



Nº5

CUADERNOS CONTRA
LA VIOLENCIA DE GÉNERO
AGRESIONES SEXUALES



agresiones sexuales

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.

2. ASPECTOS BÁSICOS.

- 2.1. AGRESIONES SEXUALES EN LA NORMATIVA VIGENTE.
- 2.2. DATOS SOBRE AGRESIONES Y ABUSOS SEXUALES.

3. MITOS Y REALIDADES.

- 3.1. DEFINICIÓN DE MITO Y EFECTOS QUE PRODUCE.
- 3.2. MITOS EXISTENTES SOBRE LAS AGRESIONES SEXUALES.

4. MÉTODOS DE PREVENCIÓN.

5. LA VIOLENCIA SEXUAL EN INTERNET.

- 5.1. TIPOS DE VIOLENCIA SEXUAL EN LA RED.
- 5.2. PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL VIRTUAL.

6. RECURSOS ANTE UNA AGRESIÓN SEXUAL.

- 6.1. ¿QUÉ DEBE HACER LA VÍCTIMA DE AGRESIÓN SEXUAL?
- 6.2. ¿QUÉ DEBO HACER SI CONOZCO A UNA VÍCTIMA O SOY TESTIGO DE UNA AGRESIÓN?
- 6.3. RECURSOS Y TELÉFONOS DE INTERÉS EN SALAMANCA.

7. EFECTOS DE LAS AGRESIONES SEXUALES EN LAS VÍCTIMAS.

- 7.1. FASES DE LA CRISIS.
- 7.2. EFECTOS FÍSICOS DE LA VÍCTIMA.
- 7.3. EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA VÍCTIMA.
- 7.4. EFECTOS SOCIALES DE LA VÍCTIMA.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

INTRODUCCIÓN

En los últimos tiempos las agresiones sexuales han aumentado en número y visibilidad llegando a crear alarmas sociales que han supuesto acciones cívicas e, incluso, propuestas legislativas que buscan proteger de forma más eficaz a las mujeres en nuestro país.

Debemos recordar que las agresiones sexuales, temática de la que versará el presente cuaderno, son actos que atentan contra la libertad sexual de las mujeres y que deben obtener la censura por parte de la sociedad, llegando, si fuera necesario, a aumentar los medios existentes para impedir estos hechos, investigar y castigar los que sigan ocurriendo y resarcir a las víctimas de estos delitos.

Además, los poderes públicos tienen la función de sensibilizar en estos temas, con acciones y materiales como el presente, ya que en este tipo de delitos se produce una tendencia a dudar de la víctima, a culpabilizarla y a revictimizarla. Carece de sentido, por tanto, que como sociedad se pida que las víctimas denuncien sus casos si luego no vamos a protegerlas o vamos a culparlas de lo sucedido solo por haber sufrido un acto atroz del que no tienen ninguna responsabilidad.

Cabría preguntarse por qué un tema como las agresiones sexuales se enmarca en el contexto de una colección de publicaciones sobre violencia de género. En este sentido la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género define la violencia de género en su art. 1.3 que establece:

“La violencia de género a que se refiere la presente Ley comprende todo acto de violencia física y psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de libertad”.

Aun así, la mencionada norma limita su ámbito de actuación a las acciones realizadas contra una mujer por parte de los hombres que “sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia”, es decir, restringe al ámbito de la pareja su efecto.

A pesar de ello, este cuaderno no va a circunscribirse solo a estos casos, sino que se tratarán actos de agresiones y abusos sexuales contra mujeres de forma amplia. Esto se basa en la decisión de responder a la concepción de violencia de género que se establece en el art. 3.d del Convenio de Estambul:

“Se entenderá toda violencia contra una mujer porque es una mujer o que afecte a las mujeres de manera desproporcionada”.

De esta forma acogemos la definición amplia dada por los textos internacionales en lugar de la restrictiva de nuestra norma nacional por ser más acorde a la realidad de la violencia de género y porque nuestro país ha firmado y ratificado este Convenio.

En definitiva, la violencia de género es la que sufre una mujer por el hecho de ser mujer y no hay ninguna duda de que las agresiones y abusos sexuales se realizan únicamente porque la víctima es una mujer y porque el agresor posee un pensamiento de propiedad respecto a ella y la trata como objetos sexuales negando, de esta forma, tanto su libertad como su propia personalidad.

Con este texto sobre agresiones sexuales, realizado desde la visión técnica y profesional del Centro de Información y Asesoramiento a la Mujer (CIAM) del Ayuntamiento de Salamanca, se busca dotar de una herramienta útil y eficaz, que ahonde y mejore el conocimiento sobre estos casos, sus especificidades, sus consecuencias y pueda ser utilizado como material de formación y sensibilización en este campo que es de tanta importancia.

El objetivo principal que se persigue con este quinto número de la serie de cuadernos contra la violencia de género es concienciar a la ciudadanía en la lucha contra formas diversas de violencia de género, como es el caso de estas agresiones y abusos sexuales a mujeres, para cumplir con la función que poseen las Administraciones públicas de sensibilizar en temas de importancia social.

2. ASPECTOS BÁSICOS.

2.1. Agresiones sexuales en la normativa vigente.

Para comenzar es necesario distinguir los conceptos. En nuestra sociedad se suele utilizar el término violación para referirse, en palabras del Diccionario de la Lengua Española, al acto que supone "acceso carnal con alguien en contra de su voluntad o cuando se halla privado de sentido o discernimiento".

Esto se relaciona con varios artículos del Código Penal. En primer lugar, encontramos la agresión sexual que aparece en el art. 178 y establece lo siguiente:

1. "Será castigado con la pena de prisión de uno a cuatro años, como responsable de agresión sexual, el que realice cualquier acto que atente contra la libertad sexual de otra persona sin su consentimiento. Sólo se entenderá que hay consentimiento cuando se haya manifestado libremente mediante actos que, en atención a las circunstancias del caso, expresen de manera clara la voluntad de la persona.
2. A los efectos del apartado anterior, se consideran en todo caso agresión sexual los actos de contenido sexual que se realicen empleando violencia, intimidación o abuso de una situación de superioridad o de vulnerabilidad de la víctima, así como los que se ejecuten sobre personas que se hallen privadas de sentido o de cuya situación mental se abusare y los que se realicen cuando la víctima tenga anulada por cualquier causa su voluntad.
3. El órgano sentenciador, razonándolo en la sentencia, y siempre que no concurren las circunstancias del artículo 180, podrá imponer la pena de prisión en su mitad inferior o multa de dieciocho a veinticuatro meses, en atención a la menor entidad del hecho y a las circunstancias personales del culpable".

El acto de violación se encuentra recogido en el art. 179 del Código Penal:

"Cuando la agresión sexual consista en acceso carnal por vía vaginal, anal o bucal, o introducción de miembros corporales u objetos por alguna de las dos primeras vías, el responsable será castigado como reo de violación con la pena de prisión de cuatro a doce años".

