

Guía de prevención de la violencia de género : Cómo actuar en casos de violencia sexual



- Guía de prevención de la violencia de género: cómo actuar en casos de violencia sexual. 2016
- Realizada por Ana Marrades Puig, Universitat de València
- Con la colaboración del equipo de CAVAS (Ana Marco, Encarna Hernández, Beatriz de Mergelina)
- Diseño lema “cuando digo no” Lucía Marrades
- Impresión y maquetación: Aulagráfica, s.l.

GUÍA DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

**CÓMO ACTUAR EN
CASOS DE VIOLENCIA
SEXUAL**



¿Qué es la violencia de género ?


Es la violencia que se ejerce contra las mujeres por el hecho de serlo, y se manifiesta de muchas formas:

- › Violencia física
- › Violencia psicológica
- › Violencia sexual
- › Violencia económico-patrimonial

**Hay comportamientos aparentemente neutros que la sostienen.
No permitas que nadie te humille.**

Si algún compañero te hace un comentario sexualmente grosero, o se acerca a ti de forma inadecuada, no des explicaciones y hazle saber que te molesta.

Si tu pareja intenta controlarte, te hace daño física o psicológicamente o, te exige realizar algún acto sexual contra tu voluntad: no lo consientas y denúncialo o cuéntalo a una persona de tu confianza. Hay muchas personas que pueden ayudarte.



¿Qué son los delitos contra la libertad sexual?

Son delitos que atentan contra la libertad y la indemnidad sexual de las personas:

Las agresiones sexuales son los atentados contra la libertad sexual con violencia o intimidación. Su forma más grave (acceso carnal o introducción de objetos) se conoce como violación.

Los abusos sexuales son atentados contra la libertad o indemnidad sexual sin violencia ni intimidación y sin que medie consentimiento.

En todo caso se consideran no consentidos aquellos ejecutados sobre personas privadas de sentido o con trastorno mental o los que se cometan anulando la voluntad de la víctima con fármacos o drogas (sumisión química).

Son abusos sexuales todos los actos sexuales cometidos con menores de dieciséis años. También se considera delito contactar con menores de 16 por internet u otra tecnología de la información para proponer concertar un encuentro con el fin de cometer un delito contra la libertad sexual.

El acoso sexual consiste en la solicitud de favores de naturaleza sexual, para sí o para un tercero, en el ámbito de una relación laboral, docente o de prestación de servicios.

La prevención de las agresiones y abusos sexuales

Lo más importante es tu libertad. Por tanto, no se trata de ver coaccionada tu libertad de acción o decisión, pero ten presente que :



Cuando
digo NO,
es NO.

por eso es importante que conozcas algunos consejos para prevenir las agresiones sexuales.

Cómo prevenir la agresión:

Pautas para disminuir las situaciones de riesgo

Cómo protegerse de una agresión por parte de un desconocido

Evita horas y lugares con mayor riesgo de soledad (descampados, parques y calles desiertas en horarios nocturnos o de madrugada)

Sé consciente del entorno. Elige espacios transitados y con gente.

Si crees que alguien te sigue por la calle, dirígete hacia una zona transitada y pide ayuda. Avisa siempre a la policía aunque sea una falsa alarma.

No hagas autostop, ni montes en el vehículo de un desconocido

Sé consciente del consumo de alcohol y otras sustancias.

Cómo protegerse de una agresión por un desconocido:

Cuando vuelvas a casa tarde, llama siempre al portero automático y di en voz alta que subes, incluso cuando no haya nadie en casa. Si alguien te sigue pensará que te esperan y que si pasa más tiempo del previsto, bajarán a por ti.

No entres en el portal o en el ascensor con un desconocido. Un gran número de agresiones por desconocidos ocurren en el portal o en el ascensor.

No abras la puerta a nadie que no conozcas.

No se trata de condicionar tu forma de vivir por el miedo a sufrir una agresión sexual, pero si adoptas medidas de protección, minimizas el riesgo y te sientes más segura; además el agresor cuenta con el factor sorpresa que hace que disminuya tu capacidad de reacción, por eso si estás alerta tienes más posibilidades de evitar un ataque.

Cómo protegerte ante una agresión por parte de un conocido :

No se trata de desconfiar de todo aquél que se te acerque para conocerte, pero como los agresores no tienen una característica especial que los distinga, incluso pueden ser agradables y educados, es mejor que tengas algunas precauciones como permanecer con el grupo, o no abandonar el lugar donde os habéis conocido o no aceptar que te acompañe a casa.

En las primeras citas -tanto si le has conocido físicamente como por internet- es aconsejable quedar en lugares públicos.

Ten precaución con la bebida: Recuerda la “sumisión química”

Y recuerda que “Cuando digo no es no”. Tu decides hasta donde quieres llegar. Ninguna relación que comienza consentida da derecho a nadie a mantenerla o ir más allá sin tu consentimiento.

A veces los agresores son personas muy conocidas: familiares, amigos, compañeros, tu ex-pareja o tu pareja.

Especialmente en el caso de amigos “especiales”, novios o parejas, desconfía si:

Notas que tiene mal carácter, irritabilidad o descarga su furia golpeando objetos, personas o animales, o le gusta provocar temor o humillar a las personas más débiles.

