi hija, me vinieron a la mente viejos sentimientos. Sentí que le había fallado a mi hija, igual que mis padres me habían fallado a mí. El apoyo que recibí me ayudó a liberarme de la rabia y la vergüenza que arrastré durante tanto tiempo, y mi hija y yo estamos sanando a nuestra manera. Espero que recuerdes que lo que te ocurrió no te define; la sanación es un viaje que dura toda la vida.

Recursos y apoyo adicionales

Esta guía ha sido escrita y elaborada por supervivientes y defensores que quieren que sepas que creemos en tu poder y resistencia. Creemos que hay fuerza en la vulnerabilidad y que está bien no sentirse bien. Por último, queremos que sepas que no estás sola/o y que hay apoyo disponible. Los siguientes recursos están a tu disposición.

Líneas de ayuda:

Las siguientes organizaciones ofrecen ayuda y asistencia confidencial y gratuita 24 horas al día, 7 días a la semana.

Red Nacional contra la Violación, el Abuso y el Incesto (RAINN, por sus siglas en inglés)

Línea Nacional de Denuncia de Agresiones Sexuales

Esta línea puede ayudarte a comunicarte con un defensor capacitado de un programa contra agresiones sexuales de tu comunidad.

Llama al: 1-800-656-HOPE (4673)
Chat de ayuda en línea: hotline.rainn.org/es

Línea de Mensajes de Texto para casos de Crisis

Ofrece apoyo en salud mental e intervención en situaciones de crisis las 24 horas del día, 7 días a la semana, por parte de personal cualificado y voluntarios.

Envía un mensaje de texto al 741741 desde cualquier lugar de EE.UU. para que te pongan en contacto con un voluntario.
Sitio web: www.crisistextline.org/es/

Línea Directa Nacional contra el Maltrato Infantil

Ofrece intervención en situaciones de crisis, información y derivaciones relacionadas con el maltrato infantil.

Llama o manda un mensaje de texto al: 1-800-422-4453
Sitio web: www.childhelpline.org

Línea Nacional de Prevención del Suicidio y Crisis

Este servicio de ayuda ofrece apoyo a las personas que están considerando el suicidio y proporciona recursos de prevención y crisis para las personas y sus seres queridos.

Llama o envía un mensaje de texto al: 9-8-8
Chat en línea: 988lifeline.org/es/chat/

Línea Directa Nacional contra la Trata de Personas

Ofrece a sobrevivientes de la trata de personas apoyo en defensa de sus derechos, planificación de la seguridad y remisión a recursos locales.

Llama al: 1-888-373-7888 o envía un mensaje de texto a: "BeFree" al 233733
Sitio web: humantraffickinghotline.org/es/obtenga-ayuda

Proyecto Trevor

Proporciona información y apoyo a jóvenes LGBTQ+.

Llama al: 1-866-488-7386 o envía un mensaje de texto a: START al 678-678
Sitio web: www.thetrevorproject.org/get-help/

Trans Lifeline

Es una línea directa que ofrece apoyo emocional y económico y recursos a las personas trans en situación de crisis o que necesitan ayuda.

Llama al: (877) 565-8860

Sitio web: www.translifeline.org/es

Línea de ayuda Strong Hearts

StrongHearts Native es una línea de ayuda nacional centrada en proporcionar apoyo y recursos culturalmente específicos a sobrevivientes de violencia doméstica y sexual que sean indígenas estadounidenses o nativos de Alaska.

Llama o envía un mensaje de texto a: 1-844-7NATIVE (762-8483)

También se puede obtener ayuda en línea a través de: strongheartshelpline.org/

Recursos de apoyo adicionales:

Estos recursos no están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, pero proporcionan apoyo que pueden ayudarte.

1en6

Brinda información y apoyo gratuitos a hombres y niños que han sufrido violencia sexual. Los servicios incluyen grupos de apoyo en línea confidenciales y gratuitos.

Sitio web: supportgroup.1in6.org/

RAICES

Es una agencia sin fines de lucro que ofrece servicios legales gratuitos y de bajo costo a niños, familias y refugiados inmigrantes.

Llama o envía un mensaje de texto al: 1-800-437-3071

Sitio web: www.raicetexas.org/need-help/

Clínicas de VIH e ETS en Texas

www.dshs.texas.gov/es/hivstd/services/es

Para buscar un centro de crisis local, ir a:

taasa.org/es/obten-ayuda/localizador-de-centros-de-atencion-de-crisis/

Recursos relacionados con los derechos de las víctimas

Sistema de Seguimiento de Pruebas de Agresión Sexual de Texas

tx.track-kit.us

Asistencia Legal para Sobrevivientes de Agresión Sexual (LASSA, por sus siglas en inglés)

LAASA proporciona asistencia legal gratuita a sobrevivientes de agresión sexual que califican para sus servicios.

