

SEMILLAS PARA EL CAMBIO



AÑO 5 NUM. 2

Boletín del Centro de Ayuda a Víctimas de Violación

Revisión 1998

Medidas de Precaución

Esta edición de nuestro boletín continúa con el tema de cómo podemos ayudar a prevenir una violación.

En las páginas siguientes presentamos una serie de medidas de precaución y seguridad que pueden ser útiles en la medida en que las integremos a nuestra vida cotidiana.

Urge que esta información llegue a la mayor cantidad posible de adolescentes y mujeres y que las motivemos a efectuar

unos cambios de conducta e implantar estas medidas de precaución en su vida diaria.

Las profesionales de ayuda del CAVV pueden ayudarte, brindándote información y orientación **ahora**, cuando estamos a tiempo para precaver y no tener que lamentar. Eso sí, estamos conscientes, como señalamos en el boletín anterior, de que la solución al problema de la violación no está en las manos de nosotras, las mujeres; sin embargo, ello no significa que nos quedemos cruzadas de brazos, ignorantes, temerosas, y por tanto, más susceptibles de convertirnos en otra víctima más.

Pre-ca-ver:

**prevenir un riesgo,
daño o peligro para
guardarse de él
y evitarlo**

El impacto de una violación no se limita sólo a la persona agredida. En las profesionales de ayuda, cada ataque a la dignidad y la vida de un ser humano provoca dolor, coraje y emociones parecidas a las que siente la persona violada. Cada enfrentamiento con la violencia nos lleva a reflexionar sobre nuestras propias historias y nuestras experiencias con la violencia.

Por eso, cada mujer que se esfuerza por

recuperar el control de su vida después de ser violada, cada mujer que decide luchar porque se le haga justicia, cada joven que busca conocer y afirmar sus derechos y su valor como persona nos brindan ánimos y esperanzas para continuar este trabajo.

Como un sencillo reconocimiento a todas ellas -a todas las mujeres que han logrado evadir la violación, a todas las víctimas que aún luchan por retomar el control de sus vidas, a todas las sobrevivientes, y a todas las profesionales de ayuda y personal de apoyo: les dedicamos esta edición de nuestro boletín.

Quién, cómo, dónde de una agresión sexual

Al repasar la información de las víctimas que han acudido al CAVV durante los pasados ocho años, sobresalen algunos datos que sugieren un perfil de las víctimas adultas y los escenarios de violación.

Edad de la víctima adulta: entre los 21 y los 30 años.

Lugar de contacto inicial: La casa de la víctima, y la vía pública.

Lugar donde ocurrió la violación: En la inmensa mayoría de los casos, en la propia casa de la víctima.

Cómo llegó el violador: Dos variables son las más frecuentes: el violador forzó la entrada a la residencia de la víctima, o la ataca por sorpresa. En tercer lugar, víctima y victimario habitan en la misma casa. Con menor frecuencia, el agresor hace uso del engaño para lograr la admisión a la residencia. Y menos frecuente, la víctima ha pedido favor al victimario.

Tipo de amenaza: La mayoría de las veces, los violadores recurrieron a amenazas verbales (matarla o hacerle daño a los hijos); casi con la misma frecuencia usaron un arma de fuego; el tercer tipo de amenaza más utilizado fueron los golpes físicos.

Delitos que se cometieron: Violación por la fuerza, actos lascivos, sodomía fueron los más frecuentes.

Otros delitos: Además de los delitos contra la víctima, se incluyen secuestros, robos, escalamientos y amenazas.

La mayoría de las violaciones a mujeres adultas siguen ocurriendo de noche; no se observa una diferencia notoria entre los días de la semana (lunes a jueves) y los fines de semana.

Efecto de variables en una violación

Mujeres que escaparon

Atacadas de día
(6:00 a.m. - 6:00 p.m.)

Fuera de la casa o edificio

El acercamiento se hizo de forma verbal, manipulativa

Ausencia de armas.

No se usó fuerza física.

Atacadas por un desconocido.

Su preocupación principal fue no ser violada.

Usaron múltiples estrategias de defensa.

Usaron estrategias físicas, como gritar y pelear.

(Tomado del libro *Stopping Rape*)

Mujeres violadas

Atacadas de noche
(6:00 p.m. - 6:00 a.m.)

Dentro de una casa o edificio

El abuso sexual fue parte de otro delito (por ej.: escalamiento)

Presencia de armas.

Uso de fuerza física.

