

**Coordinadores de Programas de Abuso Sexual  
en Nuevo México (continuado )**

**Roswell**

Esperanza House, Inc.  
575-625-1095  
Susan Wilson, L.I.S.W.  
575-623-9385

**Ruidoso**

La Frontera NM  
575-257-5038  
575-437-8680 crisis  
800-634-3666 crisis

**Santa Fe**

Santa Fe Community Guidance  
Center  
505-986-9633  
Solace Crisis Treatment Center  
505-988-1951 • 505-986-9111 or  
800-721-7273 crisis

**Silver City**

La Frontera NM  
575-388-2693 • 800-426-0997 crisis  
Silver Regional Sexual  
Assault Support Services  
575-388-2693 • 800-426-0997

**Socorro**

Socorro Mental Health  
575-835-2444

**Taos**

Community Against Violence  
575-758-8082 • 575-758-9888 crisis  
Tri-County Community Services, Inc.  
575-758-1125

**Truth or Consequences**

La Pinon Sexual Assault Re-  
covery Services  
575-526-3437 (Las Cruces)  
Sierra Vista Hospital  
575-894-2111

**Tucumcari**

Mental Health Resources, Inc.  
575-461-3013  
800-432-2159 crisis

**Unidades de Enfermeras Examinadoras  
de Agresión Sexual en Nuevo México**

**Alamagordo**

SANE Program of Otero and  
Lincoln County  
575-430-9485

(Emergency and Administrative)

**Albuquerque**

Albuquerque SANE Collaborative  
505-883-8720 • 505-884-7263  
Emergency

Para Los Niños, Pediatric Sex Abuse  
Exams

505-272-6849

**Farmington**

Sexual Assault Services of  
Northwest New Mexico  
505-325-2805 • 505-326-4700 or  
866-908-4700 Emergency

**Las Cruces**

Las Cruces La Pinon SANE Project  
575-521-5549 • 575-312-7780 or  
888-595-7273 Emergency

**Las Vegas**

Las Vegas, SANE  
Alta Vista Regional Hospital  
505-718-8215

**Portales**

Arise Sexual Assault Services  
575-226-4665 • 575-226-7263  
Emergency

**Roswell**

Esperanza House SANE Project  
575-625-1457 • 575-625-1095

**Santa Fe**

Christus St. Vincent Regional  
Medical Center SANE Program  
505-913-4999 • 505-989-5952

Emergency

**Silver City**

Silver City/Gila Regional Medical  
Center SANE Program  
575-313-9978

**Taos**

Taos/Holy Cross Hospital SANE  
Program  
575-751-8990 • 575-758-8883  
Emergency

Produced by:  
***New Mexico Coalition of Sexual Assault Programs, Inc.***  
3909 Juan TaboNE, Suite 6  
Albuquerque, New Mexico 87111  
(505) 883-8020 within the Albuquerque area, or toll free  
at 1-888-883-8020 beyond the Albuquerque area  
FAX (505) 883-7530  
E-mail: nmcsap@swcp.com  
Web Site: www.nmcsap.org



Un folleto informativo para las víctimas de violación

**Developed by: Martha Klein, LISW**  
**Legal Aspects by: Jane Farr**

***New Mexico Coalition of Sexual Assault Programs, Inc.***

This project was supported by Subgrant #2012-WF-625 awarded by the NMCVRC. The opinions, findings, conclusions, and recommendations expressed in this publication/program/exhibition are those of the author(s) and do not necessarily reflect the view of the Department of Justice, Office on Violence Against Women.

‘No importa lo que ha ocurrido en su pasado, el mundo necesita sus mejores contribuciones. Usted solo puede dar lo mejor siendo lo mejor de si mismo; y esto solamente es posible si usted considera que merece alivio emocional.’ (Betty Caponera, Ph.D., Overcoming Painful Past Experiences)

### ¿Ahora qué?

Este folleto está diseñado para ayudarle con las cuestiones difíciles después de una violación. Describe lo que es, cómo conseguir la ayuda correcta, cómo entender el sistema legal, y cómo comenzar en su camino a la sanación. Tal vez usted no sienta eso hoy, pero hay esperanza para pasar por esta experiencia.

