

# PRIMEROS AUXILIOS

## a víctimas de delitos

QUIENES HAN SUFRIDO UN DELITO PODRÍAN TENER ALGUNAS REACCIONES COMUNES A LA SITUACIÓN TRAUMÁTICA VIVIDA Y PRESENTAR ALGUNOS DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS:



### SÍNTOMAS FÍSICOS

temblores, náuseas, taquicardias, hipertensión arterial, dificultad para respirar, dificultad para dormir, cambio de hábitos alimentarios.



### SÍNTOMAS EMOCIONALES

impotencia, tristeza, angustia, llanto, confusión para pensar, miedo, pánico, inseguridad, irritabilidad, enojo, ira, recuerdos permanentes de lo sucedido.



### SÍNTOMAS SOCIALES

aislamiento, necesidad de estar solo, desconfianza generalizada, problemas en el trabajo familia o escuela, falta de credibilidad en las instituciones.

Qué puede hacer una víctima si presenta alguno de estos síntomas.

Buscar ayuda profesional: médica, psicológica y social.

Controlarse la presión arterial.

No estar solo.  
Buscar compañía.

Hablar con otras personas cuando lo necesite.

Realizar ejercicios o caminatas.

No abusar de alcohol o medicamentos.

Mantenerse ocupado, organizar el tiempo.

No tomar ninguna decisión drástica.

PEDIR AYUDA.

### Cómo puedo ayudar como familia y/o amigo de una víctima del delito

Escuchando atentamente a la persona afectada por el delito.

Respetando el deseo de la víctima si no desea hablar de lo ocurrido.

Ofreciéndole ayuda, atención y compañía.

Respetándole su privacidad.

Permitiéndole llorar y expresar su tristeza.

Hablándole con palabras que no aumenten su malestar, por ejemplo, nunca decirle *'que tuvo suerte, que pudo haber sido peor'*, las víctimas no encuentran consuelo en esta frase.

Expresándole que: *'lamentan mucho lo ocurrido y quieren ayudarlo a recuperarse'*.

Ofreciéndole su acompañamiento para PEDIR AYUDA PROFESIONAL.

### Es importante tener presente que:

Cada víctima responde de manera diferente a la agresión recibida.

Cada uno tiene su tiempo interno para recuperarse.

Si los síntomas duran más de dos meses, consulte con un Psicólogo, hay profesionales que lo pueden ayudar.

COORDINACIÓN PROVINCIAL  
Rivadavia 163 1º piso. Trelew  
0280 4427169 · 4424227

SAVD COMODORO RIVADAVIA  
Máximo Abasolo 980  
0297 4463701 · 4462408

SAVD COMARCA ANDINA  
Amancay 495  
02944 471272

SAVD ESQUEL  
Alvear 543 1º piso  
02945 451204 · 451297

SAVD PUERTO MADRYN  
P. Escardó e Irigoyen 1º piso  
0280 4470773 · 4470061

SAVD RAWSON  
Mariano Moreno 759  
0280 4481648

SAVD SARIENTO  
28 de Julio 430  
0297 4898327

SAVD TRELEW  
Rivadavia 163 1º piso  
0280 4427169 · 4424227

**SAVD MPF**  
Servicio de Asistencia a la Víctima del Delito  
MINISTERIO PÚBLICO FISCAL