

*"Ayúdame, No abuses de mí"*

CAMPAÑA CONTRA LAS AGRESIONES SEXUALES

En las fiestas, respeta, cuídate, y disfruta

#consumosentido.

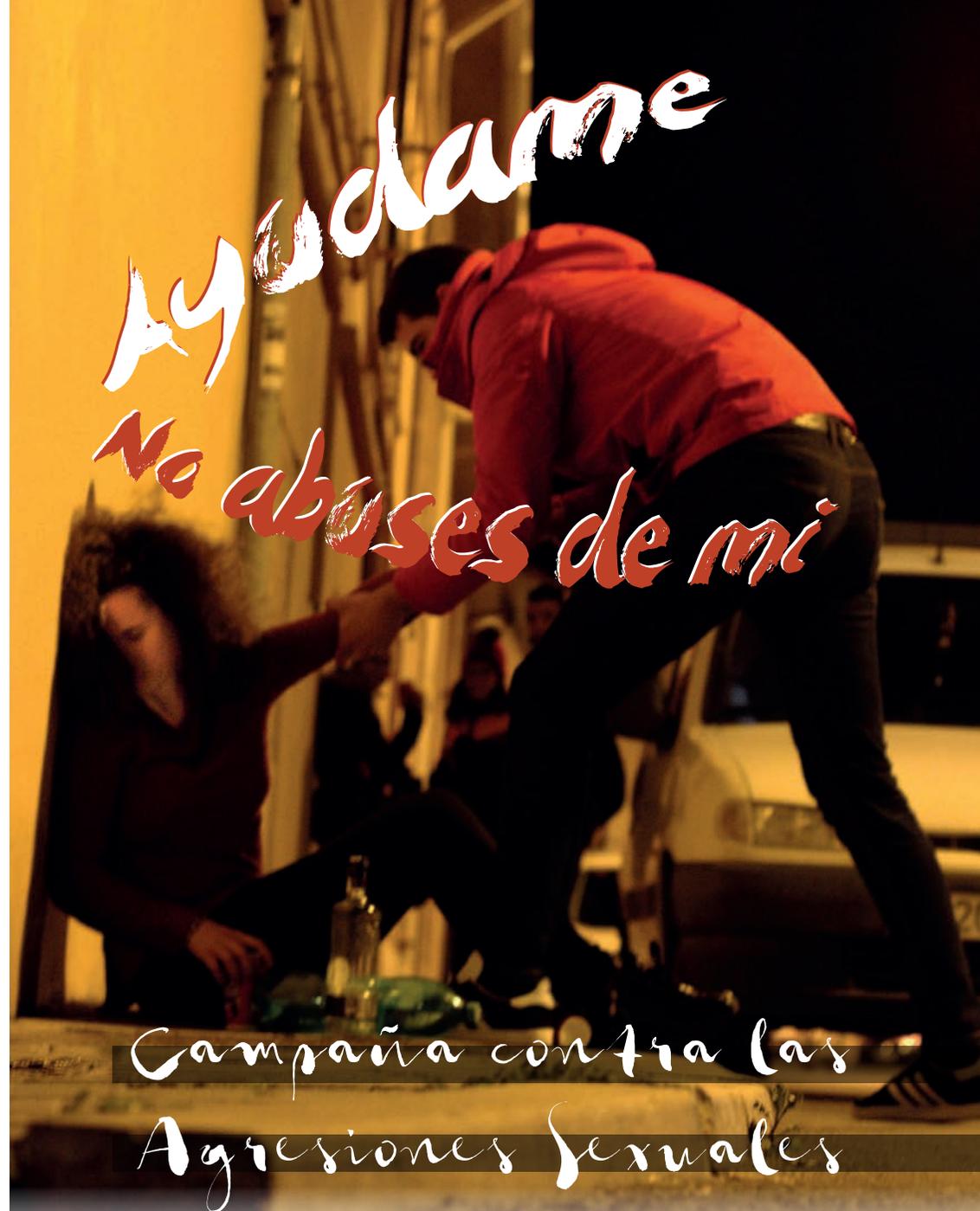


[apoyosocial.sas@usal.es](mailto:apoyosocial.sas@usal.es)

923 29 45 00 extensión 3083.

666 55 36 35 (L-V de 09,00 - 14,00 horas)

Patio de Escuelas, 3, 37008. Salamanca.



[sas.usal.es](http://sas.usal.es)  
VSA Ludable



# "Ayúdame, No abuses de mí"

## CAMPAÑA CONTRA LAS AGRESIONES SEXUALES

### En las fiestas, respeta, cuídate, y disfruta

#### #consumosentido.

#### En las relaciones con otras personas, ten en cuenta que,

- Ni el uso, ni el abuso del alcohol u otras drogas, justifican una agresión. ¡NO es NO!
- Que alguien "no te siga el rollo" forma parte de su derecho a decir NO.
- Cualquier NO, debes respetarlo en todo momento, a pesar de los Sí anteriores.

#### Si presencias una agresión machista, del tipo que sea, no lo permitas:

- Dirígete a la víctima y pregúntale si está bien, si necesita ayuda.
- Haz saber al agresor que no te parece divertido ni normal agredir a las mujeres.

#### Si te estás sintiendo acosada,

- Dile clara y contundentemente que la situación no te gusta (aunque sea un conocido).
- Respáldate en tus colegas, cuenta lo que pasa y busca ayuda. ¡No estás sola!

#### Si estás sufriendo una agresión,

- Intenta mantener la calma. Retén la mayor información posible del agresor (rasgos faciales, cicatrices, tatuajes) y del lugar donde estás.
- Evita insultos y súplicas. Hablar como disuasión no suele dar resultado.
- Favorece el desconcierto del agresor con conductas atípicas (vomitar, fingir un desmayo).
- Gritar, huir o resistirte son alternativas, pero antes de llevarlas a cabo, valora si van a tener alguna posibilidad real de éxito. En ese caso, lucha con todas tus fuerzas, aunque primero finjas pasividad. No te resistas ante una persona armada o cuando hay varios agresores.

#### Si has sufrido una agresión,

- Llama a alguien de confianza para que te acompañe.
- No te cambies de ropa ni te laves. Puedes tener restos de tu agresor. Todo esto sirve posteriormente como prueba en un juicio. Además, si el agresor es desconocido, estos indicios pueden ayudar a su identificación.
- Acude inmediatamente a urgencias de un centro sanitario o llama al 112. Te harán un reconocimiento general y cubrirán un parte de lesiones. Deben darte copia del mismo para que lo presentes al hacer la denuncia.
- Acude a la Comisaría de Policía o Cuartel de la Guardia Civil más próximos, o al Juzgado de Instrucción que esté de guardia para presentar la denuncia. Responde despacio para que todo se recoja con claridad, expón todos los detalles y lee atentamente la denuncia. Fírmala sólo cuando diga lo que tú quieres. Pide una copia.
- Ponte en contacto con el SAS, donde te ofreceremos, de manera confidencial, el apoyo y asesoramiento que necesitas, orientándote y acompañándote a los servicios antes citados y a recursos especializados que te prestarán apoyo psicológico, jurídico y social.

#### Teléfonos de interés:

- Emergencias: 112.
- Policía Nacional: 091
- Servicio de Asuntos Sociales: 666553635 (Lunes a viernes, 9 a 14 horas).