### ¿Fuí violada?

Esta es la pregunta más común que una víctima se hace después de un acto sexual forzado o coaccionado. Si no se dio consentimiento, su experiencia puede considerarse violación. El consentimiento solamente es posible si usted está completamente coherente (no borracha, drogada, enferma, desmayada), si tiene la edad para consentir o si tiene la capacidad de consentir mental y físicamente.

### ¿Qué es violación?

Advertencia - la siguiente descripción es necesariamente gráfica debido a la naturaleza del crimen. La violación es cualquier acto sexual no deseado, forzado, engañado o coaccionado el cual incluye una variedad de conducta ilegal. En Nuevo México, el término legal para violación es ‘penetración sexual criminal’. Las víctimas pueden ser adultos o niños, hombres o mujeres. Los actos físicos de penetración sexual criminal incluyen los siguientes:

- Coito: la penetración del pene u otro objeto en la vagina, sin importar lo leve
- Cunnilingus: la boca en la área genital de la mujer, o siendo forzada/o a desempeñar este acto
- Felación: boca en el pene, o siendo forzada/o a desempeñar este acto
- Coito anal: penetración por el pene u otro objeto en el ano, sin importar lo leve

un sentimiento bastante empoderador para la víctima de violación. Cuando una mujer es violada, a ella se le coloca en una situación donde se siente sin poder y fuera de control. Tal vez se lleve algo de tiempo para que ella recupere el poder que perdió durante el acto de ser violada. Una manera que ella puede acelerar este proceso es mediante el proceso penal. Después de una violación, una víctima tiene mucho más poder de lo que ella probablemente piensa; ella tiene el poder de identificar a su violador y de ayudar a ponerlo en prisión. Pasar por el proceso penal, por lo tanto, puede ayudar a la víctima a recuperar algo del poder que perdió durante la violación.

### ¡Usted Ha Sobrevivido!

Su vida tal vez parezca cambiada – como si usted estuviera en un mundo diferente. Ha cambiado para usted y los ajustes pueden a menudo ser difíciles. Simplemente leyendo este folleto es un paso positivo hacia más sobrevivencia. Estamos contentos de que usted sobrevivió, y esperamos que usted tome ventaja de todas las personas que están dispuestas a ayudarla a pasar por esto.

Lo siguiente es una lista de centros de crisis de violación y de centros comunitarios de salud mental con consejeros capacitados para ayudar a sobrevivientes de abuso sexual. Todos los centros de crisis de violación y algunos centros comunitarios de salud mental proveen sesiones generales sin costo.

Usted tal vez decida que quiere hablar con alguien en el teléfono antes de que pueda ir a verlos. Usted tal vez quiera unirse a un grupo para sobrevivientes de incesto. De cualquier manera, encuentre una terapeuta quien cree en sus sentimientos y recuerdos. Dése a usted misma el tiempo y la compasión. Necesitará de ambos.

### Folleto Adicionales

La New Mexico Coalition of Sexual Assault Programs, Inc. también cuenta con la siguiente lista de folletos sobre abuso sexual se encuentra disponible:

☞ **‘Safe, Strong and Free!’**, para niños pequeños (en español e inglés)

☞ **‘Las Diez Preguntas mas Importantes par los Niños’**, para niños en edad de de secundaria

☞ **‘Talking To Your Children About Sex:’** Un folleto para los padres ‘Sobrevivientes de Incesto’ ‘Hombres Víctimas de Violación Sexual’, ‘De Víctima a Sobreviviente’ ‘La Violación en el Matrimonio’, and ‘Overcoming Painful Past Experiences’ para adultos.

