



LAS VIOLACIONES

1. INFORMACION PARA ADOLESCENTES

Una violación, que a veces también se llama "asalto sexual", puede ocurrir tanto a los hombres como a las mujeres de cualquier edad. En EE.UU, el FBI define una violación como: "La penetración, independientemente de la profundidad de la misma, de la vagina o del ano con cualquier parte del cuerpo u objeto, o la penetración oral mediante el órgano sexual de otra persona, sin el consentimiento de la víctima".

Cualquier violación es impuesta y no deseada. Tiene que ver con el poder, no con el sexo. Un violador usa la fuerza física y la violencia, o la amenaza de utilizarlas, para controlar y dominar a otro ser humano. Algunos violadores utilizan [drogas](#) para eliminar la capacidad de la persona de defenderse. La violación es un delito, independientemente de que la cometa un desconocido, alguien con quien ha quedado para salir, un conocido o un pariente.

Independientemente de cómo ocurran, las violaciones aterrizan y traumatizan a sus víctimas. La gente que sufre una violación necesita cuidados, consuelo y ayuda para recuperarse.

¿Qué deberías hacer?

¿Qué es lo mejor que puedes hacer si te han violado? **Cuidar de ti** mismo de la mejor manera posible. Para algunas personas, esto significa denunciar el delito de inmediato y luchar por llevar al violador a la justicia. Para otras personas, significa buscar atenciones médicas o emocionales sin denunciar el delito. Cada persona es diferente.

De todos modos, hay tres cosas que toda persona que sea violada debería hacer:

1. Saber que la violación no fue culpa suya.
2. Buscar ayuda médica.
3. Afrontar sus sentimientos.

No es culpa tuya

Lo que ocurrió no fue tu culpa. **Nadie** tiene derecho a mantener relaciones sexuales contigo en contra de tu voluntad. La culpa de una violación siempre reside exclusivamente en el violador.

A veces, los violadores intentan ejercer todavía más poder sobre sus víctimas haciendo que se sientan responsables de la violación, culpándolas de lo ocurrido. Un violador puede decir cosas como: "Tú me lo has pedido" o "Querías que ocurriera". Es otra forma que tiene el violador de tomar el control sobre ti. La verdad es que cómo vista una persona, qué diga o cómo actúe *nunca* es una justificación de una violación.

La mayoría de la gente violada conoce a su violador. A veces esto puede llevar a la víctima de una violación a intentar proteger al violador. *Tu prioridad debe ser protegerte a ti mismo*. No te has de preocupar por proteger a la persona que te ha violado.

Si quieres denunciar el delito a la policía, hazlo. El hecho de denunciar una violación te puede ayudar a proteger a otras posibles víctimas del violador y te puede ayudar a sentirte un poco menos víctima.

De todos modos, denunciar una violación a la policía puede resultar difícil para algunas personas. Si no te sientes cómodo denunciándolo, no tienes que hacerlo. Tal vez prefieras recibir asesoramiento sobre cómo actuar procedente de un adulto con experiencia y que te apoye. Haz lo que te ayude a sentirte seguro y a recuperarte sin culparte a ti mismo.

Busca ayuda médica

Lo primero que necesita una persona a quien han violado es que la vea un médico. La mayoría de clínicas y servicios de urgencias médicas cuentan con médicos, psicólogos o terapeutas que se han formado para atender a víctimas de violaciones. Es importante que te vea un médico porque deberá evaluar si te han contagiado alguna [enfermedad de transmisión sexual \(ETS\)](#) y si tienes lesiones internas.

La mayoría de las áreas disponen de teléfonos a donde se puede llamar para que te digan adónde te puedes dirigir para recibir ayuda médica en caso de que te violen. Tal vez prefieras que te acompañe un buen amigo o un familiar para apoyarte, sobre todo si estás muy alterado o te sientes inseguro. Algunos centros de atención para víctimas de violaciones también ofrecen acompañantes para que no estés solo. También puedes llamar al servicio de atención telefónica nacional sobre asaltos sexuales (800) 656-HOPE.