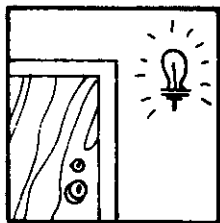
Atacadas por un conocido.

Su preocupación principal fue no ser asesinada.

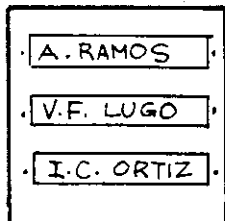
Usaron una sola estrategia de defensa.

Usaron estrategias como hablar y suplicar.

Medidas de Precaución en tu casa o apartamento:



***Asegúrate que haya buena iluminación en la entrada, que las puertas tengan buenas cerraduras, y si vives en planta baja, que haya rejas en las ventanas y lugares de acceso.**

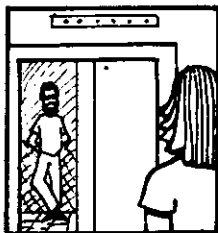


***Si vives sola o con otras mujeres, no uses tu nombre completo en el apartado de correos: escribe sólo la inicial de tu primer nombre y tus apellidos. Haz lo mismo para la guía telefónica.**



***Conoce las entradas y salidas de emergencia de tu edificio, y las rutas de acceso a la calle.**

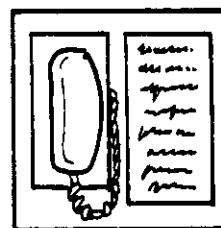
***Mantente alerta en las escaleras o pasillos entre edificios donde puede esconderse un agresor.**



***En un ascensor: tienes la opción de no entrar si te topas sola con un sospechoso. Si ya estás adentro, quédate cerca del panel de control para que tú puedas apretar los botones. En caso necesario, aprieta todos los botones, incluyendo el de emergencia ("Alarm", como le dicen en Castilla la vieja), sal cuanto antes del ascensor.**



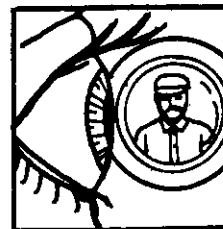
***Cuando regreses a tu casa por la noche, ten las llaves en la mano antes de llegar a la puerta. Si vienes acompañada, pide a tus amistades que no se marchen hasta que entres a tu casa.**



***Mantén a la mano (cerca del teléfono y junto a tu cama) una lista con los teléfonos de los vecinos más accesibles, que podrían ayudarte en caso de una emergencia.**



***Conoce a tus vecinos y el "movimiento" normal del vecindario, así podrás notar la presencia de extraños y sospechosos. Más aún, una relación de comunidad con tus vecinos puede ser una protección eficaz, sobre todo si algunos de ellos pasan la mayor parte del tiempo en sus casas.**



***Nunca abras la puerta si no estás completamente segura de quién está tocando. Mira por el ojo de la puerta. Si es un hombre que viene a prestar algún servicio, pide identificación, y mientras esté trabajando en tu casa no te descuides ni lo pierdas totalmente de vista.**

¿Sabes ser precavida

*Recuerda que un agresor espera una víctima débil y pasiva, así que si caminas muy despacio o distraída, puedes ser el blanco del atacante. Aun cuando te halles perdida o en un barrio que no conoces, camina con paso seguro, luciendo confiada y segura de dónde vas.

*Ten bien clara la dirección a donde vas y cómo vas a llegar, haz planes para la transportación **antes** de salir de tu casa, escuela o lugar de trabajo.

Si debes preguntar por una dirección o indicaciones de cómo llegar a un sitio, muéstrate dueña de la situación, no dejes entrever nerviosismo o temor.

*No camines pegada del interior de la acera, cerca de arbustos, entradas de callejones o de sitios privados.

*Por la noche, no camines por parques de estacionamiento, centros comerciales ni parajes oscuros.

*No camines sola si te sientes alterada (por ejemplo, si acabas de pasar un mal rato bien grande, si has recibido una mala noticia, etc.), o si estás enferma o bajo los efectos de drogas o alcohol. Busca a una amiga o persona de confianza para que te acompañe, de lo contrario, mantente especialmente alerta.

*Deja tus manos libres todo el tiempo; carga sólo los paquetes que puedas llevar cómodamente. Usa los bolsillos y la cartera: fíjate que los hombres llevan sus manos libres.

*Toma en consideración cómo te vistes, sobre todo si vas a usar transporte público o a caminar. Los tacos altos y las faldas estrechas serán muy coquetos pero poco prácticos para permitirte correr, patear o defenderte de otro modo.