La siguiente es una lista de agencias de salud mental con consejeros profesionales y preparados para ayudar a sobrevivientes de abuso sexual. Usted puede decidir si desea hablar con alguien por teléfono antes de hacerlo en persona. Usted tal vez desee participar en un grupo para sobrevivientes de incesto. De cualquier manera, encuentre a un terapeuta quien crea sus sentimientos y recuerdos. Dese tiempo y compasión. Usted necesitara los dos.

### Coordinadores de Programas de Abuso Sexual en Nuevo México

#### Alamogordo

La Frontera NM  
575-437-7404

#### Albuquerque

Rape Crisis Center of Central NM  
505-266-7711  
Para Los Ninos  
505-272-6849

#### Agave Health

505-338-3320

Programs for Children & Adolescents

272-2190 • 272-2800

After 5pm

Sequoia Adolescent

Treatment Center

505-344-4673

#### Anthony

Valle del Sol

575-882-5101

#### Artesia

Counseling Associates

575-623-1480

#### Bernalillo

Valle del Sol

505-867-2383

#### Carlsbad

Carlsbad Mental Health

575-885-4836

#### Clayton

Tri-County Community

Services, Inc.

575-374-2032

#### Clovis

Mental Health Resources, Inc.

575-769-2345 • 800-432-2159

#### Deming

La Frontera NM

575-546-2174

800-426-0997 crisis

#### Espanola

Ana Guldan

505-927-6587

PMS Valley Community

Health Center

505-747-7400

Tewa Women United

505-747-3259

#### Estancia

Valle del Sol

505-384-0220

505-865-4739 crisis

#### Farmington

Desert View Family

Counseling Center

505-326-7878

Farmington Community Health

Center (PMS)

505-566-0345

Sexual Assault Services of

Northwest New Mexico

505-325-2805

#### Ft. Sumner

Mental Health Resources, Inc.

575-769-2345

877-579-8001 crisis

#### Gallup

Western NM Counseling Services

505-863-3828

800-649-0181 crisis

#### Grants

Valle del Sol

505-287-7985 • 800-287-0212

#### Hobbs

Guidance Center of Lea County

575-393-3168

575-393-6633 crisis

575-392-0966 for adolescents

#### Las Cruces

La Frontera NM

575-647-2830

La Piñon Sexual Assault

Recovery Services

575-526-3437

888-595-7273 crisis

#### Las Vegas

NM Behavioral Health Institute at

Las Vegas Community Based Services

505-454-5134 • 505-425-1048

#### Lordsburg

La Frontera NM

505-542-3304

#### Los Alamos

Los Alamos Family Council

505-662-3264 • 505-662-4422 crisis

#### Los Lunas

Agave Health

505-866-2300

Valle del Sol

505-865-3350 • 505-865-3359 crisis

#### Lovington

Guidance Center of Lea County

575-396-3818

#### Portales

Arise Sexual Assault Services

575-226-4665 • 575-226-7263

Mental Health Resources, Inc.

575-769-2345 (Clovis) • 800-432-2159

crisis

#### Raton

Tri-County Community Services, Inc.

Mental Health Clinic

575-445-2754

#### Reserve

Border Area Mental Health Services,

Inc.

575-533-6649

#### Rio Rancho

Rio Rancho Family Health Center

505-896-0928 • 888-920-6333 crisis

Rio Rancho Valencia Counseling

505-891-2990

#### Roswell

Turquoise Health and Wellness

575-623-1480

La eyaculación o herida física no tienen que ocurrir para que estos actos se consideren violación. La ley describe que si estos actos son forzados o coaccionados en otra persona y resultan en gran angustia mental o gran daño corporal a la víctima, califican como penetración sexual criminal.

La relación entre el violador y la víctima es insignificante. Estos actos son considerados violación independientemente si el ofensor es conocido (compañero de trabajo, novio, ministro, padre, esposo, hermano, amigo) o si el ofensor es un extraño. La mayoría de los violadores son conocidos de la víctima – más del 93% como lo informaron las autoridades de Nuevo México en 2007.

