



# VIOLENCIA DE GÉNERO

YO SOY LA VÍCTIMA

# Índice

|                                         |          |
|-----------------------------------------|----------|
| <b>Índice</b>                           | <b>2</b> |
| <b>YO SOY LA VÍCTIMA</b>                | <b>3</b> |
| En una situación de emergencia          | 3        |
| ¿Vives con tu agresor?                  | 3        |
| Si has decidido romper con la situación | 3        |
| Si has sufrido violencia sexual         | 4        |
| Si has sido víctima de una violación    | 4        |

# YO SOY LA VÍCTIMA

Si te encuentras en una situación de emergencia, o si tienes miedo porque tú o tus seres queridos podrían estar en peligro, es importante que tomes medidas de forma inmediata para tu seguridad.

## En una situación de emergencia

Si estás en peligro o te sientes amenazada, debes actuar rápidamente. Los pasos que debes seguir son los siguientes:

- Llama al **112**: Este es el número de emergencias en España, disponible las 24 horas del día.
- Llama al **091** (Policía Nacional) o **062** (Guardia Civil): Si necesitas ayuda de la policía o la Guardia Civil.
- Si no puedes realizar una llamada, puedes usar la **Aplicación AlertCops**. Esta aplicación permite **enviar tu localización a la policía sin tener que hablar**.

## ¿Vives con tu agresor?

Si vives con tu agresor, es posible que sientas que no puedes salir de esa situación sola. En este caso, puedes llamar al **016** para recibir información y orientación sobre los recursos que están disponibles para ti.

Este número está especializado en violencia de género y es completamente **confidencial, nadie sabrá que eres tú la que has llamado**.

Además, puedes enviar un mensaje a través de **WhatsApp al 600 000 016** o escribir un **correo electrónico a 016-online@igualdad.gob.es**.

## Si has decidido romper con la situación

Si sientes que es el momento de terminar con la violencia, es fundamental que pidas ayuda. Puedes llamar al **016** o escribir un **mensaje al 600 000 016**.

Si tienes a alguien en quien confiar, como un amigo, familiar o vecino, no dudes en acudir a ellos. Además de la policía, existen muchos recursos que te pueden dar apoyo.

Es importante recordar que, además de la policía y la Guardia Civil, puedes contar con un gran número de profesionales en las diferentes Comunidades Autónomas.

## Si has sufrido violencia sexual

Si has sido víctima de violencia sexual, es muy importante que busques ayuda inmediatamente:

- Llama al **112** para pedir protección y asistencia policial.
- También puedes llamar al **016** para obtener información sobre los recursos de apoyo disponibles en tu área, como ayuda psicológica, social y jurídica.

### Si has sido víctima de una violación

Si has sufrido una violación, es muy importante que **acudas lo antes posible al hospital** más cercano.

En el hospital te harán un examen **ginecológico, pruebas para infecciones de transmisión sexual (ITS) y VIH, y también se tomarán muestras biológicas que pueden ser clave para identificar al agresor.**

Si es necesario, también te proporcionarán tratamiento preventivo para evitar el embarazo y las ITS.

Recuerda que **no debes cambiarte de ropa, ni lavarte, ni comer o beber si la violación ha sido bucal, hasta que te hayan realizado el examen médico.** Esto es muy importante para no perder pruebas esenciales para la denuncia.

Si decides denunciar, informa al personal sanitario que te atienda para que puedan contactar con la policía o la Guardia Civil.

Ellos acudirán al hospital donde te encuentres para tomar la denuncia. **Después de la denuncia, tienes derecho a obtener una copia del parte médico.**

Es importante que sepas que **siempre hay ayuda disponible**. No importa la situación que estés viviendo, siempre existe ayuda para ti. Hay muchas personas dispuestas a ayudarte y protegerte.