

## ¿Cómo me puedo Proteger?

- ✓ Usted tiene el **derecho de estar seguro** y que lo traten con respeto.
- ✓ Tiene el **derecho a decidir** quién puede tocar su cuerpo, y cuándo y cómo lo pueden tocar.
- ✓ Recuerde que tiene el **derecho de decir “no”** a cualquier contacto indeseado, aun de un novio o novia, de la persona que lo cuida, acompañante, miembro de familia, proveedor del cuidado de la salud o cualquier otra persona en su vida.
- ✓ Usted tiene el derecho de decir **NO ME TOQUE MÁS** cuando usted quiera, aun si al principio se sentía bien.
- ✓ ¡Si alguien le hace daño, hace que se sienta mal consigo mismo, o lo toca de alguna manera que no le gusta, **dígasele a alguien en quien confía**. Si la primera persona no lo ayuda, dígasele a otra persona!
- ✓ ¡Si alguien que usted conoce se lleva su dinero o sus cosas, no están siendo su amigo! ¡Dígasele a alguien en quien confía!
- ✓ ¡Diga **NO!** Luego vaya y **DÍGASELO A ALGUIEN!**

## ¿Quién puede Ayudar?

- ✓ Alguien de su familia
- ✓ Alguien quien lo ayuda en su trabajo o en su casa
- ✓ Su médico o terapeuta
- ✓ Alguien de su iglesia

## Recursos

- ✓ **My Florida Zero Tolerance Initiative (Iniciativa de Cero Tolerancia de la Florida):** <http://apd.myflorida.com/zero-tolerance/index.htm>
- ✓ **Sitio web de información sobre la discapacidad y el abuso del Estado de Oregón:** <http://www.oregon.gov/DHS/spwpd/index.shtml>
- ✓ **Números importantes para reportar abuso:**
  - 911
  - 1-86-313-6733



Nisonger Center

### Información suministrada por:

Centro de Florida para Comunidades Incluyentes, de la Universidad del sur de la Florida y el centro Nisonger de la Universidad Estatal de Ohio Centro Universitario para la Excelencia en Discapacidades del Desarrollo.

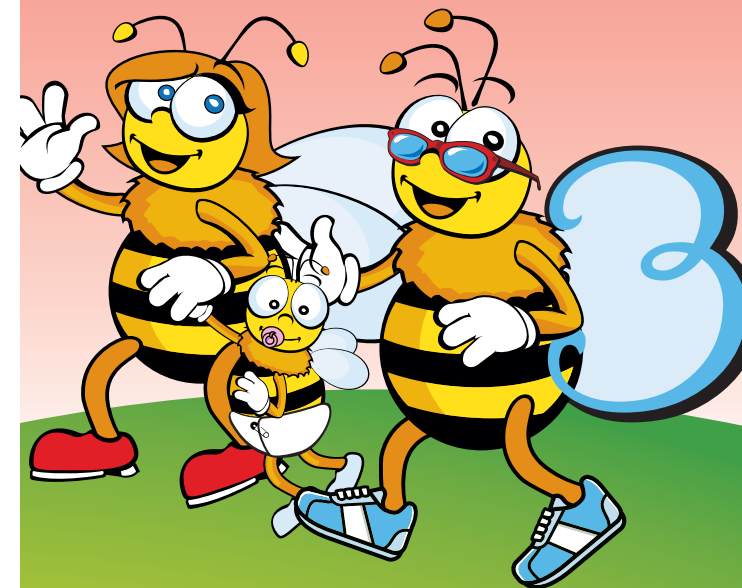
### Por favor Cite este Documento como:

Havercamp, S.M. & Veguilla, M. (2009). *Protección contra el Abuso, la Negligencia y la Explotación: Cómo Permanecer Seguro*. Centro de la Florida para Comunidades Incluyentes, <http://ffccic.org>.

El desarrollo de este material fue apoyado por la Administración sobre Discapacidades del Desarrollo (#90-DD-0592, Fox and Kincaid) y el William Greenville Pace Medical Research Fund of Columbus Ohio.