Tras esto encontramos el art. 180 que versa sobre situaciones de agresiones sexuales que son agravados por diferentes razones:

"1. Las anteriores conductas serán castigadas con la pena de prisión de dos a ocho años para las agresiones del artículo 178.1 y de siete a quince años para las del artículo 179 cuando concurra alguna de las siguientes circunstancias, salvo que las mismas hayan sido tomadas en consideración para determinar que concurren los elementos de los delitos tipificados en los artículos 178 o 179:

- 1.ª Cuando los hechos se cometan por la actuación conjunta de dos o más personas.
- 2.ª Cuando la agresión sexual vaya precedida o acompañada de una violencia de extrema gravedad o de actos que revistan un carácter particularmente degradante o vejatorio.
- 3.ª Cuando los hechos se cometan contra una persona que se halle en una situación de especial vulnerabilidad por razón de su edad, enfermedad, discapacidad o por cualquier otra circunstancia, salvo lo dispuesto en el artículo 181.
- 4.ª Cuando la víctima sea o haya sido esposa o mujer que esté o haya estado ligada por análoga relación de afectividad, aun sin convivencia.
- 5.ª Cuando, para la ejecución del delito, la persona responsable se hubiera prevalido de una situación de convivencia o de parentesco, por ser ascendiente, o hermano, por naturaleza o adopción, o afines, o de una relación de superioridad con respecto a la víctima.
- 6.ª Cuando el responsable haga uso de armas u otros medios igualmente peligrosos, susceptibles de producir la muerte o alguna de las lesiones previstas en los artículos 149 y 150 de este Código, sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 194 bis.
- 7.ª Cuando para la comisión de estos hechos el autor haya anulado la voluntad de la víctima suministrándole fármacos, drogas o cualquier otra sustancia natural o química idónea a tal efecto.

2. Si concurrieren dos o más de las anteriores circunstancias, las penas respectivamente previstas en el apartado 1 de este artículo se impondrán en su mitad superior.

3. En todos los casos previstos en este capítulo, cuando el culpable se hubiera prevalido de su condición de autoridad, agente de ésta o funcionario público, se impondrá, además, la pena de inhabilitación absoluta de seis a doce años".

Por su parte, los arts. 181 a 183 bis castigan las agresiones sexuales a personas menores de dieciséis años:

"Artículo 181.

1. El que realice actos de carácter sexual con un menor de dieciséis años, será castigado con la pena de prisión de dos a seis años. A estos efectos se consideran incluidos en los actos de carácter sexual los que realice el menor con un tercero o sobre sí mismo a instancia del autor.
2. Si en las conductas del apartado anterior concurre alguna de las modalidades de agresión sexual descritas en el artículo 178, se impondrá una pena de prisión de cinco a diez años.

En estos casos, en atención a la menor entidad del hecho y valorando todas las circunstancias concurrentes, incluyendo las circunstancias personales del culpable, podrá imponerse la pena de prisión inferior en grado, excepto cuando medie violencia o intimidación o concurren las circunstancias mencionadas en el artículo 181.4.

3. Cuando el acto sexual consista en acceso carnal por vía vaginal, anal o bucal, o en introducción de miembros corporales u objetos por algunas de las dos primeras vías, el responsable será castigado con la pena de prisión de seis a doce años de prisión en los casos del apartado 1, y con la pena de prisión de diez a quince años en los casos del apartado 2.

4. Las conductas previstas en los apartados anteriores serán castigadas con la pena de prisión correspondiente en su mitad superior cuando concorra alguna de las siguientes circunstancias:

a) Cuando los hechos se cometan por la actuación conjunta de dos o más personas.

b) Cuando la agresión sexual vaya precedida o acompañada de una violencia de extrema gravedad o de actos que revistan un carácter particularmente degradante o vejatorio.

c) Cuando los hechos se cometan contra una persona que se halle en una situación de especial vulnerabilidad por razón de su edad, enfermedad, discapacidad o por cualquier otra circunstancia, y, en todo caso, cuando sea menor de cuatro años.

d) Cuando la víctima sea o haya sido pareja del autor, aun sin convivencia.

e) Cuando, para la ejecución del delito, el responsable se hubiera prevalido de una situación de convivencia o de una relación de superioridad o parentesco, por ser ascendiente, o hermano, por naturaleza o adopción, o afines, con la víctima.

f) Cuando el responsable haga uso de armas u otros medios igualmente peligrosos, susceptibles de producir la muerte o alguna de las lesiones previstas en los artículos 149 y 150 de este Código, sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 194 bis.

g) Cuando para la comisión de estos hechos el autor haya anulado la voluntad de la víctima suministrándole fármacos, drogas o cualquier otra sustancia natural o química idónea a tal efecto.

h) Cuando la infracción se haya cometido en el seno de una organización o de un grupo criminal que se dedicare a la realización de tales actividades.

5. En todos los casos previstos en este artículo, cuando el culpable se hubiera prevalido de su condición de autoridad, agente de ésta o funcionario público, se impondrá, además, la pena de inhabilitación absoluta de seis a doce años.

Artículo 182.

1. El que, con fines sexuales, haga presenciar a un menor de dieciséis años actos de carácter sexual, aunque el autor no participe en ellos, será castigado con una pena de prisión de seis meses a dos años.

2. Si los actos de carácter sexual que se hacen presenciar al menor de dieciséis años constituyeran un delito contra la libertad sexual, la pena será de prisión de uno a tres años.

Artículo 183.

1. El que a través de internet, del teléfono o de cualquier otra tecnología de la información y la comunicación contacte con un menor de dieciséis años y proponga concertar un encuentro con el mismo a fin de cometer cualquiera de los delitos descritos en los artículos 181 y 189, siempre que tal propuesta se acompañe de actos materiales encaminados al acercamiento, será castigado con la pena de uno a tres años de prisión o multa de doce a veinticuatro meses, sin perjuicio de las penas correspondientes a los delitos en su caso cometidos. Las penas se impondrán en su mitad superior cuando el acercamiento se obtenga mediante coacción, intimidación o engaño.

2. El que, a través de internet, del teléfono o de cualquier otra tecnología de la información y la comunicación contacte con un menor de dieciséis años y realice actos dirigidos a embaucarle para que le facilite material pornográfico o

le muestre imágenes pornográficas en las que se represente o aparezca un menor, será castigado con una pena de prisión de seis meses a dos años.

Artículo 183 bis.

Salvo en los casos en que concorra alguna de las circunstancias previstas en el apartado segundo del artículo 178, el libre consentimiento del menor de dieciséis años excluirá la responsabilidad penal por los delitos previstos en este capítulo cuando el autor sea una persona próxima al menor por edad y grado de desarrollo o madurez física y psicológica”.

Y, finalmente, el art. 184 versa sobre el acoso sexual:

“1. El que solicitare favores de naturaleza sexual, para sí o para un tercero, en el ámbito de una relación laboral, docente, de prestación de servicios o análoga, continuada o habitual, y con tal comportamiento provocare a la víctima una situación objetiva y gravemente intimidatoria, hostil o humillante, será castigado, como autor de acoso sexual, con la pena de prisión de seis a doce meses o multa de diez a quince meses e inhabilitación especial para el ejercicio de la profesión, oficio o actividad de doce a quince meses.

2. Si el culpable de acoso sexual hubiera cometido el hecho prevaliéndose de una situación de superioridad laboral, docente o jerárquica, o sobre persona sujeta a su guarda o custodia, o con el anuncio expreso o tácito de causar a la víctima un mal relacionado con las legítimas expectativas que aquella pueda tener en el ámbito de la indicada relación, la pena será de prisión de uno a dos años e inhabilitación especial para el ejercicio de la profesión, oficio o actividad de dieciocho a veinticuatro meses.

3. Asimismo, si el culpable de acoso sexual lo hubiera cometido en centros de protección o reforma de menores, centro de internamiento de personas extranjeras, o cualquier otro centro de detención, custodia o acogida, incluso de estancia temporal, la pena será de prisión de uno a dos años e inhabilitación especial para el ejercicio de la profesión, oficio o actividad de dieciocho a veinticuatro meses, sin perjuicio de lo establecido en el artículo 443.2.

4. Cuando la víctima se halle en una situación de especial vulnerabilidad por razón de su edad, enfermedad o discapacidad, la pena se impondrá en su mitad superior.