*Mientras esperas a un(a) amigo(a) o el cambio de luz para atravesar la calle, presta atención a cómo te paras: mantén los pies juntos, el cuerpo bien balanceado y las manos fuera de los bolsillos, libres para poder accionar y para dificultar que te puedan sorprender por detrás.

*Mantente alerta a los autos que pasen frente o junto a ti, fíjate en las personas que se te acerquen y en lo que ocurre a tu alrededor.

*Si sientes que te siguen, cambia el paso- más rápido o más lento-para ver qué pasa. Cruza la calle, camina por en medio de la calle, quédate cerca del alumbrado.

Al usar tu carro

*Antes de subir, revisa el asiento de atrás y el baúl.

*Mientras conduces, mantén las puertas cerradas con seguro y tu ventana tan solo un poco abierta; las demás deben estar cerradas.

*Estaciona en lugares iluminados.

*Si se te daña tu auto, recuerda que aceptar pon de desconocidos es peligroso; si no te queda más remedio, trata de que sea con una mujer.

*Por más pena que sientas: no le des pon a un extraño, ni te detengas, ni ofrezcas ayuda en una carretera. Mejor llega hasta un teléfono seguro y avisa a la policía para que ésta asista a quien necesite.



No hay excusas para la agresión sexual

en la calle?



Y si te sientes en peligro...

- * Corre hacia un lugar seguro alumbrado o donde haya gente. Cuando empieces a correr hazlo como si estuvieras compitiendo en las olimpiadas y grita todo el tiempo.
- * No temas hacer un escándalo: lo más importante en ese momento es llamar la atención de otras personas con la esperanza de que te escuchen y te ayuden.
- * Si llevas un pito en la cartera, úsalo desde el primer momento para llamar la atención.
- * Si llevas una pistola de gas asegúrate que sabes usarla, que está en buen estado, y mantenla en un lugar donde la puedes encontrar y usar rápidamente.

Al usar transporte público

* Siéntate cerca del conductor, sobre todo si no estás segura a donde te diriges.

* Mantente alerta, no te distraigas: así notarás a tiempo si se desvía de la ruta.

* Mantén la ventanilla un poco baja por si tienes que gritar.

* Mantén los paquetes o tu cartera con la mano izquierda y la mano derecha cerca del mango de la puerta. Así puedes usar los paquetes o la cartera para golpear, mientras puedes salir rápidamente.



Ilustración CTIM

Derechos de una víctima de agresión sexual

A pesar de las precauciones que pueda tomar, ninguna mujer está exenta de la amenaza de una violación porque, como hemos dicho, son los hombres quienes tienen que dejar de agredirnos. Por eso, dentro de las medidas de prevención debemos recordar cuáles son nuestros derechos e incluir unas primeras indicaciones sobre qué hacer en caso de una agresión sexual.

Derecho a recibir servicios de orientación y consejería gratuitos para ella y su familia por un personal cualificado.

Derecho a recibir atención médica adecuada. Si eres víctima de abuso sexual, puedes dirigirte a la sala de emergencia del hospital más cercano o a un Hospital Regional o Sub-Regional, o al Centro de Ayuda a Víctimas de Violación en el Centro Médico de Río Piedras. En un Centro de Diagnóstico o Centro de Salud Familiar sólo te brindarán atención para estabilizarte y luego te referirán como emergencia a uno de los hospitales mencionados.

Si la víctima es adulta y vive en el área metropolitana se atenderá en el Hospital Municipal; si vive en otro pueblo de la Isla y fue abusada en el área metropolitana, se atenderá en el Hospital Universitario. La persona designada para atender mujeres víctimas de abuso sexual será el/la ginecólogo/a; para atender hombres víctimas de abuso sexual, será el/la cirujano/a.

En el caso de adultos, toda agresión sexual reportada durante los 7 días siguientes al abuso se considerará como una emergencia. El hospital debe proveer una sala o habitación privada mientras la persona espera y para practicar el historial, examen y toma de muestras.

El examen médico adecuado debe incluir prevención y tratamiento contra enfermedades venéreas, infección, embarazo (si la mujer así lo desea), y trauma físico, además de una prueba para detectar contaminación de HIV. Estos exámenes deberán repetirse a los seis meses. El médico nunca debe examinar a una paciente de violación a solas. La presencia de una enfermera es imperativa.

