

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



- Guia de prevenció de la violència de gènere: com actuar en casos de violència sexual. 2016
- Realitzada per Ana Marrades Puig, Universitat de València
- Amb la col·laboració de l'equip de CAVAS (Ana Marco, Encarna Hernández, Beatriz de Mergelina)
- Disseny lema “cuando dic no” Lucía Marrades
- Impresió i maquetació: Aulagràfica

GUIA DE PREVENCIÓ DE LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

COM ACTUAR EN
CASOS DE VIOLÈNCIA
SEXUAL



¿Què és la violència de gènere ?

És la violència que s'exerceix contra les dones pel fet de ser-ho, i es manifesta de moltes maneres:

- › Violència física
- › Violència psicològica
- › Violència sexual
- › Violència economico-patrimonial

Hi ha comportaments aparentment neutres que la sostenen.
No permetes que ningú no t'humilie.

Si algun company et fa un comentari sexualment groller, o se t'acosta de forma inadequada, no dones explicacions i fes-li saber que et molesta.

Si la teua parella intenta controlar-te, et fa mal físicament o psicològicament o t'exigeix realitzar algun acte sexual contra la teua voluntat, no ho consentisques i denuncia-ho, o explica-ho a una persona de la teua confiança. Hi ha moltes persones que poden ajudar-te.



¿Què són els delictes contra la llibertat sexual?

Són delictes que atempten contra la llibertat i la indemnitat sexual de les persones:

Les agressions sexuals són els atemptats contra la llibertat sexual amb violència o intimidació. La seua forma més greu (accés carnal o introducció d'objectes) es coneix com a violació.

Els abusos sexuals són atemptats contra la llibertat o la indemnitat sexual sense violència ni intimidació, i sense que intervinga consentiment.

En tot cas, es consideren no consentits aquells actes executats sobre persones privades de sentit o amb trastorn mental, o els que es cometen anul·lant la voluntat de la víctima amb fàrmacs o drogues (submissió química).

Són abusos sexuals tots els actes sexuals comesos amb menors de setze anys. També es considera delicte contactar amb menors de 16 per internet o qualsevol altra tecnologia de la informació per proposar-los de concertar una trobada amb la finalitat de cometre un delicte contra la llibertat sexual.

L'assetjament sexual consisteix en la sol·licitud de favors de naturalesa sexual, per a si mateix o per a un tercer, en l'àmbit d'una relació laboral, docent o de prestació de serveis.

La prevenció de les agressions i abusos sexuals.

El més important és la teua llibertat. Per tant no es tracta de veure coaccionada la teua llibertat d'acció o decisió, però tingues present que :



Quan
dic NO,
és NO.

per això és important que conegues alguns consells per prevenir les agressions.

Com prevenir l'agressió.

Pautes per disminuir les situacions de risc.

Com protegir-se d'una agressió per part d'un desconegut.

Evita hores i llocs amb major risc de solitud (descampats, parcs i carrers deserts en horaris nocturns o de matinada).

Sigues conscient de l'entorn. Tria espais transitats i amb gent.

Si creus que algú et segueix pel carrer, dirigeix-te cap a una zona transitada i demana ajuda. Avisa sempre la policia, encara que siga una falsa alarma.

No faces autoestop ni puges al vehicle d'un desconegut.

Sigues conscient del consum d'alcohol i d'altres substàncies.

Com protegir-se d'una agressió per part d'un desconegut:

Quan tornes a casa tard, crida sempre al porter automàtic i digues en veu alta que puges, fins i tot quan no hi haja ningú a casa. Si algú et segueix, pensarà que t'esperen i que si passa més temps del previst baixaran a buscar-te.

No entres al portal o a l'ascensor amb un desconegut. Un gran nombre d'agressions per desconeguts ocorren al portal o a l'ascensor.

No òbrigues la porta a ningú que no conegues.

No es tracta de condicionar la teua forma de viure per la por a patir una agressió sexual, però si adoptes mesures de protecció, en minimitzes el risc i et sentiràs més segura; a més, l'agressor confia en el factor sorpresa, que fa que minve la teua capacitat de reacció. Per això, si estàs alerta, tens més possibilitats d'evitar un atac.

Com protegir-te davant una agressió per part d'un conegut.

No es tracta de desconfiar de tot aquell que se t'acoste per conèixer-te, però com que els agressors no tenen una característica especial que els distingisca, fins i tot poden ser agradables i educats, és millor que prengues algunes precaucions, com ara romandre amb el grup, no abandonar el lloc on us heu conegut o no acceptar que t'acompanye a casa.

En les primeres cites, tant si l'has conegut físicament com per internet, és aconsellable quedar en llocs públics.

Tingues precaució amb la beguda: recorda la “submissió química”

I que “quan dic no, és no”. Tu decideixes fins on vols arribar. Cap relació que comença consentida dóna dret a ningú a mantenir-la o anar més enllà sense el teu consentiment.

