

Una persona que ha sido estrangulada puede:

- Perder la conciencia en 5-10 segundos.
- Morir en 4-5 minutos.
- Morir días o semanas después de la estrangulación a causa de lesiones relacionadas o complicaciones respiratorias.
 - Síndrome de dificultad respiratoria aguda (ARDS)
 - Neumonía
 - Embolización
- Experimentar daño permanente al cerebro y al cuerpo.
- Sufrir trauma emocional.

“Las víctimas de violencia doméstica que han sido asfixiadas o estranguladas tienen 8 veces más probabilidad de ser asesinadas por su pareja.” *

No espere. Busque ayuda hoy.

Comuníquese con los *oficiales de prevención de violencia doméstica* o con los *defensores de las víctimas* en su estación de policía local o PSA.

En caso de emergencia, llame al “911.”

Vaya a www.nyc.gov/nychope
Llame a la línea directa de violencia doméstica de la ciudad de Nueva York (las 24 horas):
1 (800) 621-HOPE (4673)
TTY: 1 (866) 604-5350

*Nancy Glass et al., *Non-Fatal Strangulation Is an Important Risk Factor for Homicide of Women*, 35, Journal of Emergency Medicine, 329 (2008).



VIOLENCIA DOMÉSTICA

ESTRANGULACIÓN (ASFIXIA)

¿Alguna vez fue estrangulada o asfixiada?

No espere.
Busque ayuda hoy.



Conozca las señales. No espere. Busque ayuda

Signos visibles

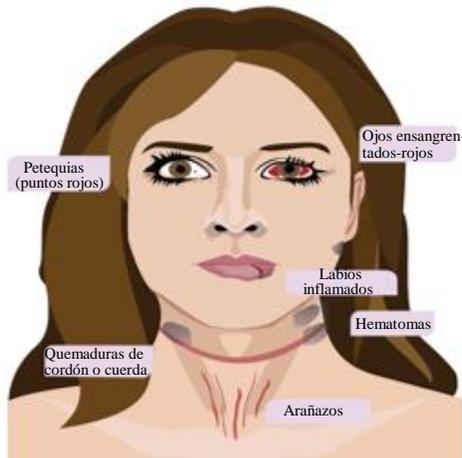


Ilustración de Yesenia Aceves

Recuerde, a veces no hay signos visibles de estrangulación.

Si ha sido asfixiada o estrangulada, puede recibir ayuda, aunque no tenga signos visibles.

Siempre hay ayuda disponible.

SIGNOS de estrangulación

- **Cabeza:** *pequeñas manchas rojas en la piel (petequis) en el cuero cabelludo, cabello arrancado, golpes, fractura de cráneo, conmoción cerebral*
- **Rostro:** *enrojecimiento o rubor, petequis, marcas de arañazos*
- **Ojos y párpados:** *petequis en el globo ocular izquierdo o derecho, ojos inyectados en sangre*
- **Nariz:** *sangrado en la nariz, nariz quebrada, petequis*
- **Boca:** *hematomas, lengua inflamada, labios inflamados, cortes/abrasiones*
- **Debajo del mentón:** *enrojecimiento, marcas de arañazos, hematomas, abrasiones*
- **Pecho y hombros:** *enrojecimiento, marcas de arañazos, hematomas, abrasiones*

SÍNTOMAS de Estrangulación

- **Voz:** *voz áspera y/o ronca, incapacidad para hablar*
- **Deglución:** *dificultad para tragar, dolor en el cuello, tos, náuseas /vómitos, salivación*
- **Respiración:** *dificultad para controlar la respiración, hiperventilación*
- **Comportamiento:** *inquietud o combatividad, problemas para concentrarse, amnesia, agitación, síndrome de estrés postraumático*
- **Visión:** *borrosa, o pérdida completa de la visión, visión en blanco y negro, "ver estrellas," oscuridad, alucinaciones*
- **Audición:** *pérdida parcial o total de la audición, zumbido, taponamiento de oídos, aumento de la presión dentro del canal del oído, audición tipo "túnel"*
- **Otros:** *pérdida de memoria, inconsciencia, mareos, dolores de cabeza, micción o defecación involuntaria, pérdida de fuerza, fatiga*

10 cosas que puede hacer

Inmediatamente después de un ataque

1. **Llame al "911."** Denuncie el incidente a la policía. Si es necesario, **pida una ambulancia.**
2. Consulte un médico, **aunque crea que no ha sufrido lesiones.**
3. **Tome fotos de las lesiones.**
4. Tome nota de los **signos o síntomas** que experimenta.

Días y semanas más tarde

5. **Comuníquese con los Oficiales de prevención de violencia doméstica en su estación de policía o área de servicios policiales (PSA) local.** Ellos están especialmente capacitados para proporcionar asistencia y planificación de seguridad a las víctimas de violencia doméstica.
6. **Comuníquese con los Defensores de las víctimas en su estación de policía local o de PSA.** Ellos pueden ayudarle a acceder a recursos y servicios para mantenerle a salvo.
7. Considere obtener una **Orden de protección.**
8. **Continúe llevando un registro** de todos los síntomas que experimente.
9. Llame a la línea directa de violencia doméstica de la ciudad de Nueva York (las 24 horas): **1 (800) 621-HOPE (4673).**
10. Recuerde que la estrangulación o la amenaza de estrangulación **nunca está "bien" y nunca es su culpa.**