La violación sucede a todo tipo de personas: jóvenes, viejos, homosexuales, heterosexuales, extrovertidos, tímidos, ricos y pobres. Le sucede a personas de todas las razas, en todas las áreas del estado (urbana, rural, comunidades nativas y comunidades fronterizas). Las buenas noticias es saber que la mayoría de los hombres NO violan. Mientras que los hombres que sí violan a menudo tienen una historia que excede docenas de víctimas cada uno, la mayoría de los hombres jamás violan. Esto es importante saber durante su proceso de sanación.

La confianza es difícil de llegar después de una violación, pero no imposible. Independientemente de cómo, dónde o por qué sucedió, usted ha sobrevivido una experiencia espantosas, confusa y traumatizante. Le exhortamos a que no pase por ésta sola. Los profesionales en la comunidad médica, legal y de abogacía están listos para dirigirla en su senda hacia la sanación.

### ***Factores Sociales***

Las víctimas de violación varían en la edad desde infantes a los ancianos, de acuerdo a las estadísticas nacionales. Los adolescentes de 16 a 19 años de edad tienen 3.5 veces más probabilidad de ser víctimas de violación que la población general. Para cuando las mujeres tienen 18 años de edad, una de cada cuatro habrán experimentado alguna forma de abuso sexual. Para los hombres, uno de cada seis habrán experimentado el abuso para cuando tienen 18 años de edad.

En 2007 las autoridades de Nuevo México informaron que el 93% de los casos de penetración sexual criminal fueron perpetrados por una persona conocida a la víctima. 83% de ustedes también habrán conocido a su atacante por lo menos un vez antes. Algunas de ustedes lo conocerán casualmente o experimentarán la violación en la primera o segunda cita. Este tipo de

agresión sexual se llama violación de un conocido. Puede ser particularmente confuso debido a que usted pensó que podía confiar en esta persona y ésta violó esa confianza. Entre las parejas casadas, una de cada siete mujeres es violada por su esposo. Generalmente, solamente una de cada diez víctimas denuncia su violación a las autoridades. Sin embargo, en Nuevo México, las autoridades informan que 17% de dichas violaciones fueron denunciadas a ellos.

¿Y acerca de los violadores? La gran mayoría de ofensores sexuales son hombres. Sin embargo, también las mujeres cometen violación. La mayoría de los hombres quienes violan tienen entre las edades de 15 y 24. Los violadores son de todas las profesiones y condiciones sociales, de toda raza y nivel socioeconómico. Los hombres violan por enojo, y/o una necesidad de control absoluto sobre alguien, no porque necesitan sexo.

Su necesidad de controlar, humillar, asustar y degradar a otros seres humanos les permite un sentido de poder, de ser superior por lo menos de alguna persona, aún si es por un breve momento. La agresión sexual es la herramienta que ellos escogen para obtener poder y control. Independientemente quién fue la persona, independientemente la relación, si la actividad se forzó, coaccionó o no fue deseada, se cometió violación y la violación es un crimen.

### *¿Qué debo hacer?*

Usted ha sobrevivido un crimen violento. La violación puede ser traumática y espantosa y le puede afectar física y emocionalmente. Cada víctima reacciona diferente a ser violada.

¿Cuál es la cosa correcta que hay que hacer si usted ha sido violada? Cuidarse a usted misma de la mejor manera para usted. Para algunas personas, eso significa denunciar el crimen inmediatamente y luchar para ver que al violador sea procesado. Para otras significa buscar atención médica o emocional sin denunciar la violación como un crimen. Todas las personas son diferentes.

Sin embargo, hay tres cosas que todas las que han sido violadas deben hacer:

1. Saber que la violación **no fue** su culpa.
2. Buscar atención médica.
3. Lidiar con sus sentimientos.

Haya pasado lo que haya pasado, no fue su culpa. **Nadie** tiene el derecho de tener sexo con usted en contra de su voluntad. La culpa por la violación se ubica solamente en el violador.

