



PREVENCIÓN DEL CRIMEN

“Solía tener demasiado miedo de salir de mi apartamento porque sentía temor de que alguien pudiera entrar a robarme. Después escuché las sugerencias acerca de la seguridad que estaba dando un oficial de prevención del crimen. Ahora me siento menos vulnerable y más segura al salir a la calle.”

– Nancy, viuda de 81 años de edad

Ante el temor de la posibilidad de convertirse en víctimas de un crimen, muchas personas mayores optan por quedarse en sus casas, saliendo sólo cuando es necesario. Este temor frecuentemente tiene un impacto en la calidad de vida, limitando los contactos con otras personas y aumentando el aislamiento social. Resulta curioso que las personas mayores de 65 años sean víctimas de crímenes (por ejemplo: ataques físicos u homicidios) con *mucha menos* frecuencia que la gente joven. Sin embargo, los adultos mayores son más vulnerables a ciertas clases de crímenes, como los arrebatos de sus bolsas o el fraude. Conocer esta información acerca de estos tipos de crímenes, ser cuidadoso y estar alerta puede reducir las oportunidades en las cuales los criminales pueden atacar. El contacto frecuente con sus vecinos también puede ayudarle a crear una sensación de seguridad y apoyo. Cuando los residentes de una comunidad asumen la responsabilidad de prevenir el crimen, tanto los individuos como los vecindarios se ven más seguros.

¿Cómo puedo protegerme cuando salgo?

- Si debe portar una bolsa, llévela muy pegada a su cuerpo. No la deje colgando de su brazo o mano.
- Nunca lleve su billetera en su bolsillo trasero. Colóquela en el bolsillo interno de su chaqueta o en el bolsillo delantero.
- Dentro de lo posible, asegúrese de que alguien sepa dónde va y cuándo planea volver.
- Evite tomar recorridos oscuros o desolados, aun cuando sean los más cortos.
- Lleve a mano cambio para llamar por teléfono o para transporte en caso de una emergencia.

- Siempre que sea posible, esté acompañado de un amigo cuando vaya de compras, al banco o a su médico. Consulte con la policía, el comisario o con el centro de ciudadanos mayores acerca de servicios de acompañante.
- Cuando utilice el autobús u otro medio de transporte público, trate de sentarse cerca del conductor.
- No se cargue de paquetes ni de mercadería que puedan taparle la visión y dificultar su capacidad de reacción.
- Tenga las llaves de su automóvil o de su casa a mano en cuanto se esté acercando a su vehículo u hogar.
- Lleve una alarma de distracción (*shriek alarm*) consigo. En algunas áreas, existen grupos comunitarios que ofrecen alarmas gratuitas a las personas mayores.
- Cuando usted conduce, mantenga las puertas cerradas con seguro y las ventanas subidas. Estacione su vehículo en áreas bien iluminadas y con movimiento. Si tiene algún problema con su automóvil, tenga cuidado con los extraños que le ofrecen ayuda. Permanezca en su automóvil y pídale que llamen a un servicio de asistencia o a la policía. Puede sentirse más seguro si tiene un celular para poder llamar y pedir ayuda en caso de emergencia.
- Si un amigo o un taxi lo lleva a su casa, pídale al conductor que espere hasta que usted entre a su hogar.
- Exprese el mensaje de que usted está tranquilo y seguro, y que sabe dónde está yendo. Confíe en sus instintos. Si se siente incómodo en un lugar o situación, aléjese.

¿Cómo puedo protegerme en mi hogar?

- Use cerrojos (o pasadores) en todas las puertas externas. Mantenga las puertas cerradas con llave en todo momento, incluso cuando usted esté dentro de su casa.
- Proteja las ventanas y las puertas corredizas de vidrio con buenas cerraduras o con otros dispositivos de seguridad.
- Con la ayuda de un reloj automático, que pueda encender algunas luces o una radio en su casa, haga que su hogar parezca estar ocupado por alguien cuando usted salga.
- Nunca deje pasar a extraños a su casa sin antes revisar su identificación. Si no está seguro, llame a la compañía que ellos dicen representar. Instale una mirilla en su puerta y utilícela.
- Si vive solo, no lo difunda. En lugar de usar su primer nombre en los directorios de teléfono, la planta baja de su apartamento, el buzón, etc., utilice su inicial.

- Conozca bien a sus vecinos y tenga a mano sus números de teléfono en caso de emergencia.
- Establezca un sistema de "llamados entre amigos" mediante el cual ustedes pueden estar controlando que están bien en forma diaria.
- Mantenga los bonos, certificados de acciones, joyas que usa infrecuentemente, y colecciones de estampillas o de monedas en una caja fuerte segura.
- No oculte llaves extras de su casa debajo de felpudos o de lugares obvios.