5. Cuando de acuerdo con lo establecido en el artículo 31 bis, una persona jurídica sea responsable de este delito, se le impondrá la pena de multa de seis meses a dos años. Atenidas las reglas establecidas en el artículo 66 bis, los jueces y tribunales podrán asimismo imponer las penas recogidas en las letras b) a g) del apartado 7 del artículo 33”.

Todo ello se debe a la reciente aprobación de la Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual que ha supuesto una enorme modificación en las calificaciones penales de las agresiones sexuales y ha eliminado la distinción entre agresión y abuso sexual.

Además, dicha norma contempla un amplio abanico de medidas de asistencia y de protección para las víctimas de agresiones sexuales y supone caminar hacia una menor revictimización tanto a nivel social como en el ámbito de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado y la Justicia.

2.2. DATOS SOBRE AGRESIONES Y ABUSOS SEXUALES

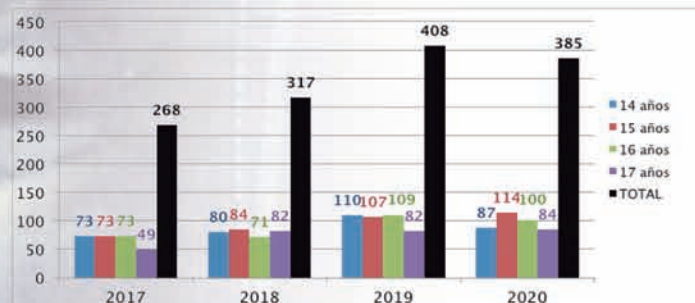
En el presente apartado se analizarán algunos datos relacionados con los delitos contra la libertad sexual para conocer el alcance de este problema que estamos tratando.

En primer lugar, veamos la evolución de condenas de personas adultas por delitos sexuales en los últimos años:



Entre 2013 y 2020, en solo siete años, el número de condenas por abuso sexual ha aumentado en un 27,68% y el de abuso y agresiones a menores de 16 años en un 243,56%. Aunque es cierto que en este mismo periodo las agresiones sexuales han disminuido en un 29,26% debemos tener en cuenta que sigue implicando un número de casos elevados y que esto también puede estar potenciando una preferencia a realizar condena por abuso sexual en lugar de por agresión sexual, sobre todo conociendo que no fue hasta 2019 que el Supremo condena el "Caso de la Manada" por agresión sexual en base a la intimidación ambiental. Aun así, esta posible preferencia queda eliminada con la norma recientemente aprobada que suprime la distinción entre abuso y agresión sexual.

Especialmente preocupante es cuando el agresor es un menor de edad y, por ello, ahora veremos los datos de condenas a menores de edad en los últimos años:



Los delitos sexuales perpetrados por menores de edad han aumentado un 43,66% entre 2017 y 2020 lo cual también es un dato tremendamente preocupante. Todo ello teniendo en cuenta, además, que los menores de 14 años no tienen responsabilidad penal y, por tanto, no pueden ser condenados.

En lo que respecta a las violaciones denunciadas anualmente:



Con excepción del año 2020, que supuso una disminución con respecto al año anterior, el número de casos ha ido aumentando anualmente, de forma que entre 2017 y 2021 las denuncias por violación han aumentado un 55,07%. Este incremento es muy preocupante, puesto que supone una demostración de que los derechos de las mujeres se vulneran con una frecuencia cada vez mayor en nuestro país, lo que debería implicar mayores medidas de prevención y sensibilización en estos temas.

Según la Macroencuesta de Violencia contra la Mujer de 2019, más de 2,8 millones de niñas y mujeres han sufrido violencia sexual en algún momento de su vida, casi dos millones de mujeres han vivido este tipo de violencia con alguna pareja o expareja y el 86% afirma que ha sucedido en más de una ocasión. Y cerca de 1,5 millones de mujeres han padecido violencia sexual fuera del ámbito de la pareja y el 99,6% de las agresiones fueron cometidas por hombres.

Por otro lado, según la citada encuesta, las mujeres con discapacidad sufren un mayor porcentaje de violencia sexual o física por parte de sus parejas (siete puntos por encima de los porcentajes del resto de mujeres).

Además, es necesario también tener presente que solo el 11,1% de las mujeres víctimas de violencia sexual fuera de la pareja denunció los hechos. El 40,3% no denunció por vergüenza, apuro y porque no quería que nadie lo supiera y el 40,2% no denunció por ser menor en el momento de la agresión. Por tanto, tenemos una enorme cifra negra que alcanza el 88,9% de mujeres víctimas de delitos contra la libertad sexual que no denuncian lo acontecido.

3. MITOS Y REALIDADES.

3.1. Definición de mito y efectos que produce.

Los mitos son argumentos incorrectos, parciales, falaces o falsos que se realizan sobre un tema, en este caso las agresiones sexuales, con la intención de falsear las creencias existentes sobre ello y lograr dirigir a una parte de la sociedad en contra de dicho tema.

Como es comprensible la existencia de estos mitos es muy alarmante en la sociedad, puesto que se utiliza un argumento falso para atacar a mujeres que están siendo víctimas de agresiones sexuales con la intención de culpabilizarlas, minusvalorar su caso o desdibujar la existencia de una problemática concreta que ataca, especialmente, a las mujeres y que, por ello, debe poseer una serie de respuestas concretas.

Por tanto, este epígrafe va a buscar eliminar y refutar algunos de los mitos existentes en torno a las agresiones sexuales con la intención de que se conozca la realidad de estos delitos y buscando que se deje de responsabilizar a la víctima de unos hechos de los que siempre el único responsable es el agresor.

3.2. Mitos existentes sobre las agresiones sexuales.

MITO 1: La mayoría de víctimas de agresión sexual son atacadas por desconocidos.

En realidad existe un número muy elevado de agresiones sexuales que cometen conocidos de la víctima, por ejemplo amigos, vecinos, compañeros de clase o trabajo, etc.

La organización estadounidense Rape, Abuse & Incest National Network afirma que el 45% de las agresiones sexuales son realizadas por un conocido de la víctima.

Esto no significa que un desconocido no pueda cometer una agresión sexual, esto también sucede y en los últimos tiempos hemos visto en los medios de comunicación casos muy famosos en los que la agresión la ha realizado una persona que la víctima no conocía hasta ese momento, pero no podemos afirmar que la mayoría son de este tipo.

De hecho, durante muchos años este mito ha causado que muchas víctimas no estuvieran protegidas adecuadamente porque no se esperaba una agresión sexual por parte de quien forma parte del entorno de la víctima e, incluso, en ocasiones es de su propia familia.

Lo adecuado es entender que los delitos de agresión contra mujeres los pueden cometer tanto hombres conocidos como desconocidos y, por ello, hay que proteger a la víctima sea quien sea el agresor.

MITO 2: La agresión sexual suele ser un error.

Es un insulto considerar que las agresiones sexuales sean errores. Estas son delitos que deben ser analizados, investigados, censurados y condenados.

La creencia de que las agresiones sexuales nacen de un error es, una vez más, una forma de quitar responsabilidad del agresor y culpar a la víctima porque detrás de la palabra "error" el argumento que suele existir es que la mujer no expresó bien al autor su negativa o que esta no se produjo de una forma contundente o, aún peor, dentro del mito de que las mujeres cuando dicen "no" quieren decir "sí", se piensa que la mujer jugó con el hombre y que de ahí se creó ese error.