### **Factores Emocionales: Entendiendo Cómo ir de Víctima a Sobreviviente**

**1. No está sola.** La violación es el crimen más frecuentemente cometido de todos los crímenes violentos. Muchas otras han experimentado por lo que usted está pasando. Sea lo que sea que está pensando y sintiendo, es común para muchas víctimas/sobrevivientes de violación.

**2. Usted se mantuvo viva a usted misma.** La violación a menudo es una experiencia con riesgo de muerte. Sea lo que sea que usted hizo para mantenerse viva, fue exactamente la cosa correcta que hacer. Aún si su ataque terminó en violación u otra herida, usted hizo exactamente la cosa correcta para escaparse de la situación viva. Algunas personas tal vez estén preguntando porqué usted no gritó o no se defendió; cuando uno se siente amenazada y teme por su vida o seguridad, uno hace lo que sus instintos le dicen a fin de sobrevivir.

En algunos casos, el no hacer lo que dice el violador – aún gritar – podría resultar en heridas severas o en la muerte. Hay muy poco que uno puede hacer para compensar por el tamaño físico del violador, especialmente cuando el elemento de la sorpresa está a su favor. Si usted se siente culpable o se culpa a sí misma, enfóquese en el hecho que a pesar de todo, ¡USTED SOBREVIVIÓ!

**3. Usted tendrá algunas reacciones a su agresión.** Los pensamientos y sentimientos que ahora usted está experimentando resultan de no saber si usted viviría para ver otro día o no. La mayoría de nosotros pasamos por la vida pensando que viviremos una duración normal de la vida. Cuando algo sucede para destruir esa creencia, sin embargo, el hecho de que usted pensó que se enfrentaría a la muerte por un milésimo de segundo llevará efectos fuertes pero sutiles. El que alguien controle completamente su cuerpo y sus acciones a menudo la deja sintiéndose fuera de control en todo aspecto de su vida después de una violación. La reacción y los sentimientos que usted tal vez tenga ahora o en un futuro cercano puede incluir algunos o todos los siguientes:

- Auto culpa
- Poniéndose a usted misma en peligro
- Shock o adormecimiento – usted no siente nada
- Sintiéndose fuera de control
- Pesadillas / no poder dormir
- Enojada con usted misma y/o con otros
- No dormir bien / miedo de la oscuridad

Dependencia en amigos conocidos  
Depresión / desorganización  
Preguntándose lo que usted hizo para merecer el ataque  
Sintiéndose alterada  
Preocuparse de que nunca va a ser normal de nuevo  
Negación de que sucedió la violación  
Problemas alimenticios / dolor de estómago  
Negación de que la violación fue seria  
Uso en aumento de drogas y alcohol  
Temor de lugares públicos  
Cinismo  
Temor de estar sola  
Temor de relaciones nuevas  
Incapaz de hacer el amor

#### **4. Terapia con consejera/o: la carretera hacia la sanación.**

Es común querer simplemente olvidar lo que le sucedió a usted – de no pensar en ello, de dejarlo en el pasado. Usted nunca lo va a olvidar; pero lidiar con ello, hablar de ello con una consejera/o, y aprender a cómo atravesarlo hará que el recordarlo sea mucho menos doloroso. El tener a una persona cualificada para hablar acerca de la agresión y de sus pensamientos y sentimientos puede quitar presión de tratarlo sola. Es importante ver a una consejera/o por un tiempo para ayudarla a recuperar su perspectiva de la vida, de otras personas, de los hombres y de usted misma. Usted tuvo que soportar la agresión sexual sola; no tiene que soportar las secuelas sola.

**Lo que usted puede esperar.** Para la mayoría de las sobrevivientes de violación, los sentimientos y conductas descritos se desvanecerán entre seis meses y un año después de que usted comience su terapia con una consejera/o de violación. Usted gradualmente recuperará el sentido de estar en control de su propia vida. Usted tal vez experimente un tiempo de no hablar acerca de la violación.