Si aún no has cumplido 18 años y no quieres que tus padres sepan que te han violado, pregunta en el centro de atención para víctimas de violaciones sobre las leyes que se aplican en tu área. Muchas jurisdicciones tratan las revisiones médicas relacionadas con las violaciones con confidencialidad, pero algunas de ellas requieren que se informe a un padre o tutor.

Deberías recibir atención médica de inmediato **sin** cambiarte de ropa, ducharte ni lavarte las partes íntimas. Puede ser duro no lavarse, por descontado; forma parte del instinto natural humano lavarse para eliminar cualquier indicio de la violación. Pero que te exploren de inmediato es la mejor forma de asegurarse de que recibes un tratamiento médico adecuado.

La atención médica inmediata también ayuda cuando la gente quiere denunciar el delito, al facilitar las pruebas necesarias para procesar al violador. Aunque al principio creas que no quieres denunciar la violación, podrías cambiar de opinión más adelante (algo que suele ocurrir). Y el hecho de contar con una revisión médica te podría ayudar a hacer la denuncia. (De todos modos, hay leyes, conocidas como "leyes de prescripción", que solo permiten que pase cierta cantidad de tiempo para procesar un delito. Por lo tanto, asegúrate de saber de cuánto tiempo dispones para denunciar una violación. El centro de atención para víctimas de violaciones te puede informar sobre las leyes de tu área.)

El hecho de que no te exploren justo después de la violación no significa que no te puedas hacer una revisión más adelante. De todos modos, siempre es mejor ir al médico justo después de la violación. Una persona que haya sido víctima de una violación puede ir a un médico o a una clínica de su localidad para que evalúen si le han contagiado una ETS, está embarazada o presenta lesiones en cualquier momento después de la violación. En algunos casos, los médicos hasta pueden recoger algunas pruebas varios días después de la violación.

¿Qué ocurre durante la revisión médica?

Si vas a un hospital después de ser víctima de una violación, un psicólogo, terapeuta o trabajador social con experiencia te escuchará mientras explicas lo que te ha ocurrido. El hecho de hablar con un profesional que sepa escuchar te puede ayudar a empezar a expresar algunas de las emociones que estarás sintiendo a fin de que puedas empezar a tranquilizarte y a sentirte seguro de nuevo.

Ese profesional también hablará contigo sobre la exploración médica y lo que implica. Por descontado, la jurisdicción de cada estado dispone de requisitos distintos, pero he aquí algunas de las cosas que pueden ocurrir durante la revisión médica:

- Un profesional de la medicina te pasará pruebas para saber si has contraído alguna ETS, incluyendo el VIH/SIDA. Estas pruebas pueden implicar tomar muestras de sangre o de saliva. Aunque la idea de contraer una ETS a consecuencia de una violación asusta mucho, cuanto antes se sepa que una persona ha contraído una infección, con mayor eficacia se podrá tratar. Los médicos pueden iniciar cursos de tratamiento de ETS de inmediato, incluyendo el VIH/SIDA, que aumentarán considerablemente tus probabilidades de protegerte contra esas enfermedades.

- Si eres una chica, un profesional de la medicina te puede tratar para prevenir un embarazo no deseado, si es lo que tú deseas.
- Un profesional de la medicina te explorará por dentro para saber si presentas alguna lesión a consecuencia de la violación.
- Un profesional de la medicina o un técnico con experiencia te explorará y tomará muestras de pelo, piel, uñas o fluidos corporales del violador que detecte en tu ropa o en tu cuerpo.
- Si crees que te dieron una droga para violarte, un profesional de la medicina o un técnico también lo analizará. Ten en cuenta que esta **prueba de toxicología** cubre todas las drogas ilegales.

En cualquier momento de la exploración médica podrás decir si no quieres que te hagan determinados análisis o que recojan ciertas pruebas. Todos los procedimientos se harán para ayudarte, por lo que tú tienes todo el control sobre qué procedimientos quieres que te hagan y cuáles *no*.

Afrontar tus sentimientos

Una violación no solo es una lesión de carácter físico sino que también es traumática desde el punto de vista emocional. Una atención emocional adecuada, junto con el apoyo y el consuelo, puede ayudar a una persona a iniciar el proceso curativo y de recuperación y a prevenir problemas persistentes en el futuro.