Para mayor información o para solicitar copias adicionales visite <http://ffccic.org> o <http://nisonger.osu.edu/bhip/>

## El Abuso, la Negligencia y la Explotación: Cómo Permanecer Seguro



**Be Healthy Information Program**  
for Children and Adults with Disabilities

# Seguridad Personal

## El Problema

Las personas con discapacidades, los niños y las personas mayores son especialmente vulnerables al abuso, la negligencia y la explotación.

¿Sabía usted que **casi el 90% de los niños y adultos con discapacidades del desarrollo son abusados o explotados** alguna vez en sus vidas?

Las personas con discapacidad están en riesgo porque:

- ✓ Dependen de otros para sus necesidades básicas.
- ✓ Les enseñan que deben cooperar con las “personas que están a cargo”, como miembros del personal.
- ✓ A menudo viven en situaciones de grupo y no pueden escoger a sus compañeros de cuarto ni a las personas que los cuidan.

Puede ser que las personas con discapacidad no reporten el abuso, la negligencia o la explotación porque:

- ✓ Se sienten culpables, avergonzados y/o aman a la persona quien les hace daño.
- ✓ No quieren que el abusador se ponga bravo o causarles problemas.
- ✓ No saben cómo conseguir ayuda.
- ✓ ¡Ni siquiera saben que están siendo abusados!

¡El abusador puede ser cualquiera, pero a menudo es alguien quien la víctima conoce bien, tal como un miembro de la familia, alguien quien lo cuida, un amigo o un conyugue!

**El abuso puede ser físico, emocional o sexual.**

**¡Llevarse su dinero o sus cosas (explotación financiera) también es abuso!**

## ¿Qué Debo Buscar?

### Señales de abuso:

- ✓ Moretones, cortadas, quemadas, marcas por apretones
- ✓ Cualquier herida o lesión fuera de lo normal o que la explicación dada no tenga sentido
- ✓ Cualquier herida o lesión que no haya sido adecuadamente tratada (a veces las heridas están escondidas en partes del cuerpo normalmente cubiertas por la ropa)
- ✓ Dolor o picazón genital, o enfermedades de transmisión sexual

### ¡También préstele atención a los cambios en el comportamiento!

- ✓ Miedo repentino a ciertas personas, género específico o situaciones
- ✓ Miedo repentino a bañarse o a ir al baño
- ✓ Cambios en la higiene personal (por ej. menos motivado a verse cuidado y limpio)
- ✓ Problemas de sueño, pesadillas
- ✓ Uso repentino de lenguaje vergonzoso, abusivo o amenazador
- ✓ Señales de sentirse inútil, no querer hablar libremente, miedo, retraimiento, depresión, rabia, confusión, o nerviosismo
- ✓ Más desobediente que de costumbre o demasiado obediente
- ✓ Comportamiento sexual inapropiado, masturbación o renovado interés por el sexo
- ✓ Insinuaciones repentinas de actividad sexual y un nuevo entendimiento, o más detallado, del comportamiento sexual

## ¿Qué puedo Hacer?

- ✓ ¡Si ha sido testigo de cualquiera de estas señales y está preocupado por alguien que conoce, no espere - haga algo!
- ✓ Documente todo; moretones, cortadas, rasguños, etc... Tan pronto se dé cuenta. Anote en qué parte del cuerpo se encuentra la herida o lesión, si es nueva o vieja, y una posible explicación de cómo sucedió.
- ✓ Apunte patrones nuevos o inusuales en su comportamiento.
- ✓ Hable con alguien de confianza (como un supervisor o encargado de casos)
- ✓ **¡Reporte su preocupación!** ¡Puede ponerle fin a un gran sufrimiento y hasta puede salvar una vida!

## Reportando el Abuso y la Explotación

**Nota:** Si usted sabe que la vida de una persona está en **peligro inmediato** debido al abuso, la negligencia o la explotación, **primero que todo debe llamar al 911.**

- ✓ **Para residentes de la Florida:** Llame a la Línea Caliente contra el Abuso de Florida, la cual es una llamada gratis a nivel nacional, al **1(800)96-ABUSE** o 1(800)962-2873,
- ✓ **Para residentes de Ohio:** Llame a la línea caliente contra el abuso de MR/DD al 1-866-313-6733