Nada de esto es cierto. Cuando una mujer se niega a un acto sexual no hay margen a la interpretación, cualquier acción que ocurra después no posee consentimiento. Incluso, yendo más allá, cuando la mujer no acepta rotunda y categóricamente el acto sexual la interpretación debe ser que existe una negativa, socialmente la duda no es admisible y cualquier cosa que no sea una afirmación deberíamos entenderla como una negación.

MITO 3: No existe agresión sexual en relaciones de pareja.

Este mito se basa en la creencia, muy arraigada en ocasiones, de que el entorno de la pareja ya implica el consentimiento, incluso a veces la obligatoriedad, de tener relaciones sexuales, pero esto no es así.

En una pareja es necesario prestar consentimiento para realizar cualquier acto de naturaleza sexual, igual que entre personas que no son pareja sentimental. Y este consentimiento debe permear todas las opciones: debe

existir tanto para la realización de la acción sexual de forma genérica como para la práctica concreta que se vaya a realizar, con todas sus particularidades específicas. Toda persona es libre a negarse a realizar un acto sexual o una actividad concreta.

Incluso en el matrimonio esta necesidad de consentimiento sigue intacta. Nuestro Tribunal Supremo ha aseverado que "el derecho a la libertad sexual no puede quedar suspendido o limitado cuando se contrae matrimonio". Además, considera que la exigencia de consentimiento pleno y libre para las relaciones sexuales entre dos personas "no puede excluirse o modularse a la baja en atención a construcciones culturales, ideológicas o religiosas". Finalmente, este mismo Tribunal afirma que nuestro sistema constitucional de derechos fundamentales "rechaza radicalmente toda concepción contractualista del consentimiento sexual dentro del matrimonio, de tal modo que por contraerlo se presuma que se presta un consentimiento automático y perpetuo para mantener relaciones sexuales".

Es de resaltar que la organización estadounidense Rape, Abuse & Incest National Network asevera que en el 25% de los casos de agresión sexual el culpable era pareja o expareja de la víctima.

Esto significa que una de cada cuatro agresiones sexuales se realiza en estos entornos de supuesta confianza. Ello, igual que la violencia de género, se debe a la creencia por parte de algunos hombres de que las mujeres son objetos que sirven para su satisfacción, en este caso sexual. Por todo ello, es muy importante eliminar este pensamiento arcaico y caduco de las futuras generaciones para que ellos sepan que las mujeres no son objetos sexuales y para que

ellas sepan detectar estas situaciones y cortar la relación desde el comienzo.

MITO 4: Quienes comenten agresiones sexuales son enfermos mentales.

Existen mensajes provenientes de ciertos sectores sociales que buscan vincular las agresiones sexuales con las enfermedades mentales en un intento de quitar importancia a este tipo de situaciones que sufren las mujeres y creando una relación inexistente entre estos ataques y los problemas psicológicos.

Esto hace un enorme daño por ambos lados. En primer lugar, hace que las víctimas de agresiones sexuales vuelvan a ser puestas en cuestión, ya que la realidad es que la inmensa mayoría de las agresiones se producen a manos de hombres que no tienen enfermedades mentales y al haber creado la visión social de que solo las personas con estas situaciones pueden violar la sociedad tiende a interpretar que el resto del mundo no puede hacerlo y, por tanto, las mujeres víctimas mienten.

En segundo lugar, se estigmatiza aún más las enfermedades mentales, que ya de por sí tienen un enorme tabú a su alrededor, asignándoles la culpabilidad de los que consideramos los peores actos humanos. De esta forma, relacionando una situación y otra creamos también una mayor discriminación contra las personas con enfermedades mentales.

La realidad es que un informe de SEXVIOL, el Grupo de Trabajo para el estudio de las Violencias Sexuales de la Universidad Complutense de Madrid, asegura que el agresor sexual no tiene patrones patológicos o antisociales.

No se puede considerar, por tanto, que exista ninguna vinculación entre perpetrar una agresión sexual y tener algún tipo de patología mental y esta afirmación nace del total desconocimiento o de la burda mentira.

MITO 5: Las víctimas de agresión sexual lo buscaban por su forma de actuar o vestir o por emborracharse.

Este mito busca culpar a las víctimas de las agresiones sexuales, ya sea por la forma de vestir o actuar o por beber alcohol e, incluso, tomar otro tipo de drogas.

Deberíamos comprender que no hay nada que haga una mujer ni hay ropa que pueda llevar ni situación de embriaguez en la que se pueda encontrar que justifiquen actitudes machistas y/o violentas.

Una mujer no busca ser agredida por llevar una blusa más o menos escotada o una falda más o menos corta. La ropa de una persona no hace que otra pueda abusar de ella y los hombres deben comprender que las mujeres tienen en todo momento derecho a consentir o no hacerlo en el terreno de las relaciones sexuales.

Esto último es importante también para comprender que tampoco justifica una agresión el hecho de que una mujer haya podido estar hablando, coqueteando o, incluso, haya comenzado una relación con un hombre. Si la mujer decide parar y dice que no quiere continuar, todo lo que ocurra tras esta negativa también es una agresión sexual. Debemos, por ello, desterrar las ideas clásicas que consideran que eso era "lo que la mujer quería" o "lo que estaba buscando".

Y algo similar ocurre cuando la mujer no está en pleno uso de sus facultades. Los hombres no pueden aprovechar una situación de embriaguez, en la que la mujer no puede dar un consentimiento real, para cometer una agresión sexual. Por todo ello, es importante entender que solo si la mujer acepta la relación sexual, esta es consentida. La imposibilidad de consentir, que se da en los casos de haber tomado alcohol y otras drogas, hacen que debamos entenderlo como una negativa.

MITO 6: Si la víctima no se resistió físicamente, no fue una agresión.

De nuevo, este es otro mito que busca culpar a la víctima de la agresión sexual. Cabría preguntarse cuál es la línea roja, hasta qué punto una víctima debe resistirse o cómo se mide esa resistencia.

En realidad debemos tener en cuenta tres posibles variantes.

En primer lugar, hay mujeres que ante una agresión, y más de este tipo, entran en estado de shock, se bloquean, se paralizan e, incluso, se abstraen mentalmente para protegerse de lo que están sufriendo. A este tipo de procesos mentales se une que en muchos casos las mujeres no quieren defenderse por miedo a que la agresión sea más violenta y pueda, incluso, llegar a peligrar su propia vida.

En segundo lugar, en las agresiones sexuales muchas veces se realizan actitudes coercitivas, amenazas, agresiones leves o manipulaciones para lograr el objetivo del agresor. En estas circunstancias la víctima, como ya se ha explicado, teme defenderse ante la posibilidad de que la violencia sea mayor o, en su caso, se cumplan las amenazas ante las que el agresor somete a la víctima.

En tercer lugar, debemos tener presente que en otras muchas ocasiones la víctima no tiene la posibilidad de resistirse a la agresión debido a la conocida como sumisión química. Esto se produce cuando el agresor incapacita a la víctima, normalmente por medio de algún tipo de droga, con la intención de que esta no pueda negarse a la situación sexual.

MITO 7: La violación se debe a impulsos sexuales incontrolables.

Mientras que algunos de los mitos que estamos viendo buscan culpabilizar a la víctima, este busca excusar al agresor. Como sociedad debemos proteger a las víctimas y censurar a los culpables, y no al revés.

Este mito busca crear el mensaje de que los criminales sexuales son "pobres hombres" que no pueden controlarse, que llevaron su deseo sexual demasiado lejos o que no entendieron una negativa porque la mujer había seguido el juego demasiado tiempo. Nada de esto es cierto. Los únicos responsables y culpables de este tipo de violencias son los agresores y no podemos buscar argumento, en muchos casos falsos o falaces, para respaldarlos.

