

# MUJERES

## Ustedes no están solas para superar el trauma sexual militar

El trauma sexual militar (MST, por sus siglas en inglés) es un ataque sexual o un acoso sexual que tuvo lugar durante el servicio militar de una Veterana, e incluye:

- Ser presionada a participar en actividades sexuales, como mediante amenazas o promesas de una mejor asignación
- Actividades sexuales no consentidas, como cuando está dormida o bajo la influencia de fármacos o alcohol
- Ser forzada físicamente a tener relaciones sexuales
- Ser manoseada de un modo que la hizo sentir incómoda
- Comentarios sobre su cuerpo o actividades sexuales que le parecieron amenazantes
- Avances sexuales no deseados que consideraste amenazantes

Quizás hubo momentos en la vida en los que la trataron mal porque es mujer. Sufrir el MST pudo haberse sentido como un signo más de que usted no importa. Quizás por eso también le podrá preocupar que no le creerán si lo comenta. **NOSOTROS LE CREEMOS.**

### PREOCUPACIONES MÁS COMUNES INFORMADAS POR LAS MUJERES QUE PADECIERON MST



EMOCIONES INTENSAS



PROBLEMAS FAMILIARES Y PARA RELACIONARSE



TRASTORNOS DE ALIMENTACIÓN O DE IMAGEN CORPORAL



PROBLEMAS DE CONFIANZA O COMUNICACIÓN



DOLORES Y PROBLEMAS FÍSICOS



PROBLEMAS DE AUTOESTIMA



DIFICULTADES SEXUALES



PROBLEMAS LABORALES O CON EL ESTUDIO



EVITACIÓN O AISLAMIENTO



COMPORTAMIENTO IMPRUDENTE



**USTED NO ESTÁ SOLA**

Una de cada tres mujeres Veteranas comenta que padeció MST al ser consultada por un prestador de salud de la Administración de Veteranos (VA, por sus siglas en inglés).

Las mujeres de

**TODOS LOS ANTECEDENTES,**

incluidos factores como la época del servicio, el rango, la edad, la raza y la orientación sexual, han sufrido MST.

### EL MST NUNCA ES SU CULPA

#### HAY MUCHOS CAMINOS PARA SUPERAR EL MST. LA VA PUEDE AYUDARLE.



- La Administración de Veteranos (VA, por sus siglas en inglés) ofrece servicios gratuitos relacionados con el MST a los Veteranos
- Es posible que pueda recibir servicios relacionados con el MST incluso si usted no es elegible para otro tipo de atención que ofrece la VA
- Para recibir atención no es necesario presentar documentación sobre su experiencia de MST
- Cada VA tiene un Coordinador de servicios para MST para ayudarle a acceder a los servicios
- Comuníquese con su sistema local de salud de VA y pida hablar con el Coordinador de servicios para MST para obtener más información

Tanto las mujeres como los hombres pueden sufrir MST. Visite [www.mentalhealth.va.gov/msthome.asp](http://www.mentalhealth.va.gov/msthome.asp) para obtener materiales y conocer más sobre los programas de recuperación y los servicios relacionados con el MST tanto para mujeres como para hombres en la VA.



U.S. Department of Veterans Affairs  
Veterans Health Administration