Llama al: 844-303-SAFE (7233), opción 1

Sitio web: lassatexas.org/es

Programa de Compensación para las Víctimas de Delitos

Línea gratuita: (800) 983-9933

Portal de solicitudes: cvs.texasattorneygeneral.gov/portal-es/login

Para obtener más información sobre las opciones de telesalud

Llama al: **1-833-TEX-TRAC (1-833-839-8722)**

Consejos para encontrar un terapeuta y explorar las opciones de terapia

Contenido adaptado de la Guía de Sobrevivientes Callisto.

Hay muchas maneras de buscar sanación y apoyo, y una de ellas es a través de la terapia o consejería. Los consejeros pueden ser útiles para procesar los momentos difíciles de nuestras vidas, aprender cómo nos afecta el trauma y desarrollar habilidades de superación. A veces puede resultar difícil empezar un tratamiento psicológico porque no sabemos por dónde empezar o cómo encontrar un terapeuta que se adapte a nuestras necesidades. A continuación te ofrecemos información que te ayudará a considerar tus opciones.



¿Qué proporciona la terapia?

Por lo general, la terapia o la consejería la proporciona una persona con licencia, titulada en consejería, trabajo social o psicología. Al buscar un terapeuta, puede ser útil buscar a alguien que se especialice en traumas, que ofrezca apoyo psicológico informado en el trauma, o que se dedique a ayudar a personas sobrevivientes.

¿Dónde puedo encontrar terapeutas?

En programas de agresión sexual: Estas agencias suelen ofrecer asesoramiento gratuito y apoyo confidencial por parte de consejeros que posiblemente hayan recibido formación específica sobre traumas sexuales. Cuando busques tu agencia local, considera buscar tanto centros locales de crisis por violación como centros de violencia doméstica.

Para localizar un programa, puedes llamar a RAINN: 1-800-656-HOPE (4673) o utilizar el localizador en línea de TAASA para los programas en Texas: taasa.org/es/obten-ayuda/localizador-de-centros-de-atencion-de-crisis/

Sitios web para buscar terapeutas:

Encontrar al terapeuta o consejero adecuado puede resultar abrumador. [Inclusivetherapists.com](https://www.inclusivetherapists.com) y [PsychologyToday.com](https://www.psychologytoday.com) son ejemplos de dos sitios web que pueden ayudarte a encontrar a tu terapeuta o consejero adecuado. Estos sitios web son específicos para la terapia e incluyen la posibilidad de buscar consejeros seleccionando los criterios que son importantes para ti. Por ejemplo, puedes buscar por ubicación y seleccionar la especialidad (traumatología), el tipo de tratamiento que ofrecen, el entorno (presencial o virtual), el costo (por ejemplo, ofreciendo opciones de pago basadas en una escala de ingresos) y el seguro.

Una vez que encuentres varias opciones de terapeutas que se ajusten a tus necesidades, puedes llamar para coordinar una consulta inicial. Así podrás averiguar con qué terapeuta te sientes a gusto. No hay problema si tardas un tiempo en encontrar al terapeuta o consejero que crees que se adapta bien a ti.



Terapia en línea o por mensajes de texto:

Puede que reunirse en persona no funcione para todo el mundo y, aunque algunos consejeros ofrecen opciones de terapia virtual, ahora hay formas de recibir asesoramiento enviando un mensaje de texto a alguien o conectando con esa persona a través de Internet. Puede llamar a un consejero directamente para preguntar sobre estas opciones o utiliza sitios web para buscar consejeros que brinden apoyo en línea.

¿Qué tipos de tratamiento pueden ser de ayuda?

Tipos de terapia: La mayoría de los consejeros proporcionan terapia que consiste en hablar, pero algunos también están capacitados para proporcionar otros tipos de tratamiento

durante las sesiones de terapia. Algunos ejemplos de tratamientos que han resultado útiles para sobrevivientes de traumas son: EMDR (desensibilización y reprocesamiento por movimientos oculares), PE (exposición prolongada), CBT (terapia cognitivo-conductual) centrada en el trauma, terapia dialéctico-conductual (DBT) y terapia artística. Puede ser útil preguntar si estas opciones de tratamiento son ofrecidas por el consejero que estás considerando elegir.