Usted podrá dormir a lo largo de la noche y sentirse positiva acerca del futuro. Usted aprenderá a poner la violación en perspectiva en cuanto al resto de su vida. Parte de la sanación involucra reconocer que la violación existió como un evento en su pasado – uno importante – pero que usted necesita seguir adelante con el resto de su vida.

**Cómo conseguir terapia con consejera/o.** Llame al Centro de Crisis de

Violación o al Centro Comunitario de Salud Mental cercano a usted para más información. En Nuevo México, los servicios de terapia con consejera/o de crisis de violación son gratis en los centros de crisis de violación y gratis o por costo mínimo en sus Centros de Salud Mental locales. Toda la terapia con consejera/o es completamente confidencial, ya sea si usted ha denunciado su agresión a la policía o no. Vea el dorso de este folleto para las agencias en su área.

## **Factores físicos: el Examen Médico**

La primera cosa que debería hacer alguien quien acaba de ser violada es buscar atención médica. La mayoría de la comunidades tienen acceso a una Unidad de SANE (Enfermera Examinadora de Agresión Sexual), la cual tiene enfermeras capacitadas para ayudar a alguien quien ha sido violada. Si no está disponible una Unidad de SANE, vaya al departamento de urgencias más cercano. Si usted escoje, la Unidad SANE también puede reunir evidencia de su ropa.

Usted tal vez quiera que una amiga o miembro de la familia vaya con usted para apoyo. Algunos centros de crisis de violación tal vez provean una defensora quien puede estar con usted para el examen.

Es importante conseguir atención médica por las siguientes razones:

### **1. Salud Física General**

Algunas mujeres experimentan trauma físico extremo durante la agresión sexual. Ir a una sala de urgencias, a la oficina de una doctora o a una clínica médica es importante para que puedan examinarla y tratarla para contusiones profundas, huesos quebrados, rasgones, etc. Si usted está en una comunidad donde existe un Centro de Crisis de Violación o un Equipo de Agresión Sexual, puede solicitar que una de sus consejeras o defensoras la acompañen a lo largo de la examinación.

### **2. Enfermedades Sexualmente Transmitidas**

Sífilis, gonorrea, herpes, clamidia, y otras infecciones vaginales pueden contraerse durante el coito. Algunas de ellas pueden tratarse y eliminarse con medicamentos. Es importante decirle al profesional de atención médica en cuáles partes del cuerpo usted fue violada (vagina, ano y/o boca), ya que las enfermedades de transmisión sexual pueden transmitirse o transferirse en cualquier parte que se hizo el contacto sexual. Aunque el HIV puede contraerse sexualmente, hay menos de un puñado de casos denunciados de

infección del HIV contraídos mediante la violación. Esto no significa que no sucederá en absoluto, pero las probabilidades de contraer HIV de un evento único sería raro. Hay pruebas que pueden hacerse si usted teme que el HIV tal vez se haya transmitido; sin embargo, se tiene que esperar de tres a seis meses después de que se llevó a cabo la agresión para que se le hagan pruebas.

### **3. Embarazo**

Si usted experimenta penetración vaginal durante la agresión y puede físicamente concebir, podría embarazarse como resultado de la violación. Algunos doctores le ofrecerán el medicamento de la siguiente mañana (Plan B) para prevenir que ocurra el embarazo. El Plan B puede darse hasta 120 horas después de la agresión, pero es más efectivo cuando se toma dentro de 72 horas del coito sin protección.

Las opciones adicionales para terminar un embarazo incluirían un aborto. Puede haber una clínica de aborto en su comunidad la cual desempeñaría un aborto, para usted como víctima de violación, sin costo o a un cobro muy reducido. Si usted tiene que pagar para un aborto, solicite compensación mediante la Comisión de Reparación de Víctimas de Crímenes de Nuevo México (505-841-9432) o contacte a su Organización de Asistencia de Víctimas de Crímenes local.