La realidad es que las agresiones sexuales responden a actos de poder y control y no son asimilables a las relaciones sexuales consentidas que tienen una naturaleza totalmente diferente. Además, en muchos casos estas situaciones son planeadas previamente, pero incluso aquellos abusos que sean improvisados tampoco pueden entenderse como impulsos incontrolables.

Cualquier persona puede controlar sus deseos sexuales como ocurre con el resto de ellos. El argumento de los impulsos incontrolables no está sustentado sobre nada real ni sobre estudios que apoyen tal teoría y va en contra de la naturaleza racional que la humanidad tiene como especie.

MITO 8: La víctima olvida o no es coherente en su declaración porque es falsa.

Una vez más nos encontramos ante un mito que busca culpabilizar a las víctimas de la agresión sexual considerando que está mintiendo por olvidar o ser incoherente. Es paradójico que este mismo pensamiento no ocurre en otros delitos, por ejemplo ante un asesinato es posible que si existen testigos estos tampoco recuerden todo o su relato no sea consistente, pero la sociedad no lo pone en duda como sí hace con las mujeres en relación con estas situaciones.

Esto ocurre debido al shock que produce la agresión y que puede llegar a suponer un trastorno de estrés postraumático. Debemos comprender que en ocasiones nuestro cerebro como método de protección bloquea ciertos recuerdos cuando vivimos una experiencia traumática. Por esto, tenemos casos en los que las víctimas de agresión sexual no son coherentes en sus testimonios o, directamente, olvidan lo que ha ocurrido.

Este mismo proceso psicológico es el que hace que en muchos casos la víctima no quiera hablar sobre este tema en un intento de huir de pensamientos o sentimientos que evoquen de nuevo la agresión sufrida. No podemos exigir a las víctimas que sean "heroínas" y es lógico pensar que su mente va a autoprotgerse de un evento como este que ha sido tremendamente traumático para ellas.

MITO 9: Las agresiones sexuales siempre suceden de noche o en la calle.

Cuando intentamos acotar este tipo de delitos solo a la noche o a la calle es porque en realidad pensamos que son agresiones que solo pueden producirse en contexto de mayor peligro. Entendemos como sociedad nuestra casa como un lugar seguro y, por ello, creemos que no pueden ocurrir estos actos allí e interpretamos el día como un momento más seguro que la noche debido a su oscuridad y a la vinculación que se realiza con el alcohol y otros comportamientos que consideramos más apartados de la sociedad.

A pesar de esto, estas afirmaciones son rotundamente falsas. Las agresiones sexuales no solo se producen en contextos nocturnos y fuera del domicilio. De hecho, diversos estudios llegan a la conclusión que más del 50% de estos ataques se producen en la casa de la víctima y el 33% de estos delitos ocurren durante el día. En una línea muy similar, el ya mencionado informe se SEXVIOL llegó a la conclusión de que el 60,1% de los casos que analizaron sucedieron en la vivienda y el 45,2% fueron durante el día.

En definitiva, es obvio que este tipo de agresiones no están restringidas a un espacio concreto ni a un instante específico del día. Por ello, es tan importante poner en marcha las acciones suficientes y necesarias para proteger a las posibles víctimas en todo momento y lugar.



4. METODOS DE PREVENCIÓN

Antes de nada es necesario volver a recordar que las víctimas de agresión sexual en ningún caso son las responsables de este tipo de actitudes que son totalmente reprobables, los únicos culpables son los autores del delito. Aun así en este apartado vamos a repasar algunas cosas que debemos tener presente para intentar que los agresores vean dificultados sus deseos criminales.

- **Beber con prudencia.** Según los estudios una importante cantidad de agresiones sexuales ocurridas en el ámbito juvenil y universitario tienen como elemento común el alcohol. Debemos tener presente que la embriaguez implica una situación de especial vulnerabilidad ante un ataque sexual debido a su capacidad para alterar el juicio de la víctima y perjudicar la posibilidad de lucha contra el agresor.
- **Estar en un grupo de confianza.** Siempre que sea posible es mejor estar con personas conocidas o amigas en un círculo de confianza para cuidar unas personas de otras. También es útil que una persona conozca qué haremos si nos vamos a encontrar sin dicho grupo de confianza.
- **Controlar la consumición.** Anteriormente hemos mencionado el problema de la sumisión química. Una tendencia dentro de los abusos sexuales implica

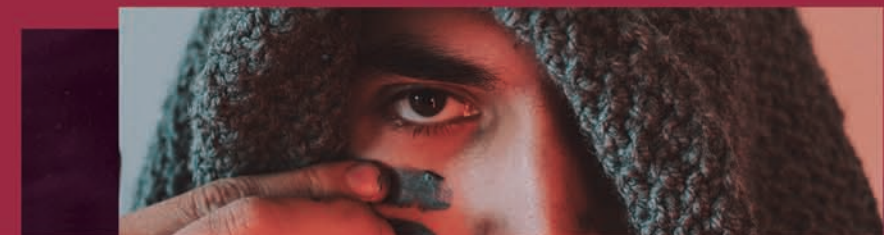


el uso de algún tipo de drogas con la intención de doblegar la voluntad de la víctima, logrando que se duerma o se quede inconsciente para poder perpetrar la agresión sexual. Por ello, es importante garantizar que nadie ha adulterado la bebida que se consume ni aceptar bebidas de desconocidos.

- **Confiar en una misma.** Si se experimenta algún sentimiento extraño por parte de una situación o de una persona, lo mejor es abandonar el lugar. En muchas ocasiones nuestro subconsciente percibe situaciones de peligro que no interpretamos conscientemente. Cuando esto ocurra no debemos tener la obligación de mantenernos en el mismo espacio que percibimos como inseguro ni sentir culpabilidad si para marcharnos hemos de recurrir a la mentira para poner algún tipo de excusa. Lo más importante, ante todo, es la seguridad personal.
- **No publicar la ubicación.** En la actualidad hay una tendencia a compartir por redes sociales nuestra localización y esto nos convierte en personas más vulnerables. Esto no solo no es útil, sino que ayuda a diferentes delincuentes a que sus delitos sean más sencillos de cometer (no solo en lo que respecta a agresiones sexuales, también puede afectar a robos u otros ilícitos). Lo más seguro es desactivar la opción de compartir la ubicación en redes.
- **Saber qué hacer en caso de no tener teléfono.** Dependemos demasiado de nuestros teléfonos móviles y puede ocurrir alguna circunstancia que impida su uso (caída de la red, descarga de la batería...). En estas situaciones debemos tener una alternativa planificada y conocer las posibilidades existentes. Es útil saber de memoria el número de teléfono de algunas personas de confianza por si nos

vemos en la obligación de avisarlas desde otro terminal. Es importante conocer dónde pasamos la noche (especialmente si estamos en un hotel o en un domicilio que no es habitual) y no depender del mapa del móvil para poder llegar. Y también es conveniente conocer dónde se encuentra el centro de salud u hospital más cercano por si lo necesitamos. Todo este tipo de acciones lograrán un número menor de situaciones de vulnerabilidad y ser consciente de los recursos existentes.

- **Reaccionar desde el primer momento.** Hay que rechazar cualquier acción de acoso, incomodidad o leves tocamientos desde el inicio. No podemos tomarlo como una broma y es necesario dejar claro que esto es una línea roja y que estas actitudes molestan. Esta respuesta de censura a estas conductas debemos realizarlas igual se produzcan por parte de un desconocido o de un conocido.
- **Asegurar la vivienda.** Es muy importante cerrar correctamente puertas y ventanas mientras estamos durmiendo. Hay que recordar que en esta situación somos especialmente vulnerables al no percibir los mismos peligros que si estuviéramos conscientes.