Siente la necesidad de llevar siempre la razón e imponerla.

Le fascinan las armas.

Consume habitualmente alcohol u otras sustancias.

Siente celos cuando te relacionas con otras personas.

Te presiona para obtener el control sobre ti, incluso tratando de desconectarte de tus amistades, tu familia, tus estudios.

Tienen comportamientos violentos en las relaciones.

Hay situaciones que no debes tolerar nunca:

El abuso verbal: amenazas, humillaciones, ridiculización en público.

El ataque físico: bofetadas, empujones, daño físico.

El chantaje emocional.

Ante estas circunstancias es mejor entender que él no va a modificar su conducta y lo mejor es dejarle. Busca apoyo, si no puedes hacerlo sola.

**DENUNCIA EL ABUSO,
DENUNCIA LA AGRESIÓN,
es la mejor forma de protegerte.**

Qué hacer ante una agresión sexual:

En caso de no poder evitar la agresión, ¿cuál sería la mejor forma de protegerse?:

Ten presente que no hay una forma de actuar establecida, ni se puede pedir a nadie que actúe de una determinada manera, nuestras reacciones son diversas, por eso nunca te sientas culpable por tu comportamiento.

Si crees que alguien puede oírte, porque estás en una zona donde puede haber gente alrededor, grita para que acudan en tu ayuda o pide socorro. Se recomienda también gritar “fuego” para que acudan.

Si no, lo más recomendable es fingir sometimiento o desmayo con la finalidad de bajar la guardia del agresor, antes de huir o defenderte.

Qué hacer ante una agresión sexual:

La resistencia física no es recomendable y puede causarte un daño mayor. No debes poner en peligro tu vida. Ahora bien, si tomas la decisión de ofrecer resistencia, no olvides que es sólo una estrategia para escapar, y que se deben dar estas 5 condiciones a la vez:

- Que sólo haya un agresor
- Que no vaya armado
- Que no sea más corpulento que tú
- Que el lugar no esté apartado o solitario
- Que tengas una sólida experiencia en defensa personal

Intenta mantener la calma y observa los detalles posibles sobre el agresor (aspecto físico, marcas, vehículo, voz, acento, descripción del lugar). Esto ayudará a la policía a localizarle cuando denuncies.

No te molestes en hablar con el agresor, no parece que ello le disuada, pero si le hablas no le insultes ni le humilles, podría incrementar su agresividad. Procura no llorar ni suplicar, a veces eso les motiva. Obviamente no es posible controlar nuestra reacción, pero a veces se logra ganar tiempo hablándole, para ver la ocasión de escapar o que llegue alguien en nuestra ayuda.

Qué hacer si has sufrido una agresión sexual

Denuncia lo antes posible, pero si estás herida o se trata de una violación, la asistencia médica es lo primero.

No te laves, ni de cambies de ropa, y acude al centro hospitalario más cercano, y desde allí pueden llamar a la policía.

Es importante acudir al hospital porque además de procurarte la asistencia médica adecuada, es el mejor lugar para que el o la forense tome las muestras pertinentes.

Si necesitas ir a casa para buscar apoyo familiar, puedes coger ropa limpia para cambiarte en el hospital, y recuerda que no debes lavarte. La policía recogerá tu ropa como prueba.

Recuerda que puedes llamar a una persona de tu confianza o a una organización de ayuda para que te acompañe.

La Denuncia es la mejor protección. No es necesario acudir inmediatamente a comisaría si no estás en condiciones. Desde el hospital puede cursarse o tomando contacto con la policía aunque luego la ratifiques.

Es importante que sepas que tienes derecho a una copia del parte médico y de la denuncia.

ALGUNOS TELÉFONOS DE INTERÉS



Asociación CAVAS

“Centro de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales”:

Tel. 963943069

AVD

Oficina de Ayuda a las Víctimas del Delito:

Tel. 961927154

Policía Nacional:

SAM: 963539654

GRUME: 963539641

Guardia Civil:

EMUME: 963174660 Ext: 328

Centro Mujer 24 horas:

Tel. 900580888

CMIO

“Centro Municipal de Información y Orientación a la Mujer”:

Tel. 962087475

Bibliografía

- > Alarcón Hita, Florentina (2000) El origen ideológico de la violencia de género, ed. Fundación del Empleado.
- > Alarcón Hita, Florentina (2001) Evolución de la violencia sexual en España. Los atavismos culturales en la violencia sexual. UNED Ediciones.
- > Alarcón Hita, Florentina y Cidoncha Romero, Dolores (2007) Eres la dueña de tu cuerpo. Guía de prevención de agresiones sexuales para chicas jóvenes y adolescentes.
- > Brownmiller, Susan (1981) Contra nuestra voluntad: hombres, mujeres y violación, Barcelona, ed. Planeta
- > Echeburúa, Enrique (2004) Vivir sin violencia: aprender un nuevo estilo de vida, Pirámide
- > Jiménez Aragonés, Pilar (1993) Mujer, ¿sabes defenderte?, Guía de defensa personal y autoayuda para la mujer

NOTAS