Una persona víctima de una violación puede sentir muchas cosas: enfado, ira, degradación, miedo, bloqueo o confusión. También es normal que una persona que ha sido violada sienta vergüenza. Hay personas que se aíslan de sus amigos y parientes. Y hay otras que nunca quieren estar solas. Algunas personas se sienten [deprimidas](#), [ansiosas](#), o nerviosas.

A veces, los sentimientos y emociones que desencadena una violación se manifiestan de formas físicas, como en forma de problemas para dormir o de alimentación. Puede costar concentrarse en las clases o participar en las actividades de cada día. A veces, puedes tener la sensación de que nunca superarás el trauma de la violación. Los expertos se suelen referir a estas emociones (y a sus efectos corporales), como síndrome del **trauma de una violación**. La mejor forma de superarlo es con la ayuda de un buen profesional.

Puede ser muy duro pensar en una experiencia tan aterradora, sobre todo en algo tan personal como una violación. Hay gente víctima de una violación que evita pedir ayuda porque teme que hablar sobre ello le traiga recuerdos o emociones demasiado dolorosos. Pero esto les puede hacer más mal que bien.

www.psicoadolescencia.com.ar

Hablar sobre la violación en un ambiente seguro con la ayuda y el apoyo de un profesional preparado y con experiencia es la mejor forma de asegurar una buena recuperación a largo plazo. Elaborar y trabajar el dolor, cuanto antes mejor, puede ayudar a reducir los síntomas, como las pesadillas y los recuerdos recurrentes o flashbacks. También contribuye a evitar comportamientos y emociones potencialmente nocivos, como una depresión mayor o [conductas auto-lesivas](#).

Cada persona víctima de una violación elabora sus sentimientos de una forma diferente. Hay gente que se siente más cómoda en sesiones individuales hablando cara a cara con un terapeuta. Otros comprueban que el hecho de unirse a un grupo de apoyo, donde se conectan con personas que han sido víctimas de violaciones, les ayuda a encontrarse mejor, les devuelve el poder y pueden seguir adelante con sus vidas. En un grupo de apoyo, puedes obtener ayuda, al tiempo que la das. Tus experiencias y tus ideas pueden ayudar a otras personas a recuperarse.

Revisado por: [D'Arcy Lyness, PhD](#)

Fecha de revisión: agosto de 2015

<https://kidshealth.org/es/teens/rape-what-to-do-esp.html#>

SI SU HIJO ES VIOLADO

2. INFORMACION PARA PADRES

La violación - relaciones sexuales forzadas, no deseadas - puede ocurrir a hombres y mujeres de cualquier edad. La violación es un asalto sexual. No se trata de amor o sexo. Se trata de poder. Un violador usa fuerza o violencia real o amenazada para ejercer control sobre otra persona. Algunos violadores usan drogas o alcohol para quitar la capacidad de una persona para defenderse.

La violación es un delito, no importa si la persona que comete la violación es un extraño, un conocido, una [cita](#) , un amigo o un miembro de su familia.

Alguien que ha sido violado necesita atención médica, comodidad, comprensión y apoyo. Esto es lo que debe hacer si su hija o hijo es víctima de una violación.

Como decir

Si su hijo es agredido sexualmente, él o ella puede elegir no decírselo. Los preadolescentes y adolescentes a menudo solo confían en sus amigos sobre cuestiones profundamente personales, y, desafortunadamente, algo tan grave como la violación no es una excepción.

Además, las leyes en algunos estados no requieren que los padres sean notificados si un adolescente menor de 18 años ha llamado a un centro de crisis por violación o visitado una clínica para su evaluación.

Pero incluso si su hijo no confía en usted, algunos signos pueden indicar que está teniendo problemas emocionales, ya sea por violación u otra cosa, y necesita su ayuda. Por ejemplo, su hijo podría:

- actuar inusualmente irritable, temperamental o de mal humor
- parece enojado, asustado o confundido
- sentirse deprimido, ansioso o nervioso, especialmente por estar solo
- retirarse de amigos y familiares
- tiene problemas para dormir
- tener cambios en el apetito
- ser incapaz de concentrarse en la escuela o participar en actividades cotidianas

Estos pueden ser signos de [trastorno de estrés postraumático \(TEPT\)](#) o lo que a veces se llama síndrome de trauma de violación. Si ve síntomas como estos, acérquese y hágalos saber a su hija o hijo que siempre está disponible para escuchar, pase lo que pase.