5. LA VIOLENCIA SEXUAL EN INTERNET.

5.1. Tipos de violencia sexual en la red.

En la sociedad actual nadie duda de la importancia de internet y de las redes sociales. La red ha cambiado el mundo en el que vivimos y nos ha facilitado realizar muchas acciones que antes era más complicado llevar a cabo, pero también han creado un universo nuevo en el que delinquir y esto ha supuesto el traslado de ciertas situaciones delictivas al contexto virtual y la creación de actitudes ilícitas nuevas.

Por ello, debemos tener presente que las mujeres pueden sufrir en relación con la violencia sexual una serie de actitudes en la red que vamos a repasar a continuación:

// El acoso siempre ha sido una preocupación en nuestra sociedad y, dentro de todas las conductas relacionadas con el mismo, debemos englobar también el acoso sexual. Con la llegada de los medios virtual estas actitudes de transforman también en ciberacoso a través del hostigamiento, la amenaza, la falsa acusación o el robo de información utilizando la red para ello. Todas estas circunstancias también pueden tener relación con el acoso sexual, en tanto que estos hechos descritos pueden encaminarse a la satisfacción de deseos sexuales de un abusador. Todo ello, además, puede escalar hasta traspasar la pantalla y desencadenar violencia física o situaciones de acoso sexual en persona.

// Igualmente a través de redes sociales también se pueden realizar comentarios insultantes, despectivos, amenazantes, etc. utilizando internet como medio a través del cual se realizan este tipo de actos. De nuevo estos también pueden relacionarse con la violencia sexual si poseen un contenido íntimo o si están destinados a lograr relaciones sexuales (virtuales o reales).

// Otra de las grandes preocupaciones de nuestra sociedad de la comunicación es la filtración de contenido íntimo o sexual de mujeres sin su consentimiento. En muchas ocasiones, además, esta acción la realizan exparejas de las propias personas afectadas, aunque en otras puede deberse a un caso de robo de información. Aun así, se trata de una violación de la intimidad de esas mujeres que no han autorizado el uso de estas imágenes o vídeos. Asimismo, es de resaltar que en muchas situaciones esta difusión se realiza a través de redes como WhatsApp en grupos de conocidos de la víctima y la reacción no suele ser detener el acto de filtración, sino aplaudirlo, animarlo o, incluso, seguir compartiéndolo.

// También vivimos, debido al auge de Internet, una traslación de actos de violencia sexual relacionados con la trata de mujeres o la explotación sexual forzada. En el primer caso las redes sociales se están utilizando como método de captación para mujeres en situación de especial vulnerabilidad que acaban cayendo en las redes de trata y siendo sometidas a la prostitución forzada. Por otro lado, en el segundo caso, las emisiones de webcams y otro tipo de difusión de contenido de índole sexual han hecho que algunas mujeres sean obligadas a realizar estas actividades en contra de su voluntad, como una suerte de explotación sexual virtual sin consentimiento libre de la víctima.

// Mencionábamos antes la filtración de imágenes íntimas o comprometidas de mujeres, pero antes de que esto se produzca puede cometerse un nuevo delito conocido como sextorsión. Puede ocurrir que dos personas intercambien mensajes, vídeos o imágenes de contenido sexual (lo que se conoce como sexting) o se realicen grabaciones de este tipo a través de la webcam o de la cámara del dispositivo móvil (conocido como sexcasting). Tras estas acciones, que pueden incluso realizarse voluntariamente, es cuando podemos encontrar la sextorsión que es la coacción o el chantaje que se realiza contra una mujer con el deseo de obtener algo, quizás continuar con la relación existente o que la mujer acceda a hacer algo que no desea, para no filtrar el contenido obtenido previamente. Debemos resaltar que según los datos al menos el 20% de las personas entre 18 y 20 años han realizado alguna vez sexting y que la edad a la que se comienza con esto se encuentra en torno a los 14 años.

// De igual forma, actualmente se producen accesos a las redes sociales que pueden suponer un acto de violencia. Este acceso puede deberse a una sistema de control por parte de la pareja de la mujer afectada, en muchos casos se considera este tipo de actitudes como una prueba de amor y confianza, cuando en realidad se trata de un deseo de control que demuestra que nos encontramos ante una relación tóxica que, en algunos casos, puede llegar a la violencia. En otros casos, esto se debe a un acceso ilegal a las redes sociales de la mujer que busca humillar, violentar o violar su intimidad. En este último suceso puede suponer el robo de información o la grabación de imágenes, mediante spyware o keyloggers, entre otras opciones, que desencadena algún tipo de coacción o la publicación o venta de la información robada.

// Otra dinámica habitual que ocurre alrededor de Internet es lo que se conoce con el término de happy slapping. Se trata de la grabación de una acción de violencia, sea esta física, verbal o sexual, que después es difundida mediante su publicación en redes sociales, por conversaciones de WhatsApp o Telegram o directamente en un portal web. Esto supone una doble acción de violencia contra la víctima, ya que se produce una revictimización debido a la ya mencionada difusión de la grabación realizada por el agresor. En este tipo de delitos los agresores, que en un 61% de los casos son amigos o conocidos de la víctima, perciben la situación como una broma y le quitan importancia.

// También se cometen delitos de grooming que son casos de acoso o abuso sexual por medios virtuales realizada por parte de una persona adulta a una niña o adolescente. Para esto el adulto se gana la confianza de la menor con la intención de embaucarla y lograr que realice actividades sexuales que puede abarcar desde hablar sobre sexo hasta el envío de imágenes o vídeos de este ámbito, pudiendo acabar en actividades sexuales reales. Incluso aunque no se logre el objetivo, es grooming toda acción encaminada a lograrlo y para ello se realiza por parte del abusador un procedimiento de creación de un vínculo de confianza similar al que se realizan en los casos de abusos sexuales infantiles.

// Además, el acceso que tienen las personas menores de edad a Internet hace que tenga la posibilidad de recibir involuntariamente contenido sexual o pornográfico. Esto puede deberse al uso habitual de la red, puesto que muchas páginas utilizan publicidad de contenido adulto, también puede ocurrir que una persona entre o descargue un contenido aparentemente inofensivo que en realidad es material pornográfico o, por último, pueden recibir este tipo de imágenes o vídeos por el envío intencionado de otra persona, sea esta desconocida o conocida por la víctima, mediante conversación por aplicaciones como WhatsApp o Telegram. Finalmente, esta exposición involuntaria a contenido de adultos puede deberse a que una persona del entorno de la víctima la obligue a mirarlo por medio de algún dispositivo, lo que traspasaría también la realidad virtual y podría desencadenar algún tipo de abuso o agresión sexual de forma personal.

Aunque, una vez más, está claro que el responsable de este tipo de acciones es el agresor y no la víctima, sí existen algunas medidas de seguridad que podemos poner en marcha con la intención de ser menos vulnerables ante algunas de las actitudes que hemos reseñado con anterioridad.

En primer lugar, es necesario proteger todos nuestros dispositivos (móviles, ordenadores, tablets...) mediante alguna contraseña, igual que debemos hacer con nuestra redes sociales. También debemos tener en cuenta que no es necesario conocer las contraseñas de nuestras parejas, esto no demuestra amor ni confianza. De hecho, la confianza se demuestra del modo justamente inverso: si yo confío en una persona no necesito sus contraseñas de acceso ni a sus dispositivos ni a sus redes.