¿Cómo puedo proteger mi dinero?

- Si regularmente recibe cheques en el correo, solicite que se los envíen directamente a su banco.
- Evite llevar grandes sumas de dinero. Si debe llevar una gran cantidad de dinero al banco u a otro lugar, haga que un amigo lo acompañe.
- No muestre grandes cantidades de efectivo en tiendas u otros lugares públicos.
- Nunca coloque su bolsa o billetera sobre el mostrador de una tienda mientras esté revisando la mercadería.

¿Y si alguien me asalta?

- No ofrezca resistencia si la persona que le ataca sólo quiere su bolsa u otros objetos valiosos. Tanto su vida como su seguridad tienen más valor que sus posesiones.
- Trate de esforzarse para obtener una descripción correcta del agresor y llame a la policía o al comisario inmediatamente.
- Recuerde, incluso la persona más cuidadosa no puede prevenir todos los crímenes.
- Comprenda que lo que esa persona le hizo no está bien y que no fue su culpa. Recuerde que, además del daño físico o de la pérdida económica, es usual sentirse abrumado, atemorizado, devastado o con dolor emocional después de haber sido víctima de un crimen.
- Comuníquese con su agencia de asistencia a las víctimas local lo antes posible. La agencia puede ayudarle a sobrellevar el trauma que atraviesan frecuentemente las víctimas de un crimen. También puede brindarle o referirlo a otros servicios que pueden necesitarse (como por ejemplo: asistencia legal, médica o compensatoria).

¿Cómo puedo evitar que me estafen?

Las personas mayores tienen mucha más probabilidad que cualquier otro grupo de edades de ser víctimas de fraude. Cualquier persona puede ser víctima, incluso aquellas que se consideran demasiado inteligentes o sofisticadas. Los estafadores atacan a las personas mayores porque creen que éstas se confían demasiado, son educadas ante los extraños y tienen ganas de conversar con alguien. De esa forma, las víctimas permiten la oportunidad de sentirse "presionadas" para hacer algo. Tenga especial cuidado con lo siguiente:

- Los planes de "hacerse rico rápidamente" en los cuales usted tiene que poner dinero de "buena fe"
- "Buen precio" en trabajos de reparaciones o mejorías en el hogar
- Inversiones que prometen reintegros inusualmente grandes
- Alguien que le dice que usted debe dinero por algo que ordenó su cónyuge o familiar fallecido
- Engaños por trabajos en el hogar, ventas puerta a puerta, seguro Medicare complementario, curas milagrosas o anteojos y audífonos con grandes descuentos
- Cualquier propuesta que involucre dinero, tarjetas de crédito, bancos, u objetos valiosos que suene demasiado atractiva como para ser cierta o que debe permanecer en secreto. No se apresure a firmar ninguna clase de acuerdo o contrato. Consulte con sus amigos, abogados, el departamento de policía, la Oficina de Mejores Prácticas Comerciales (*Better Business Bureau*), los programas de prevención y asistencia a víctimas de un crimen, y el departamento de asistencia al consumidor de su estado o condado.

Recuerde: Si le suena demasiado atractivo para ser cierto, ¡probablemente lo sea!

Si usted es víctima de un fraude, llame a la policía inmediatamente. Puede que sienta algo de vergüenza por haber sido engañado, pero su información es vital para poder encontrar al estafador y prevenir que esto le ocurra a otra persona.

Tener un plan financiero sólido le ayuda a asegurarse de que sus bienes estén protegidos, lo cual reducirá su ansiedad en torno a sus finanzas y, con suerte, será menos vulnerable a las transacciones fraudulentas.

¿Cómo puedo hacer que mi vecindario sea más seguro?

Permanecer activo en la comunidad le ayudará a sentirse más seguro y también le ayudará a hacer que su vecindario sea un mejor lugar para vivir. A continuación, se describen algunas ideas que usted puede considerar:

- Unirse a una patrulla de vecindario, apartamentos, casilla de vigilancia o patrulla de ciudadanos. Comunicarse con la policía local y pedirles el nombre de un grupo de vigilancia comunitaria en su zona.
- Si tiene un amigo que haya sido víctima de un crimen, brindarle apoyo. Por ejemplo: escúchelo con atención y sin prejuicios, cocínele una comida, ayúdele a reemplazar o reparar el daño de sus pertenencias. Dentro de lo posible, ofrézcale a la víctima acompañarla a la estación de policía y a la corte.
- Pedirle al oficial de prevención del crimen de su agencia local para el cumplimiento de la ley que hable con algún grupo en el cual usted pertenezca y que tenga miembros mayores de edad.