Si no es así, no hay problema. Si te interesa alguno de estos métodos, puedes buscar terapeutas que estén calificados y sean capaces de ofrecerlos.

Psiquiatría: Los psiquiatras son médicos especializados en salud mental que pueden recetar medicamentos. Los psiquiatras también pueden ofrecer terapia de conversación y otras formas de tratamiento. Un terapeuta puede derivarte a un psiquiatra si cree que la medicación psiquiátrica puede ayudarte a sentirte mejor, pero también puedes optar por recibir tratamiento de un psiquiatra por tu cuenta.

Puedes acudir a un terapeuta y a un psiquiatra o sólo a uno, según lo que consideres mejor.



Información & notas importantes

Información sobre el Programa de Agresiones Sexuales...

Número de teléfono directo: _____ Teléfono de la oficina principal: _____

Correo electrónico: _____

Nombre del defensor: _____

Información para quienes recibieron un examen de agresión sexual o atención médica...

Nombre del centro donde se realizó el examen: _____

Profesional de enfermería: _____ Doctor: _____

Número de teléfono: _____

Fecha de la primera visita: _____

Si decides recibir atención de seguimiento...

Fecha del primer examen de seguimiento: _____

Fecha del segundo examen de seguimiento: _____

Track-Kit ID, nombre de usuario (código de barras) e información de inicio de sesión:

Información de inicio de sesión de Track-Kit

Nombre de usuario (código de barras): _____ Contraseña: _____

Nota: Track-Kit te permite rastrear la ubicación del kit de agresión sexual después de tu examen y recibir actualizaciones relacionadas con las pruebas. (Recordatorio: si no presentaste una denuncia, tu kit no será analizado, consulta *la página 27* para más información.)

Instrucciones para crear tu cuenta Track-Kit:

1. **Localiza la tarjeta con la información de tu Track-Kit.** El personal de enfermería o el centro médico deberían habértela proporcionado.
2. **Visita el sitio web:**
<https://tx.track-kit.us>
Una vez que estés en el sitio web, habrá una sección para "Iniciar sesión".
3. **Ingresas tu nombre de usuario (código de barras) exactamente como está escrito en la tarjeta.**
Ej: nombre de usuario (código de barras):
EX: TX183920
4. **Escribes la contraseña temporal tal y como aparece en la tarjeta.**
Ej. Contraseña: XYmAV%jfn
Una vez que hayas iniciado sesión, podrás ver la ubicación y el estado del kit. También podrás borrar el historial de tu navegador si te preocupa la privacidad.

Si recibes un mensaje de error de inicio de sesión, es posible que tu kit aún no se haya registrado en el sistema. Si sigues recibiendo un error al día siguiente, ponte en contacto con el proveedor médico o con un defensor para que te ayude.

Información para quienes presentan una denuncia....

Nombre del departamento de policía: _____

Nombre del policía que tomó la denuncia inicial: _____

Nombre del detective: _____

Número del caso: _____

Número de teléfono: _____

Correo electrónico: _____

Seudónimo (si corresponde): _____

Otra información importante

Si solicitaste ayuda del Programa de Compensación para las Víctimas de Delito...

Fecha de presentación de la solicitud: _____

Número de solicitud de la Compensación para las Víctimas de Delitos:

Nombre e información de contacto del defensor de víctimas del departamento de policía o del coordinador de víctimas de delitos:

Notas adicionales:

Agradecimientos

Nos gustaría agradecer a nuestros curadores de contenido y colaboradores: Shelli Collins, Haleh Hekmat, Deepika Modali y Virginia Rueda

Editores de contenido: Courtney Kawa, Maya Pilgrim, Karen Limón y Rose Luna

Soporte de contenido: Junta asesora para sobrevivientes de TAASA

Diseño gráfico: Maddie George

Esta guía fue desarrollada con la colaboración de sobrevivientes y defensores de todo Texas y miembros del personal de la Asociación de Texas contra la Agresión Sexual. La guía puede ser adaptada para su uso en otros estados con la debida autorización. Ir a taasa.org/es/inicio/, enviar un correo electrónico a advocacy@taasa.org o llamar al 512-474-7190.

Si utilizas información de esta guía en tu propio trabajo, por favor, cítala de la siguiente manera:

TAASA. (2023). *¿Cuál es el siguiente paso? Una guía para sobrevivientes de agresión sexual en Texas*. [Austin, TX].

© 2023 Asociación de Texas contra la Agresión Sexual. Todos los derechos reservados.

Actualizado en enero de 2024.