En segundo lugar, necesitamos un antivirus que nos proteja de programas dañinos, como los spyware. Y este tipo de protección debemos utilizarla en todos nuestros dispositivos. En la actualidad es habitual instalar un programa de este tipo en nuestros ordenadores, pero no hacerlo en teléfonos móviles o tablets porque no consideramos que sean tan vulnerables o porque pensamos que no van a ser atacados y ambas suposiciones carecen de sentido. Todos los dispositivos electrónicos son susceptibles de sufrir ataques informáticos, debemos asumir que nuestros móviles hacen mucho que se parecen más a ordenadores que a lo que concebíamos hace años como teléfonos. También es importante tapar la cámara del dispositivo, tendencia cada vez más extendida, de forma que si alguien logra acceder a nuestro ordenador o teléfono al menos no podrá utilizar la cámara sin que lo sepamos.

En tercer lugar, es necesario evitar toda acción de sexting, por mucha confianza que tengamos con la otra persona estas actividades virtuales son peligrosas porque no solo están sometidas a dicha confianza, sino que esas imágenes pueden ser obtenidas por medio de un robo de información que realice un delincuente informático. Además, la confianza en otra persona no debe implicar la normalización de que esta tenga en su poder imágenes o vídeos sexuales de su pareja.

Y es que debemos tener en cuenta que cuando se comparte una foto o vídeo por cualquier medio electrónico (WhatsApp, Telegram, correo, Instagram, Twitter...) perdemos el control sobre ello y lo que pueda ocurrir, puesto que podría suceder, incluso, que ese material se comparta entre terceras personas sin nuestro conocimiento.

Cuando se rompe con una persona, si le dimos nuestras contraseñas o tiene fotos y/o vídeos íntimos, debemos cambiar inmediatamente nuestras claves de acceso y pedirle que elimine los archivos que conserva. Estos fueron enviados en un contexto de confianza que ya no existe y la otra persona debería asumir esto y eliminar todo el contenido que pueda seguir estando en su poder.

En cuarto lugar, debemos tener mucha precaución con las personas que conozcamos virtualmente. Realmente no sabemos quién está al otro lado del teléfono o la pantalla y no podemos confiar con demasiada facilidad sin conocer realmente a alguien.

Lo primero que deberíamos comprender, como sociedad o como víctima, es que la culpa no es de quien sufre este tipo de agresiones. La víctima deberá no culpabilizarse ni avergonzarse de lo ocurrido y, para ello, la sociedad en su conjunto también debe no responsabilizarla ni revictimizarla, ya sea poniendo en duda constantemente lo que le ha pasado o con otros discursos que buscan quitar valor a este gravísimo problema.

Si la situación de violencia sexual comienza con una menor intensidad, la víctima debe negarse. Nadie tiene derecho a realizar tocamientos u otros actos de abusos sexuales. Mientras la violencia no escale, se puede intentar hablar con el agresor para que finalice su actitud. En estos casos es importante intentar buscar una situación de seguridad y protección.

Aun así puede no servir de nada en cuyo caso la víctima debe denunciar la agresión que ha sufrido. Este tipo de actos no deben quedar impunes y sin la denuncia es muy complicado perseguirlos. Debemos comprender esto con un acto de protección a la víctima y a las futuras que puedan existir. Si denunciemos y el agresor es condenado, existen menos probabilidades de que el número de víctimas aumente.

Además, el procedimiento de denuncia puede servir como superación de la agresión, pero también puede suponer un problema a nivel psicológico, ya que la víctima revivirá lo ocurrido y su versión será puesta en duda, al menos, por la defensa del agresor en el juicio, incluso en muchos casos también el entorno o la sociedad cuestionarán lo ocurrido. En este último caso, no hay problema en pedir ayuda. Las víctimas necesitan ir empoderadas y con respaldo psicológico a los procesos judiciales, puesto que son situaciones muy complejas a nivel psicológico.

En el momento de poner la denuncia debemos tener presente que no importa si ha pasado tiempo desde la agresión o esta se acaba de producir. Nuestro Tribunal Supremo ha dictaminado en varias de sus sentencias que el retraso en la denuncia no puede ser entendido como un criterio para cuestionar la credibilidad de la víctima.

También debemos tener presente que la denuncia se puede presentar en diversos lugares. Puede acudir a la Policía, al Juzgado de Guardia o a la Guardia Civil. Si una víctima vive un lugar pequeño donde solo hay Guardia Civil y no puede interponer la denuncia allí, debe saber que puede desplazarse a cualquier otro lugar para hacerlo.

La víctima debe saber que tiene derecho tanto a interponer la denuncia como a prestar declaración en el futuro con otra mujer. Este derecho que las asiste solo puede negarse si la declaración debe realizarse ante el juez o el fiscal o si esta opción va en detrimento del desarrollo del propio proceso. De igual forma, las autoridades no pueden negarse a recoger la denuncia y la víctima tiene derecho a solicitar una copia de la misma una vez finalizada su interposición.

Si la agresión ha sido reciente, las autoridades podrán acompañar a la víctima al hospital para los reconocimientos médicos que procedan. Será importante realizar una revisión ginecológica y que, si procede, se tomen muestras biológicas, ya que esto podría ser una prueba importante en casos de agresiones sexuales en el futuro procedimiento judicial.

Finalmente, puede solicitar un tratamiento preventivo del embarazo y de enfermedades de transmisión sexual, en los casos en que haya habido penetración, y es muy importante que la víctima, al terminar todas las revisiones pertinentes, tenga una copia del parte médico.

Si una persona es testigo de una agresión o piensa que una mujer ha podido sufrirla, lo primero que debe hacer es no mirar a otro lado, no puede ser cómplice por omisión, y para ello debe pedir ayuda. También será útil preguntar por su estado y por si necesita algo.

Desde ese momento es necesario crear un espacio seguro para la víctima, acompañándola, pero sin invadir su espacio vital ni agobiarla más de lo que ya lo estará. También es recomendable ayudarla a contactar con una persona de su confianza que pueda auxiliarla en esos momentos.

Si la víctima decide denunciar, hay que contarle a la policía lo que haya visto e, incluso, aceptar acudir a los juzgados cuando proceda como testigo si nuestro testimonio es de interés para la causa.

Por otro lado, si una mujer de nuestro entorno nos confiesa que ha sido víctima de una agresión sexual, debemos no juzgarla ni intentar presionarla para que denuncie. Esto debe ser una decisión personal de ella y debe estar preparada y convencida de hacerlo.

Podemos acompañarla a alguna institución o asociación para que la aconsejen y ayuden en todo el proceso, tanto psicológica como socialmente y, si procede, jurídicamente. Aun así, lo más importante es que esta mujer sienta nuestro apoyo y sepa que vamos a ayudarla y a estar con ella en lo que decida y en todo su camino futuro. Recordemos que las víctimas de agresión sexual en muchos casos se culpabilizan a sí mismas y necesitan que su entorno las entienda y las escuchen.

▶ Ante una agresión sexual lo urgente es recurrir a los sistemas de emergencia y para ello los teléfonos más importantes son los siguientes:

- 112 (emergencias).
- 091 (Policía Nacional).
- 062 (Guardia Civil).

Los servicios institucionales de atención a mujeres en Salamanca son estos:

▶ CENTRO DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO A LA MUJER (CIAM) DEL AYUNTAMIENTO DE SALAMANCA:

Casa de la Mujer "Clara Campoamor". C/ Lugo, 9.
ciam@aytosalamanca.es
923 187 544.

▶ SECCIÓN MUJER DE LA JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN EN SALAMANCA:

Gran Vía, 53-55, 1.ª Planta.
923 296 766.

▶ SERVICIO DE ATENCIÓN A LA MUJER DE LA DIPUTACIÓN DE SALAMANCA:

C/ Espejo, 14.
923 217 195.