El médico no debe diagnosticar, ya que la violación no es un diagnóstico médico. El examen médico no puede probar o desaprobar una agresión sexual. Esta decisión es propia del Tribunal. El médico sólo

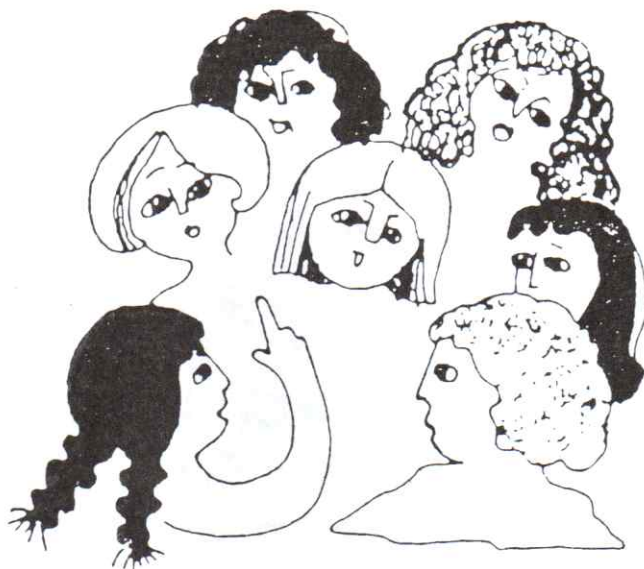


Ilustración Fempress

deberá anotar descripciones de sus observaciones (golpes, sangre, irritación, inflamación, laceraciones, secreciones).

Derecho a ser orientada sobre la posibilidad de procesar un caso civil.

Derecho a radicar una querrela ante la Unidad de Delitos Sexuales de la Policía y a ser informada sobre los procedimientos de ley en los casos de violación y sobre su rol como testigo del pueblo. La decisión de informar o no a la policía es de la víctima. Si decides procesar al agresor es importante acumular evidencia: no te afees, no te bañes ni te apliques una ducha vaginal ni medicamentos y trata de no orinar ni defecar. Si es posible, no te cambies de ropa; si tienes que hacerlo guárdala en una bolsa de papel. No alteres el escenario físico donde ocurrieron los hechos.

En el hospital, el ginecólogo recogerá la evidencia médico-legal previa la autorización de la víctima y, en caso de que la víctima ya haya radicado una querrela, llamará para que la Policía pase a recoger la evidencia lo antes posible. En caso de no haber radicado querrela, el hospital guardará la evidencia médico-legal por dos semanas, y de no ser reclamada por un agente de la Policía en ese período, dispondrá de ella.

**Recuerda: En el CAVV podemos brindarte más información y consejería.
¡Llámanos hoy mismo!**

Algunas experiencias de mujeres puertorriqueñas para evadir la violación

Como en este momento no conocemos ningún estudio parecido al que publicaron las investigadoras Bart y O'Brien (**Stopping Rape**) acudimos a la memoria de las profesionales de ayuda del CAVV para obtener información sobre el tema.

Estas coincidieron en que la mayoría de los casos donde las mujeres lograron evadir la violación, el atacante no llevaba un arma, y recuerdan que las evasiones ocurrieron tanto de día como de noche.

— En uno de los casos, la mujer tenía unos 27 años y había asistido en su propio carro a una reunión social. Durante el transcurso de la noche una amiga le pide prestado su carro, y entonces ella le pide pon a uno de los invitados del grupo.

Cuando van de camino a su casa, el hombre comienza a hacerle proposiciones sexuales, y ante las negativas de ella, comienza a actuar agresivamente y hostil. De repente, él se desvía del camino y toma una ruta desconocida para la mujer.

En esas circunstancias, la mujer decide no enfrentarlo por ese camino que ella no conoce, y comienza a hablarle hasta convencerlo de que vayan a un motel. En cuanto llegan y el hombre se dirige al encargado para pagar, ella aprovecha para salir del carro y avisarle al encargado que llame a la policía inmediatamente porque ella no está allí por su propia voluntad. Ante la reacción de la mujer el hombre se asustó y abandonó el lugar.

— En otro caso, una mujer que también fue atacada estando en un carro, de noche, se defendió hablándole constantemente al hombre sobre sus creencias religiosas, su familia, hasta que logró convencerlo de que la dejara ir.

Otra profesional relata dos casos impresionantes, pues tratan de adolescentes que lograron evadir el ser violadas.