Si su hijo todavía no se abre y continúa sospechando algún tipo de trauma o angustia, busque [la](#) ayuda de un [terapeuta](#) para llegar a la raíz del problema.

Buscando atención médica

Si descubre que su hijo es víctima de violación, es importante buscar ayuda lo antes posible. Las violaciones se dividen en dos categorías: **violaciones agudas** (que ocurren en las últimas 72 horas) y **violaciones no agudas** (que sucedieron hace más de 72 horas).

Violaciones agudas. Si la violación ocurrió dentro de las últimas 72 horas (3 días), lleve a su hijo a la sala de emergencias inmediatamente, llame a la policía o llame a una línea directa de crisis por violación. Las líneas directas pueden ofrecer orientación sobre qué hacer, incluso encontrar un hospital cercano que tenga un programa creado especialmente para atender a las víctimas de violación. La línea nacional de agresión sexual al **(800) 656-HOPE** es una que puede llamar. (También puede llamar a la policía para denunciar el asalto antes de ir al hospital, pero sepa que los médicos y las enfermeras generalmente informan sobre agresiones sexuales a las autoridades).

En el hospital, su hijo será examinado para [detectar enfermedades de transmisión sexual \(ETS\)](#) (también llamadas infecciones de transmisión sexual o ITS) y lesiones internas. Muchos centros médicos tienen personas capacitadas para atender a alguien que ha sido violado, como un forense forense (FNE) o un examinador de enfermería de agresión sexual (SANE).

Si es posible, busque atención médica antes de que su hijo se haya cambiado de ropa, se haya duchado o se haya duchado. Puede ser difícil no limpiar, por supuesto, es un instinto humano natural eliminar todas las huellas de un ataque sexual. Pero ser examinado de inmediato es la mejor manera de garantizar un tratamiento médico oportuno y ayudar con la recolección de evidencia.

En la mayoría de los estados o ciudades, el margen de tiempo para reunir evidencia médica de una violación aguda generalmente es dentro de las primeras 72 horas. Pero algunas jurisdicciones tienen un umbral de tiempo más largo, como hasta 96 horas o incluso 2 semanas.

Después de recibir atención médica adecuada, notifique a la policía si aún no lo ha hecho. La policía tomará un informe y documentará el incidente, además de recolectar cualquier evidencia.

Violaciones no agudas. Si la violación ocurrió hace más de 72 horas (3 días), llame a la policía. También puede llamar a una línea directa de crisis por violación para obtener asesoramiento sobre los siguientes pasos, incluso hablar con la policía y obtener una evaluación médica. La policía querrá tomar un informe y documentar el incidente, así como recoger cualquier evidencia. Después de eso, su hijo debe obtener una evaluación médica.

Qué esperar durante el examen

Antes del examen, un médico, enfermera, consejero o trabajador social capacitado escuchará a su hija o hijo hablar sobre lo que sucedió. Esta conversación dirigirá el tratamiento médico y puede ayudar con la investigación del crimen. Hablar con un oyente entrenado también ayuda a su hijo a liberar algunas de las emociones asociadas con la experiencia, y puede ayudarlo a sentirse tranquilo y seguro otra vez.

El profesional médico también puede hablar sobre el examen, lo que implica y solicitar el consentimiento de los padres. Cada estado o jurisdicción puede tener requisitos diferentes, pero es probable que la mayoría de los exámenes médicos (tanto para casos de violación aguda como no aguda) incluyan estos pasos:

Si su hijo ha pasado por la pubertad:

