

- Si su atacante trata de moverlo a otra área, haga cualquier toma para prevenir eso.

Sobrevivir la Violación

- Reporte la violación ó el asalto sexual a la policía llamando al 9-1-1 ó a un centro de crisis de violación. Lo más pronto que usted diga, lo más pronto que su atacante podrá ser capturado.
- Preserve toda evidencia física. No tome una ducha, no se bañe, no cambie su ropa, no lavado vaginal, ó tire nada que usted llevaba durante el ataque—ni limpie sus uñas.
- Vaya a una sala de emergencia ó a su médico para que analizen su situación. No vaya sólo. Pídale a un amigo ó a miembro de la familia que la lleve y que la espere hasta que se examen se termine.
- Obtenga consejería para ayudarlo a tratar con lo que sucedió. El asalto sexual es físicamente y emocionalmente.
- Recuerde constantemente que *no es su culpa*.



Contáctenos

Para más información de el asalto sexual, en la seguridad personal, y en otros asuntos de prevención de el crimen, contacte el Equipo de Recursos de Comunidad de el Departamento de Sheriff de el Condado de Pima al (520) 351-4615. Estaremos felices de hablar con usted acerca de materias educativas, acerca de los folletos, y acerca de las presentaciones de la seguridad. ¡Llame hoy!



Pima County Sheriff's Department

Clarence W. Dupnik
Sheriff of Pima County

Community Resources Unit
1750 E. Benson Highway
Tucson, Arizona 85714

Phone: (520) 351-4615
Fax: (520) 351-4902
www.pimasheriff.org



Help me, McGruff . . .
**TAKE A BITE OUT OF
CRIME™**

Crime Prevention Tips From
National Crime Prevention Council
1700 K Street, NW, Second Floor
Washington, DC 20006-3817
www.weprevent.org

Pima County Sheriff's Department

El Asalto
Sexual es
de Poder,
el Control,
y Enojo



Sheriff Clarence W. Dupnik

1750 E. Benson Highway
Tucson, Arizona 85714



Asalto Sexual

No enmascare los hechos acerca de el asalto y la violación sexual con mitos y estereotipos. El asalto y la violación sexual son actos de violencia, y le pueden suceder a cualquiera. Los atacadores y los violadores pueden ser cualquiera—extranjeros, vecinos, novios y maridos, colaboradores, compañeros de clase, miembros de la familia, é incluso amigos. De hecho, la mayoría de las víctimas conocen a sus agresores.

Aquí están las buenas noticias: Usted puede hacer mucho para reducir su riesgo de el asalto sexual. Practicar los puntos siguientes es una manera buena de empezar:



Utilice la Cabeza

- ¡Esté alerta! Camine con confianza y propósito.
- Camine en partes con buena luz y NUNCA camine sólo. Pregunte a un colaborador ó a un vecino que lo acompañe.
- Esté enterado de sus alrededores—sabe quién está alrededor de usted y lo que pasa.
- No permita que las drogas ni el alcohol nublen su juicio.
- Confíe en su instintos. Si su instintos le dicen salte, entonces salte—inmediatamente. ¡Si usted se siente incómodo ó inquieto, vayase!
- Si usted piensa que usted esta siendo seguido, cambie de direccion y busque tiendas abiertas, restaurantes, ó una casa con luz.

Cómo Protegerse

- Cerciórese que todas las entradas (ventanas, puertas de vidrio, puertas de patio) esten cerradas siempre con cerraduras firmes.
- Nunca abra su puerta a extranjeros. Utilice un espectador con angular grande y hagalos que muestren identificación.
- Tenga cuidado de lugares aislados—sótanos, cuartos de lavar, y estacionamientos.
- Conozca sus vecinos para que usted los pueda visitar si usted necesita ayuda.
- Si usted vuelve a casa y ve una puerta entreabierto ó una ventana rota, llame a la policía inmediatamente y no entre el edificio.
- Trote, corra, ó camine con un amigo y permanezca en áreas bien-viajados.
- Mantenga su distancia cuando alguien en un coche le pida direcciones.
- Use ropa y zapatos en los que usted se pueda mover libremente.



- Tenga su llave lista antes de que usted llegue a la puerta—en la casa, la oficina, ó el coche.
- Siempre cierre su coche. Mire dentro de el coche andes de entrar.
- No haga autostop ni recoja a autoestopistas. Utilice su teléfono celular para pedir ayuda para autovilistas desamparados—no para.

Qué hacer si el inconcebible sucede

Es desagradable é incluso que da miedo pensar acerca de eso, pero la mejor manera de prevenir ó sobrevivir un ataque es planear en adelantado cómo usted reaccionaría ante un asalto potencial. ¿Correría usted y chillara, ó trataría de defenderse? Algunos atacadores aspirantes llegarán a ser más violentos si sus víctimas tratan de defenderse. Cualquier que sea su decisión, este seguro y preparado para llevar hasta el fin.

- Hable, entretengase, y evalúe su situación.
- La prueba para escapar. ¡Sea grosero! ¡Chille! ¡Grite! ¡Patée! ¡Pelée! ¡Corra!
- Si su atacador tiene un arma ó las intenta moverlo a otra área, haga cualquier cosa para permanecer vivo.