De vegades els agressors són persones molt conegudes: familiars, amics, companys, la teua exparella o la teua parella.

Especialment en el cas d'amics "especials", nuvis o parelles, desconfia si:

Notes que té mal caràcter, irritabilitat o descarrega la seua fúria colpejant objectes, persones o animals, o si li agrada provocar temor o humiliar les persones més febles

Sent la necessitat de portar sempre la raó i imposar-la.

Li fascinen les armes.

Consumeix habitualment alcohol o altres substàncies.

Sent gelosia quan et relaciones amb altres persones.

Et pressiona per obtenir control sobre tu, especialment si tracta de desconnectar-te de les teues amistats, la teua família, els teus estudis.

Té comportaments violents en les relacions.

**Hi ha situacions
que no has de
tolerar mai.**

L'abús verbal: amenaces, humiliacions, ridiculització en públic.

L'atac físic: bufetades, empentes, dany físic.

El xantatge emocional.

Un comportament sexual agressiu i violent, egoista o de dominació.

Davant aquestes circumstàncies, és millor entendre que ell no modificarà la seua conducta i que és millor deixar-lo. Busca ajuda, si no ho pots fer sola

**DENUNCIA L'ABÚS,
DENUNCIA L'AGRESSIÓ.
És la millor manera de protegir-te.**



Què fer davant una agressió sexual.

En cas de no poder evitar l'agressió, quina és la millor manera de protegir-se?

Tingues present que no hi ha una forma d'actuar establerta, ni es pot demanar a ningú que actue d'una determinada manera. Les nostres reaccions són diverses, per això mai no t'has de sentir culpable del teu comportament.

Si creus que algú et pot sentir, perquè et trobes en una zona on pot haver-hi gent al voltant, crida perquè acudisquen en la teua ajuda o demana socors. Es recomana també cridar “foc” perquè s’hi acoste algú.

Si no hi ha possibilitat que vinga ningú, el més recomanable és fingir submissió o desmai amb la finalitat de baixar la guàrdia de l'agressor, abans de fugir o de defensar-te.

Què fer davant una agressió sexual.

La resistència física no és recomanable i pot causar-te un dany més gran. No has de posar en perill la teua vida. Ara bé, si prens la decisió d'oferir resistència, no oblides que és només una estratègia per escapar, i que s'han de donar aquestes cinc condicions alhora:

- Que només hi haja un agressor.
- Que no vaja armat
- Que no siga més fort que tu
- Que el lloc no siga apartat o solitari
- Que tingues una sòlida experiència en defensa personal

Intenta mantenir la calma i observa tots els detalls que pugues sobre l'agressor (aspecte físic, marques, vehicle, veu, accent, descripció del lloc). Això ajudarà la policia a localitzar-lo quan el denuncies.

No et molestes a parlar amb l'agressor, no sembla que això el dissuadisca; si li parles, no l'insultes ni l'humilies, ja que podria incrementar la seua agressivitat. Procura no plorar ni suplicar, perquè de vegades això els motiva. Òbviament, no és possible controlar la nostra reacció, però de vegades s'aconsegueix guanyar temps parlant, per veure l'ocasió d'escapar o que arribe algú en la nostra ajuda.

Què fer si has patit una agressió sexual.

Denúncia al més aviat possible. Si estàs ferida o es tracta d'una violació, en primer lloc busca assistència mèdica.

No et rentes ni et canvis de roba, i acudeix al centre hospitalari més proper; des d'allí poden avisar la policia.

És important acudir a l'hospital perquè a més de procurar-te l'assistència mèdica adequada, és el millor lloc perquè la forense prengui les mostres pertinents.

Si necessites anar a casa per buscar suport familiar, pots agafar roba neta per canviar-te a l'hospital, i recorda no rentar-te. La policia arrebregarà la teua roba com a prova.

Recorda que pots cridar una persona de la teua confiança o una organització d'ajuda perquè t'acompanye.

La denúncia és la millor protecció. No cal que vages immediatament a comissaria si no estàs en condicions. Des de l'hospital es pot cursar la denúncia o posar-se en contacte amb la policia, que després has de ratificar. És important que sàpigues que tens dret a una còpia del comunicat mèdic i de la denúncia.

És important que sàpigues que tens dret a una còpia del comunicat mèdic i de la denúncia.

ALGUNS TELÈFONS D' INTERÉS



Associació CAVAS

Centre d'Assistència a Víctimes d'Agressions

Sexuals:

Tel. 963943069

AVD

Oficina d'Ajuda a les Víctimes del Delicte:

Tel. 961927154

Policia Nacional:

SAM: 963539654

GRUME: 963539641

Guàrdia Civil:

EMUME: 963174660 Ext: 328

Centre Dona 24 hores:

Tel. 900580888

CMIO

“Centre Municipal d'Informació i Orientació a la Dona”:

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

NOTES