Es importante preguntarle a su doctora o consejera por información específica de la salud en cuanto a estas opciones para que, si usted lo ve necesario, pueda hacer una elección segura y sana.

### **4. Reuniendo Evidencia**

Aparte de las preocupaciones previamente expuestas, el equipo médico en la sala de urgencias o en la oficina de la doctora sugerirán que a usted se le haga un Equipo de Recopilación de Evidencia de Agresión Sexual. El Equipo se usa como parte de la evidencia si usted decide presentar cargos. Es su decisión si se le recopila evidencia o no. Este es un equipo para reunir muestras diseñado para recopilar diferentes muestras de sangre, cabello, mucosa vaginal, etc. Es ideal si usted puede llegar para esta porción del examen médico en la misma ropa que usted tenía durante la agresión. No se haga una ducha vaginal, no se cepille los dientes, no se tome una ducha y no se lave antes de ir al hospital o a la oficina de la doctora. Su cuerpo tiene información importante del violador, y es importante no lavarla y borrarla. El equipo médico prestará mucha atención a las partes de su cuerpo penetradas por el pene, boca, lengua, dedos y objetos extraños. De estas áreas de su cuerpo, ellos recopilarán muestras con un cotonete. Estas muestras pueden contener semen, tipo de sangre o una



muestra del cabello del violador. Muestras de su cabello y sangre también se recopilarán para distinguirlas de las del violador. Éstas, a su vez, tal vez puedan usarse después en los procedimientos legales para ayudar a conectar al violador a su ataque. La ropa que usted usó se recopilará, si usted está de acuerdo, y se enviará a un laboratorio de crimen. La ropa usualmente contiene piezas críticas de evidencia en cuanto al violador.

Usted no necesita decidir en cuanto a un proceso penal antes de que se recopile esta evidencia de la violación. Sin embargo, si se va a recopilar la evidencia, se tiene que hacer dentro de 120 horas después de la agresión. Entre más rápido se recopile la evidencia, mejores muestras de evidencia existirán. Usted puede estar de acuerdo a que se recopile evidencia aún sin denunciar a la policía, dándose tiempo a usted misma para decidir acerca del involucramiento de la policía sin perder evidencia importante que se quedó en su cuerpo. Toda la información en el equipo se mantiene completamente confidencial.

### **Costos Médicos y Otros Costos**

El estado de Nuevo México paga 100% de la recopilación de evidencia y hasta \$150 dólares para la reparación de heridas, ambulancia y prescripciones provistas a usted como resultado directo de una violación. La mayoría de hospitales nuevo mexicanos cobran al estado. Si usted recibe una factura, puede llamar a la Coalición de Nuevo México de Programas de Agresión Sexual gratis al (888) 883-8020. Si la factura no se ha pagado por el estado de Nuevo México, la Coalición aconsejará a la agencia médica que le proveyó servicios a usted que presente la facturación para reembolso del estado.

Si sus facturas médicas (para reparación de heridas, prescripciones, etc) son más de \$150 dólares y/o usted ha pagado para servicios de salud mental o ha experimentado pérdida de sueldo como resultado de su violación, puede solicitar para compensación de la Comisión de Reparación de Víctimas de Violación de Nuevo México (NMCVRC por sus siglas en inglés) (505-841-9432). El reembolso de NMCVRC requiere que usted presente un informe policíaco después de su agresión y que usted lo solicite dentro de un año de la agresión.

### **Aspectos legales**

Si a usted la violan, no necesita emplear a su propio abogado. La violación es considerada un crimen en contra del estado, y por lo tanto se procesará por la Oficina del Fiscal del Distrito (DA por sus siglas en inglés) en el condado donde se cometió el crimen.