- Un profesional médico puede evaluar ETS / ITS, incluido el [VIH / SIDA](#) . Estas pruebas pueden incluir tomar muestras de sangre o saliva. Aunque la idea de tener una ETS después de una violación es extremadamente aterradora, cuanto más rápida se diagnostique, más eficazmente se la puede tratar. Los médicos pueden iniciar a su hijo en cursos de tratamiento inmediato para ETS, incluido el VIH / SIDA, que pueden ayudar a proteger contra el desarrollo de estas enfermedades.
- Si su hija es violada, un profesional médico puede tratarla por un embarazo no deseado, si así lo desea. La anticoncepción de emergencia es más efectiva cuando se administra lo antes posible, pero puede administrarse hasta 120 horas después del coito.
- Un profesional médico examinará a su hijo interna y externamente para verificar si hay alguna lesión que pueda haber sido causada por la violación.
- Un profesional médico o un técnico capacitado puede buscar y tomar muestras del cabello, la piel, las uñas o los fluidos corporales del violador de la ropa o el cuerpo de su hijo.
- Si cree que a su hijo se le ha administrado un medicamento de violación, un médico o técnico también puede evaluarlo.
- Las imágenes de cualquier lesión se pueden tomar para fines de documentación.

Si su hijo aún no ha pasado por la pubertad:

- Un profesional médico puede evaluar ETS, incluido el VIH / SIDA. Estas pruebas pueden incluir tomar muestras de sangre o saliva. Aunque la idea de tener una ETS después de una violación es extremadamente aterradora, cuanto más rápida se diagnostique, más eficazmente se la puede tratar.
- Un profesional médico llevará a cabo un examen externo de su hijo para verificar si hay alguna lesión que pueda haber sido causada por la violación.
- Un profesional médico o un técnico capacitado puede buscar y tomar muestras del cabello, la piel, las uñas o los fluidos corporales del violador de la ropa o el cuerpo de su hijo.
- Si cree que a su hijo se le ha administrado un medicamento de violación, un médico o técnico también puede evaluarlo.
- Las imágenes de cualquier lesión se pueden tomar para fines de documentación.

Incluso si su hijo no es examinado de inmediato, eso no significa que no pueda someterse a un control más adelante. Una persona puede acudir a un médico o clínica local para que se le realice un control de ETS, embarazo o lesiones en cualquier momento después de haber sido violada. En algunos casos, los médicos incluso pueden reunir pruebas varios días después de que se ha producido una violación.

Exámenes importantes para enjuiciar a un crimen

Se recomienda obtener atención médica no solo para garantizar la salud y seguridad de su hijo, sino también para proporcionar documentación para futuras investigaciones criminales. Los centros médicos y hospitales a menudo denuncian un ataque sexual (o presunta agresión sexual) a la policía. Si un caso criminal es perseguido por las autoridades, los exámenes médicos pueden ayudar a proporcionar la evidencia necesaria para enjuiciar al violador. Tenga en cuenta que los plazos de prescripción de violación le dan a una persona solo una cierta cantidad de tiempo para iniciar acciones legales, por lo tanto, asegúrese de saber cuánto tiempo debe denunciar la violación. Un centro local de crisis por violación puede aconsejarle sobre las leyes en su estado.

Dirigiéndose a la salud emocional

Aquellos que han sido violados a veces evitan buscar ayuda porque temen que hablar de ello les traiga recuerdos o sentimientos que son demasiado dolorosos. Pero esto en realidad puede hacer más daño que bien.

Buscar la ayuda y el apoyo emocional de un profesional capacitado es la mejor manera de garantizar la curación a largo plazo. Trabajar a través del dolor más temprano que tarde puede ayudar a reducir síntomas como pesadillas y recuerdos. También puede ayudar a alguien a evitar conductas y emociones potencialmente dañinas, como la depresión mayor o la autolesión.

Cómo funcionan los sobrevivientes de violación a través de los sentimientos puede variar. Pregúntele a su hijo qué tipo de asesoramiento es preferible: algunas personas se sienten más cómodas hablando individualmente con un terapeuta. Otros encuentran que unirse a un grupo de apoyo donde puedan

www.psicoadolescencia.com.ar

estar con otros sobrevivientes les ayuda a sentirse mejor, recuperar su poder y seguir adelante con sus vidas. En un grupo de apoyo, pueden obtener ayuda y ayudar a otros a sanar compartiendo sus propias experiencias e ideas.

Revisado por: [D'Arcy Lyness, PhD](#)

Fecha de revisión: agosto de 2015

<https://kidshealth.org/en/parents/rape.html?WT.ac=ctg#>