

Reúne información: ¿qué puedo hacer durante la investigación?

Un folleto de lectura fácil para los discapacitados de Missouri después de sufrir malos tratos



Financiado por:



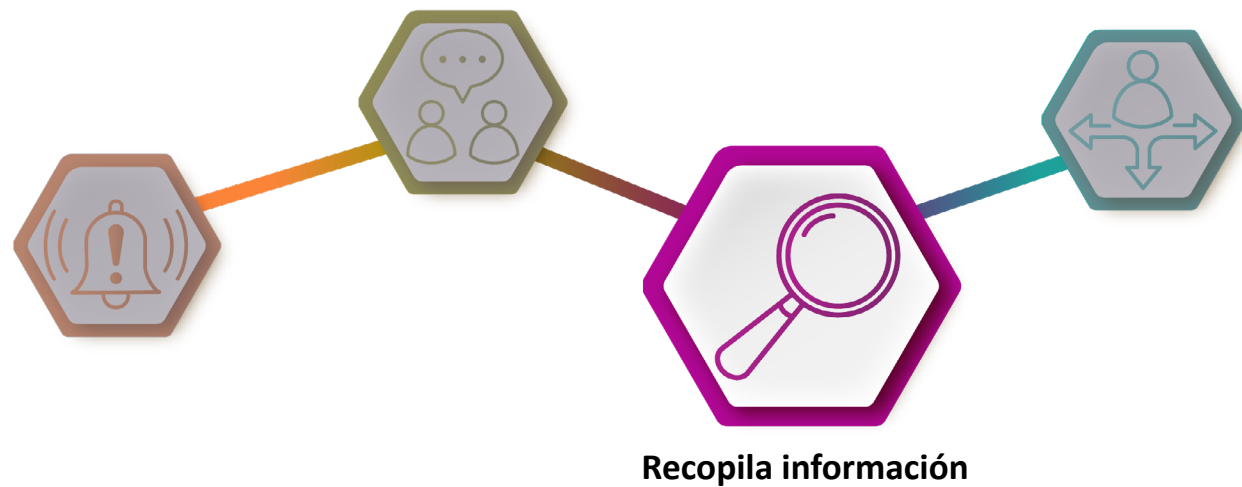
Creado por:



¿Qué es esto y a quién va dirigido?

Este folleto de lectura fácil forma parte de una serie de cuatro folletos. Tienen por objetivo ayudarte a conocer lo que ocurre después de sufrir malos tratos.

Este libro de lectura fácil, **Recopila información: ¿qué puedo hacer durante la investigación?**, es para ayudarte saber lo que ocurrirá después de que hayas denunciado un caso de maltrato y las cosas que puedes hacer durante la investigación para cuidarte a ti mismo.



Cómo utilizar este folleto de lectura fácil



Los folletos de lectura fácil utilizan palabras e imágenes para ayudarte a comprender lo que necesitas saber.



Quizás puedas leer este folleto por ti mismo.



También puedes pedirle a alguien que lo lea contigo.

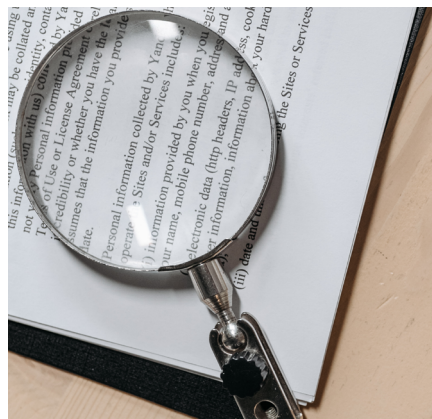
¿Qué es una investigación?



Cuando alguien ha sufrido malos tratos, a menudo se presenta una denuncia.



El siguiente paso es encontrar más información sobre lo que ocurrió.



Esto se denomina. investigación.

¿Cuánto tardará la misma?



A veces la investigación puede ser realmente corta.



A veces dura mucho tiempo.



La mayoría tardan entre 30 y 60 días.

¿Cuánto tardará la misma?



Eso puede parecer mucho tiempo.



Puede parecer una espera interminable.



Hay algunas cosas que puedes hacer mientras esperas a que termine la investigación.

Orden de protección



Una cosa que puedes hacer es pedir una orden de protección.



Esta le dice a la persona que te hizo daño que no te hable ni venga a verte. Si lo hacen, pueden meterse en problemas.



Conseguirla puede ayudarte a sentir mayor seguridad.

Orden de protección



Una orden de protección procede de un tribunal.



Puedes pedirle a alguien que te ayude con esto.



Una buena persona a la que pedir ayuda es un defensor de las víctimas.

Asesoramiento de salud mental



Otra cosa que puedes hacer es buscar asesoramiento de salud mental.



Una consejera o un consejero es alguien con quien puedes hablar de lo que te ha pasado.



Puedes hablarle de cómo el maltrato está afectando a tu vida.

Asesoramiento de salud mental



Es posible que aún tengas muchos sentimientos sobre lo ocurrido.



Puedes hablar con la consejera o el consejero sobre tus sentimientos.



Él o ella no le contará a nadie las cosas que le digas.

Grupo de apoyo



Otra cosa que puedes hacer es acudir a un grupo de apoyo a supervivientes.



Este es un lugar para reunirse y hablar con otras personas que son supervivientes de malos tratos.



Puedes hablar de tus sentimientos y de cómo lo ocurrido ha afectado a tu vida.

Cuídate



Hagas lo que hagas en esta fase, es importante que te cuides.



Si sientes inseguridad, llama o díselo a alguien.



Habla con alguien de tus sentimientos y de cómo te encuentras.

Recursos

Policía

Llama al 911 si te encuentras en peligro en este momento o si alguien ha quebrantado la ley.

Línea directa contra el suicidio y las crisis

Llama al 988 si necesitas hablar con un consejero de salud mental sobre cómo te sientes en este mismo momento.

SAMHSA National Helpline

Da referidos las 24 horas al día, 7 días a la semana, a servicios locales de salud mental, grupos de apoyo y organizaciones comunitarias. Llama a **800-662-HELP (4357)** o **TTY: 800-487-4889** para obtener ayuda en salud mental.

Coalición de Missouri contra la Violencia Doméstica y Sexual

Puede ayudarte a encontrar un defensor local de las víctimas que pueda ayudarte con asuntos tales como una orden de protección. Haz clic en tu ubicación en el mapa para encontrar agencias cerca de ti.

mocadsv.wpengine.com/how-to-get-help/

Para mayor información, consulta los demás folletos de esta serie.



Reúne información: ¿qué puedo hacer durante la investigación?

Un folleto de lectura fácil para los discapacitados de Missouri después de sufrir malos tratos

Creado por:



Financiado por:



Encuentre más herramientas y recursos en
afterabuseMOguide.com

© 2023 de la Junta de Curadores de la Universidad de Missouri

La financiación de este proyecto procede del Consejo de Discapacidades del Desarrollo de Missouri (MODDC), Subvenciones No. 1801MOBSDD Sec. No.: 2018 / 4, No. 1901MOSCDD-02, No. 2001MOSCDD-02 y según lo autorizado por la Ley Pública 106-402 -Ley de Asistencia a las Discapacidades del Desarrollo y Declaración de Derechos de 2000 (Ley DD).