Una vez que usted haya denunciado el crimen a la policía y se haya arrestado a un sospechoso, el DA decide si hay suficiente evidencia para llevar su caso a corte (procesar) y encontrar al sospechoso culpable. Si el DA decide no tomar su caso, no es debido a que no le creen a usted – la violación puede ser muy difícil para probar, y la oficina del DA tiene que sentir que la evidencia que usted y la policía han expuesto es suficientemente fuerte para ser considerada por un juez y un jurado. Usted no necesita un testigo quien miró su violación a fin de procesar un caso de violación; usted puede contactar a la División de Procesos Penales Especiales de la Oficina del Fiscal del Distrito del Estado de Nuevo México al (505) 827-6081.

Ellos tal vez puedan investigar y posiblemente procesar su caso. Si la Oficina del DA no puede tomar su caso, usted todavía tiene otra opción legal: puede demandar al violador en la corte civil. Usted emplea a un abogado quien demandará al violador por una cantidad de dinero que usted sienta que sea igual a los daños emocionales, físicos y/o reales (pérdida de sueldo, etc.). Las víctimas de violación han demandado exitosamente a sus violadores, pero usted necesitará decidir si una demanda legal vale la pena de su tiempo, dinero y esfuerzos.

Después de una violación, es común sentirse abrumada, no solamente con las reacciones emocionales y físicas de la violación, sino con la idea entera de lidiar con el sistema de justicia criminal. Las víctimas no denuncian a la policía por varias razones. Muchas temen a que se expongan sus nombres y los detalles de su conducta sexual pasada.

Sin embargo, es importante que las víctimas entiendan que ellas no necesitan estar preocupadas con estas cuestiones. En primer lugar, aunque algunos hechos acerca de su agresión tal vez se compartan con la prensa, sus nombres y detalles de la agresión no. En segundo lugar, muchos casos de violación nunca van a juicio. A algunos atacantes nunca se les detiene, y de aquellos que sí, tal vez acepten una alegación preacordada para evitar ir a juicio y posiblemente a una sentencia más larga. En tercer lugar, si el caso sí va a juicio, el historial sexual pasado de la víctima no se puede sacar a la luz a menos que sea relevante al caso. En el caso de que sí sea, se debe presentar a un juez en una cámara de audiencia privada, fuera del alcance de audición de los miembros del jurado, para determinar si la evidencia ser permitirá en el juicio.

Finalmente, es importante realizar que el seguir un proceso penal puede ser

un sentimiento bastante empoderador para la víctima de violación. Cuando una mujer es violada, a ella se le coloca en una situación donde se siente sin poder y fuera de control. Tal vez se lleve algo de tiempo para que ella recupere el poder que perdió durante el acto de ser violada. Una manera que ella puede acelerar este proceso es mediante el proceso penal. Después de una violación, una víctima tiene mucho más poder de lo que ella probablemente piensa; ella tiene el poder de identificar a su violador y de ayudar a ponerlo en prisión. Pasar por el proceso penal, por lo tanto, puede ayudar a la víctima a recuperar algo del poder que perdió durante la violación.

### **¡Usted Ha Sobrevivido!**

Su vida tal vez parezca cambiada – como si usted estuviera en un mundo diferente. Ha cambiado para usted y los ajustes pueden a menudo ser difíciles. Simplemente leyendo este folleto es un paso positivo hacia más sobrevivencia. Estamos contentos de que usted sobrevivió, y esperamos que usted tome ventaja de todas las personas que están dispuestas a ayudarla a pasar por ésto.

Lo siguiente es una lista de centros de crisis de violación y de centros comunitarios de salud mental con consejeros capacitados para ayudar a sobrevivientes de abuso sexual. Todos los centros de crisis de violación y algunos centros comunitarios de salud mental proveen sesiones generales sin costo.

Usted tal vez decida que quiere hablar con alguien en el teléfono antes de que pueda ir a verlos. Usted tal vez quiera unirse a un grupo para sobrevivientes de incesto. De cualquier manera, encuentre una terapeuta quien cree en sus sentimientos y recuerdos. Dése a usted misma el tiempo y la compasión. Necesitará de ambos.