

## Cuando Decir “No” no es Suficiente

A veces, decir “no” no es suficiente para detener un asalto sexual. Se dan más abajo varias maneras en que puedes reaccionar frente a una situación de violencia sexual. Tu mejor estrategia de defensa es el pensar en qué harías antes que ocurriera un asalto.

**Actúa inmediatamente.** Confía en tu intuición y, de ser posible, aléjate. No cedas a las demandas sexuales de alguien, en la esperanza de que más tarde pudieras desviarlo/a.

**Mantente calmo/a.** Trata de pensar claramente acerca de tus opciones. Tu mejor arma es tu cerebro.

**Habla.** Pudiera ser que hablando desalentaras a tu atacante. Persuádelo/a a que no cometa el asalto, haciendo que te vea como su amigo/a.

**Resiste.** Si no temes lastimar a alguien, golpea y pateo duro—esto te dará la oportunidad de escapar. Recuerda, sin embargo, que el pelear con un atacante pudiera enojarlo/a y hacer que te atacara más brutalmente. Estar entrenado/a en auto-defensa te dará más confianza y mejorará tu fortaleza física. Pero esto requiere una práctica constante y no es un sustituto del sentido común y del estar alerta.

**Sométete.** Haz lo que debas hacer para mantenerte seguro/a. Si creyeras que tu vida estuviera en peligro, tu mejor opción pudiera ser el someterte. Recueda que: Someterse no significa que hubieras consentido.

Todas las quejas que se hayan reportado serán investigadas.

Para reportar un ataque en la comunidad, llama a la policía local.

Si estás en la escuela, díselo a tu maestro/a, administrador/a, consejero/a u oficial escolar de recursos.

En casa, habla con tus padres.

**Frederick County Sheriff's Department**  
(Dept. del Sheriff del Condado de Frederick)  
**301-600-1046**

**Frederick City Police Dept.**  
(Dept. de Policía de la Ciudad de Frederick)  
**301-600-2100**

**FCPS Supervisor of Counseling**  
(Supervisor/a de Consejería de las Escuelas Públicas de Frederick)  
**301-644-5224**

**Heartly House**  
(domestic violence and rape crisis counseling center)  
(centro de consejería de crisis de violencia doméstica y violaciones)  
**301-662-8800**

**Child Advocacy Center**  
(Centro de Defensoría Infantil)  
**301-600-1752**

**State's Attorney's Office**  
(Oficina del Fiscal Estatal)  
**301-600-2594**



Information courtesy of the  
Pennsylvania Coalition Against Rape



Frederick County Public Schools

Este folleto se distribuye todos los años en el 6° grado y en el 9° grado, y puede también encontrarse en el sitio de internet [www.fcps.org](http://www.fcps.org). Por favor guárdelo para futura referencia.

## Asalto y Acoso Sexual

## Alerta Intervención Prevención

Frederick County Public Schools  
(Escuelas Públicas del Condado de Frederick)  
Frederick, Maryland

## ¿Qué es el Acoso Sexual?

El acoso sexual es una forma de discriminación, consistente en avances sexuales no solicitados ni bienvenidos, pedido de favores sexuales, conducta física sexualmente motivada, y comunicaciones de naturaleza sexual.

En la escuela, el acoso sexual puede causar que un/a estudiante crea que sometiéndose a avances sexuales no bienvenidos pudiera hacerlo/a aceptable por sus pares, o bien darle entrada a ciertos grupos o progresar en la clase. A veces, la presión sexual no bienvenida pudiera ser tan severa, persistente o perversiva que la misma afectaría la habilidad del/la estudiante para participar u obtener beneficios de un programa o actividad educacional. Ese acoso puede crear un ambiente educacional intimidante, amenazante o abusivo.

### El acoso sexual incluye, pero no está limitado a:

- Inscripciones murales o dibujos de naturaleza sexual.
- Gestos sexuales.
- Chistes sexuales o sucios.
- Tocarse sexualmente a sí mismo/a, o hablar acerca de su actividad sexual delante de otros/as.
- Difundir rumores acerca de o calificar a otros estudiantes con respecto a su actividad o actuación sexual.
- Promesas implícitas o explícitas de tratamiento preferencial a cambio de favores sexuales.
- Burlarse de la orientación sexual percibida o real de otra persona, o de su identidad genérica.

### El asalto sexual incluye, pero no está limitado a:

- Besos o abrazos forzados.
- Tocar, palmear, agarrar o pellizcar las partes privadas de otra persona, ya sea que esa persona sea del mismo sexo o del sexo opuesto.
- Forzar o intentar forzar copulación u otro acto sexual con otra persona.
- Palmeo, pellizcos o contactos físicos de motivación sexual no aceptados.

## Reduce Tu Riesgo de Ser Acosado/a o Atacado/a Sexualmente

**Confía en tu instinto.** Si no te sientes cómodo/a en una situación, vete.

**Hazte cargo de tu propia vida.** No te pongas en situación de dependencia bajo otras personas para que te cuiden. Cuando tengas una cita, no pienses que “debes” algo a esa persona.

**Ten cuidado al invitar a alguien a tu casa o a ir a la casa de alguien.** Tres de cada cinco asaltos sexuales ocurren en la casa de la víctima o en la casa de un conocido.

**No mezcles las decisiones importantes con alcohol o drogas.** Tu habilidad de hacer decisiones juiciosas se atenúa cuando estás drogado/a o ebrio/a.

**Cuando salgas con alguien nuevo en tus relaciones, no te sientas obligada a ir sola.** Ve en un grupo o encuéntrate en un lugar público.

**Está alerta contra las drogas llamadas de “violación en la cita” (“date rape”).** No aceptes bebidas en envases ya abiertos, y no pierdas de vista a tu trago.

**Camina cerca del borde de la acera.** Evita pasar cerca de matas, entradas o pasillos oscuros u otros lugares de posible ocultación.

**Evita caer en la trampa de palabras tales como “Si tú me quisieras, tú...”** Si tu pareja realmente te quiere, él/ella respetará tus sentimientos y honrará tus deseos.

**Mantente en zonas bien iluminadas.** Si notas que hay una zona sin iluminación adecuada, notifica a la persona encargada del edificio.

### Evita a las personas que:

- no te escuchan
- ignoran los límites de espacio personal
- te hacen sentir culpable o te acusan de ser mojigato/a por resistir sus avances sexuales
- expresan actitudes sexistas y cuentan chistes sexistas
- actúan celosa o posesivamente
- **Comunícate.** Al comenzar a desarrollar una amistad especial, piensa en tus creencias y valores. Comunica claramente lo que esperas y tus normas para esa relación. No envíes mensajes ambivalentes ni aceptes mensajes ambivalentes de otros.
- **Se firme.** Respétate a tí mismo/a como para no hacer algo que no quieras hacer. Tus opiniones cuentan y cuando tú dices “no”, la otra persona deberá parar.
- **Nunca des información que te identifique a alguien que encuentres en el internet.**

**El asalto sexual nunca es culpa tuya.**