— Uno de los casos se dio en medio de un asalto a una residencia. Eran tres hombres armados; mientras dos de los sujetos encañonan a la familia, uno de ellos agarra a la joven de 17 años para ir a buscar los objetos de valor que pudiera haber en los cuartos. Una vez que llegan a una de las habitaciones, el hombre comienza su intento de violación.

La joven, sin embargo, se acuesta en el piso, se encoge toda, amarrando sus manos alrededor de sus rodillas y forcejea para no permitir que el hombre la toque. Simultáneamente, no cesa de hablarle, gritarle, insultarle, resistirse.

El asaltante no logró violarla.

— El segundo caso es el de una niña de trece años; el incidente ocurrió durante una visita a sus abuelos que viven en una finca en el campo. Ese día, el mayordomo que la conoce desde pequeña, la invita a dar un paseo por la finca. Cuando se hallan en el extremo más lejano de la casa, el hombre se sienta en el pasto, y le dice: "Ven acá, siéntate aquí y vamos a besarnos". La niña le responde secamente: "Usted no me tiene que besar". El hombre insiste y la amenaza pero la niña se mantuvo firme y le reclamó "Lléveme a mi casa". El hombre la devolvió y la niña relató lo que acababa de ocurrirle.

El personal del Centro de Ayuda también recuerda muchos casos de mujeres y niñas que utilizaron estrategias similares para evitar ser violadas y aún así no pudieron evitar la agresión. El relato de las experiencias de estas mujeres no necesariamente debe interpretarse como una recomendación del CAVV para actuar como ellas.



¿Cómo ayudo a prevenir las violaciones a largo plazo?

*Poniendo en práctica las medidas de precaución que aparecen en este boletín.

*Compartiendo esta información y hablando sobre el tema con mis hijas, hermanas, sobrinas, ahijadas y toda mujer a quien quiero y nunca quisiera ver violada.

*Enseñando a nuestras hijas, y a todas las niñas y adolescentes que conozco, a confiar en sí mismas en sus criterios e intuiciones, a expresar sus opiniones y desacuerdos; a valerse por sí mismas, ser independientes y exigir respeto a sus derechos.

*Apoyándolas a practicar deportes incluso los menos "femeninos" y a adquirir destrezas que las hagan más independientes y seguras de sí mismas, de su fuerza y de sus capacidades.

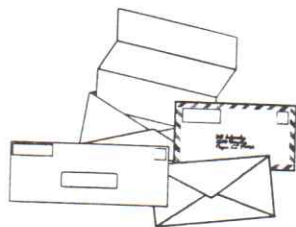
*Organizándome con otras mamás, papás, maestras/os y trabajadoras/es sociales de la escuela para exigir una educación menos sexista y más igualitaria.

*Organizándome para exigir a mis legisladores y a las autoridades que se vele por el respeto a las leyes contra el hostigamiento sexual, la violencia doméstica y la violación.

Y más aún:

1. Promueve los valores de justicia, paz, dignidad y respeto para la convivencia entre los seres humanos, hombres y mujeres.
2. Lucha por la equidad en el hogar, la escuela, el trabajo, la iglesia y en todas las organizaciones donde participas y participen tus hijos/as. Identifica las manifestaciones de discriminación por razón de sexo y ¡combátelas!
3. Reconoce las valiosas aportaciones que han hecho las mujeres a través de la historia.
4. Promueve una educación sexual responsable para niños y niñas desde edades tempranas.
5. Dile que no a los estereotipos sexuales en el hogar, en la escuela y en la educación. Los quehaceres del hogar, las carreras, los oficios y las ocupaciones no tienen sexo.
6. Apoya el trabajo de ayuda a víctimas de la violencia contra la mujer y el establecimiento de más centros para víctimas de violación, albergues para mujeres maltratadas y servicios de ayuda para mujeres.
7. Exige un sistema de administración de la justicia que entienda y responda a las necesidades de las mujeres y que les haga justicia.
8. ¡Denuncia la violencia contra la mujer! ¡Únete a los grupos de mujeres que están trabajando por la paz y justicia! ¡Organiza un grupo entre tus amistades o tu comunidad!

¡Apoya el trabajo de las mujeres
que buscan cambios!



Centro de Ayuda a Víctimas
de Violación

Dept. de Salud
Call Box 70184
San Juan, P.R. 00936

765-2285 Línea de Ayuda
Río Piedras: 756-0910, 756-0920, 756-0930
Fax: 765-7840

¡Defiéndete! ¡Lucha por la paz!