Dónde obtener ayuda

Recursos nacionales

Federal Bureau of Investigation (FBI). Esta agencia nacional cuenta con una división que se encarga de los casos de fraude a ciudadanos mayores de edad. Este sitio ofrece información acerca del crimen y brinda muchos consejos sobre cómo evitar el fraude por seguros médicos, medicamentos de venta con receta contrabandeados, telemarketing sobre servicios fúnebres y de cementerios, y mucho más. Sitio Web: www.fbi.gov/majcases/fraud/seniorsfam.htm

Organización Nacional para la Asistencia de Víctimas (National Organization for Victims Assistance, NOVA). Esta organización privada y sin fines de lucro brinda información para las víctimas de un crimen, independientemente de la edad de las mismas. La información cubre un amplio espectro de temas, incluyendo qué hacer antes y después de un crimen, los derechos de las víctimas y la compensación, los programas de asistencia a las víctimas, y las reacciones físicas y emocionales de ser una víctima. Llame a la **Línea Directa Nacional de Información y Derivación (Referidos) para las Víctimas de Crímenes (National Crime Victims Information and Referral Hotline)** para localizar un programa comunitario de asistencia a las víctimas que esté cerca de su área. Teléfono: 800-879-6682. Sitio Web: <http://www.trynova.org/victiminfo/victimizationhelp>

Recurso en el Estado de Nueva York

Junta de Víctimas de Crímenes del Estado de Nueva York (*New York State Crime Victims Board*). La misión de esta agencia es brindar compensación financiera a las víctimas inocentes de un crimen y defender los derechos y beneficios de todas las víctimas inocentes de un crimen.

Teléfono: 800-247-8035 ó 718-923-4325.

Sitio Web: www.cvb.state.ny.us

Recursos en la Ciudad de Nueva York

Los Ciudadanos para NYC (*Citizens for NYC*). Esta organización sin fines de lucro ayuda a la gente a encontrar o a iniciar un grupo de vigilancia vecinal voluntario.

Teléfono: (212) 989-0909.

Sitio Web: www.citizensnyc.org

CornellCARES.com, creado y mantenido por la División de Geriátrica y Gerontología (*Division of Geriatrics and Gerontology*) del Weill Medical College of Cornell University, brinda un directorio en línea de muy fácil acceso que enumera a los proveedores de salud mental de la Ciudad de Nueva York que aceptan Medicare. Algunos se especializan en el tratamiento de víctimas de crímenes y en el trastorno de estrés post-traumático.

Sitio Web: www.CornellCARES.com.

Departamento de la Ciudad de Nueva York para el Envejecimiento (*New York City Department for the Aging*)

- El **Centro de Recursos para Víctimas de Crímenes de Mayor Edad (*Elderly Crime Victims Resource Center*)** ayuda a las víctimas de crímenes de la tercera edad y ofrece asesoramiento (consejería) sobre la prevención así como también asistencia en los casos de abusos de las personas mayores.
Teléfono: 212-442-3103 ó 212-442-1000.
Sitio Web: www.nyc.gov
- ***Taking Care of Business: Protecting Yourself and Your Assets*** (Ocupándose de sus Asuntos: Protegiéndose a usted mismo y a sus bienes) es una guía cuyo objetivo es ayudar a proteger a las personas mayores de convertirse en víctimas de explotación financiera e identifica los recursos locales disponibles para ayudar a las personas que han sido víctimas.
Sitio Web: www.nyc.gov/html/dfta/pdf/dfta_tcb.pdf

Safe Horizons. Esta agencia de asistencia a las víctimas es una institución sin fines de lucro que brinda apoyo a las víctimas incluyendo refugios de emergencia, cerrajeros, planificación para garantizar su seguridad, asesoramiento en caso de crisis, asistencia legal y derivaciones (referidos). Si usted ha sido victimizado, llame a la línea directa disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Teléfono: 212-577-7777.

Sitio Web: www.safehorizons.org

El material de este cuadernillo ha sido adaptado con el permiso de The National Crime Prevention Council, 1000 Connecticut Avenue NW, Washington, DC 20036.

Este material le brinda información general y breve sobre este tema del cuidado de la salud. Sin embargo, éste no reemplaza las instrucciones específicas de sus proveedores del cuidado de la salud. Para obtener respuestas a otras preguntas que usted pueda tener, consulte a su médico o a otro proveedor del cuidado de la salud.

Copyright NewYork-Presbyterian Hospital 2005. Se reserva todos los derechos.