SI USTED ES VÍCTIMA DE ACECHO

Usted podría:

Sentir **temor** de lo que puede hacer el acechador.

Sentirse **vulnerable**, insegura, y sin saber en quién puede confiar.

Sentirse **ansiosa**, irritable, impaciente, o nerviosa.

Sentirse **deprimida**, sin esperanza, agobiada, llorosa, o molesta.

Sentirse **bajo estrés**, incluyendo dificultad para concentrarse, para dormir, o para recordar cosas.

Sufrir **problemas de alimentación**, como pérdida de apetito, olvidarse de comer, o comer en exceso.

Tener **escenas retrospectivas y pensamientos**, sentimientos, o memorias desagradables.

Sentirse **confusa, frustrada, o aislada** porque otras personas no entienden por qué usted siente temor.

Estas reacciones son comunes en víctimas de acecho.

SI ALGUIEN QUE USTED CONOCE ES VÍCTIMA DE ACECHO, USTED PUEDE AYUDAR.

Escuche. Demuestre su apoyo. No culpe a la víctima por este delito. Recuerde que cada situación es diferente y permita que la víctima decida cuál es la mejor manera de enfrentar el acecho. Busque a una persona con quien usted pueda hablar sobre la situación. Tome medidas para su propia seguridad.

Nosotros podemos ayudar.

THE NATIONAL CENTER FOR
Victims of Crime

Stalking
resource center

Para aprender más sobre el acecho, visite el sitio en Internet del Stalking Resource Center,
www.victimsofcrime.org/src

Si usted se halla en peligro inminente, llame al 911.

Este documento ha sido elaborado con la donación número 2008-WT-AX-K050 de la Oficina sobre violencia contra mujeres (Office on Violence Against Women) del Departamento de Justicia de los Estados Unidos. Las opiniones y puntos de vista que se expresan en este documento son las de sus autores y no representan necesariamente la posición oficial ni la política de la Office on Violence Against Women del Departamento de Justicia de los Estados Unidos.

Este documento está disponible en versión impresa o en formato PDF y sólo podrá ser reproducido en su totalidad. Cualquier alteración, con excepción de agregar información de contacto con una agencia en el espacio que aparece arriba, debe contar con la aprobación previa del Stalking Resource Center. Comuníquese con nostros al (202) 467-8700 o src@ncvc.org.

¿Es usted víctima de ACECHO?

¿ES USTED VÍCTIMA DE ACECHO?

Acecho es una serie de acciones que hacen que usted sienta temor o se sienta en peligro. El acecho es un delito grave, frecuentemente violento y que puede agravarse con el tiempo.

El acecho es un delito.

El acechador puede ser una persona a quien usted conoce bien, o que no conoce en absoluto. Muchos acechadores han salido con la víctima o han estado involucrados con ella. Los casos de acecho, en su mayoría, son de hombres que acechan a mujeres, pero también hay casos de hombres que acechan a hombres, mujeres a mujeres, y mujeres a hombres.

Algunas cosas que hacen los acechadores:

- La llaman repetidas veces, incluyendo llamadas en las que cuelgan cuando usted contesta.
- La siguen y se presentan donde quiera que usted se encuentre.
- Envían regalos, cartas, mensajes de texto, o correos electrónicos indeseados.
- Causan daños a su casa, auto, u otra propiedad.
- Escuchan sus llamadas telefónicas o vigilan el uso que usted hace de la computadora.
- Usan medios tecnológicos, como cámaras ocultas o sistemas de posicionamiento global (GPS), para vigilar sus movimientos.
- Pasan en automóvil frente a su casa, escuela o lugar de trabajo, o permanecen por un tiempo en dichos lugares.
- Amenazan con hacerle daño a usted, su familia, amigos, o mascotas.
- Averiguan información sobre usted valiéndose de archivos públicos o servicios de búsqueda en Internet, contratando investigadores, revisando la basura de su casa, o comunicándose con sus amigos, familiares, vecinos, o compañeros de trabajo.
- Publican información o divulgan rumores sobre usted en Internet, en un lugar público, o de boca en boca.
- Llevan a cabo otras acciones para controlarla, vigilarla, o atemorizarla.

Usted no es culpable por el comportamiento del acechador.

COSAS QUE USTED PUEDE HACER

El acecho es impredecible y peligroso. No hay dos situaciones de acecho que sean iguales. No hay garantía alguna de que lo que da buenos resultados a una persona le resulte bien a otra. Sin embargo, hay cosas que usted puede hacer para aumentar su seguridad.

Si usted se halla en **peligro inminente**, llame al 911.

Confíe en sus **instintos**. No reste importancia al peligro. Si usted se siente insegura, probablemente lo está.

Tome las **amenazas** en serio. Por lo general, el peligro es mayor cuando el acechador habla de suicidio o asesinato, o cuando la víctima trata de alejarse o de poner fin a la relación.

Comuníquese con un servicio telefónico de ayuda en situaciones de crisis, con una **agencia de servicios a víctimas** o con un programa para atender situaciones críticas relacionadas con violencia doméstica o violación. Estos servicios pueden ayudarla a diseñar un plan de seguridad, le brindan información sobre leyes locales, analizan opciones, como solicitar una orden de protección judicial, o recomiendan otros servicios.

Desarrolle un **plan de seguridad**, que incluya, por ejemplo, cambiar su rutina diaria, hacer arreglos para encontrar otro lugar donde vivir, o para que un amigo o pariente la acompañe a los lugares que usted visite. Además, decida de antemano lo que usted hará si el acechador se presenta en su casa, lugar de trabajo, escuela, o en cualquier otro lugar. Diga a otras personas cómo pueden ayudarla.

Las mujeres son acechadas a un ritmo tres veces mayor que los hombres.

No se comunique con el acechador ni responda a sus intentos de ponerse en contacto con usted.

Deje **constancia** del acecho. Cuando el acechador la siga o se comunique con usted, anote la hora, la fecha y el lugar. Guarde los mensajes por correo electrónico, los de texto, los recados telefónicos y las cartas o notas del acechador. Tome fotografías de cualquier objeto de su propiedad que haya sido dañado por el acechador, y de las lesiones que haya causado. Si hay testigos, pídales que escriban lo que vieron.

7.5 millones de personas son víctimas de acecho cada año en los Estados Unidos.

Llame a la **policía**. Todos los estados tienen leyes sobre acecho. Es posible que el acechador haya violado otras leyes también si la asaltó a usted o si robó o destruyó algún objeto de su propiedad.

Considere la posibilidad de obtener una **orden judicial** que ordene al acechador mantenerse alejado de usted.

Hable con **su familia, sus amigos, compañeros, de cuarto y de trabajo** sobre el acecho y pídales su apoyo. Avise al personal de seguridad en su lugar de trabajo o escuela. Solicite su ayuda en defensa de su seguridad.