▶ UNIDAD DE ATENCIÓN A LA FAMILIA Y MUJER (UFAM) DE LA POLICÍA NACIONAL:

atencionfamiaymujer@policia.es
923 127 700.

▶ EQUIPO DE MUJER-MENOR (EMUME) DE LA COMANDANCIA DE LA GUARDIA CIVIL:

923 127 216, extensión 312.

▶ GRUPO 4M (MENOR, MUJER, MAYOR Y MENTAL) DE LA POLICÍA LOCAL DE SALAMANCA:

923 194 440.

▶ SERVICIOS DE ASUNTOS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD DE SALAMANCA:

Patio de Escuelas, 3.
sas@usal.es
923 294 637.

▶ UNIDAD DE IGUALDAD DE LA UNIVERSIDAD PONTIFICIA DE SALAMANCA:

C/ Compañía, 5.
igualdad@ups.a.es
923 277 100, extensión 7527.

7.1. Fases de la crisis

Se suele considerar que en este tipo de situaciones traumáticas existen tres fases consecutivas, aunque este modelo es solo válido parcialmente porque describe las etapas por las que pasa la víctima, pero no los procesos psicosociales que pueden permitir su recuperación.

// Shock emocional: esta es la primera fase que puede tener una duración desde unos minutos hasta horas. El nivel afectivo de la víctima es controlado por la vulnerabilidad, la impotencia, el aislamiento y el bloqueo afectivo. Las consecuencias sobre la conducta de la víctima pueden ser muy diferentes dependiendo del caso concreto, yendo desde conductas errantes en un nivel leve a desorientación temporal y espacial o petrificación por el terror en un nivel más grave.

// Reorganización: es la segunda fase y puede tener una duración de semanas o meses. Se trata de una reevaluación cognitiva de lo que ha ocurrido. La víctima intenta ajustar la agresión a sus valores, su percepción personal, sus vivencias previas, su entorno... El conocimiento de la mujer varía entre la repetición constante de la agresión y su intento de entender las causas de la misma. Sus sentimientos mutan entre la euforia y la tristeza, el miedo y la ira, etc. Afecta a su conducta en la vida diaria y pueden existir a medio plazo conductas de evitación o compensatorias.

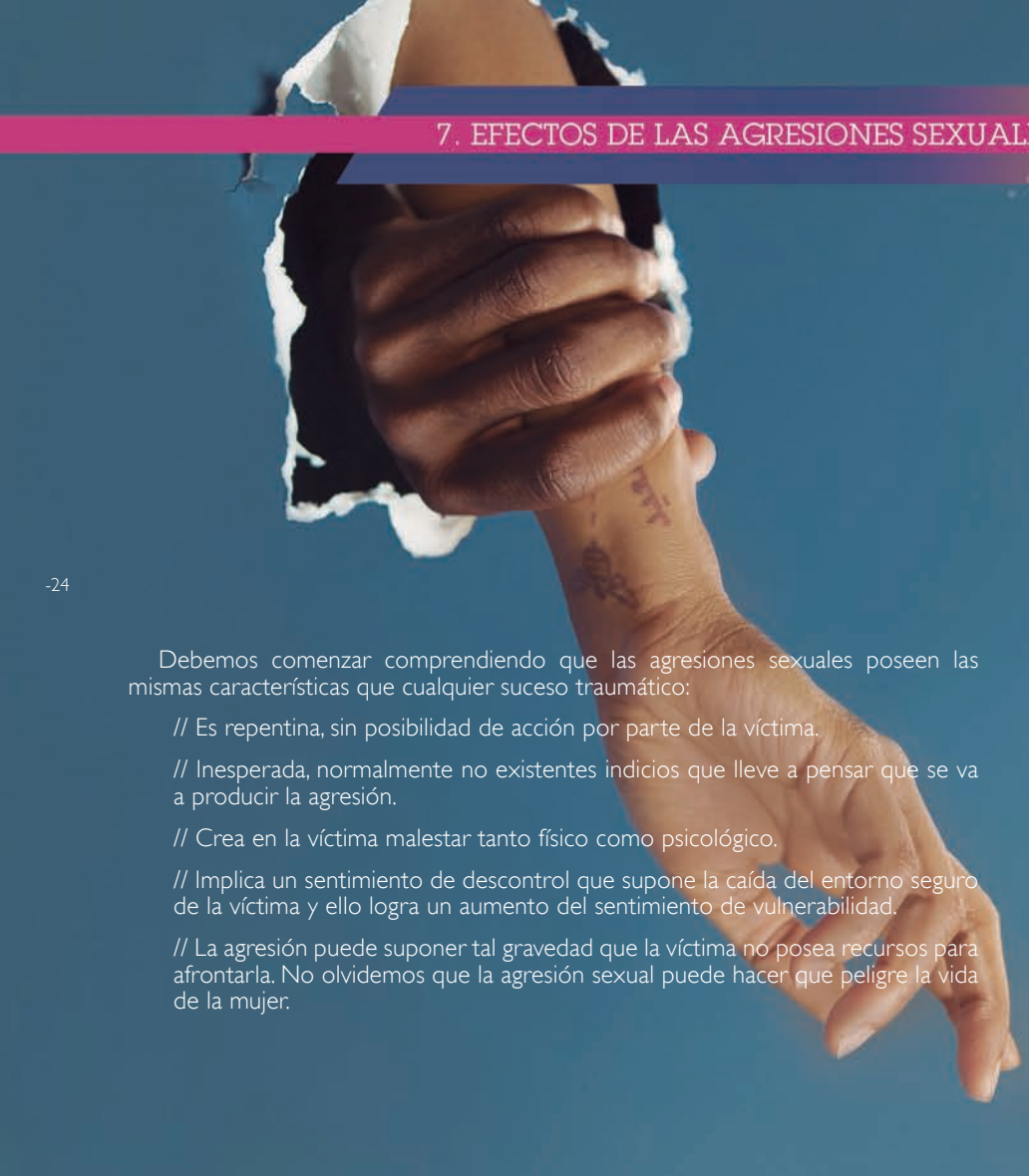
En ocasiones la víctima ignora lo ocurrido y se comporta como si la agresión no se hubiera producido. Este proceso de negación del suceso esconde una latencia de procesos afectivos y cognitivos y puede provocar una reacción postraumática retrasada.

// Readaptación: esta fase comienza cuando disminuye el miedo y la ira y se trata de una reacción a largo plazo en la que el efecto de la agresión se soluciona mediante defensas más efectivas, conductas más vigilantes y la revisión de valores y actitudes que hacen que se produzca una adaptación en la vida cotidiana.

En primer lugar, veremos los efectos físicos más habituales a corto plazo, esto ocurre en los primeros tres meses desde que la víctima ha sufrido la agresión sexual:

CONSECUENCIA	DATOS EXPLICATIVOS O DESCRIPTIVOS
PERCEPCIÓN POBRE DE SALUD	Suele ser habitual especialmente en los casos en los que el agresor es la pareja de la víctima o cuando hay varios agresores.
LESIONES	Se pueden clasificar en los siguientes tipos: <ul style="list-style-type: none"> • Respuesta a la resistencia de la víctima: destacan arañazos en piernas o brazos. • Para silenciar a la víctima: como arañazos en boca, cara o cuello. • Con la intención de matar a la víctima: estrangulación, ahogamiento, heridas con arma blanca... • Producto de una actitud sádica: como azotes, quemaduras...
LESIONES EN ZONA GENITAL, ANAL, ORAL O EN SENOS	Las más habituales son la rotura total o parcial del himen, las producidas por penetraciones bruscas o realizadas con instrumentos o debido a varios agresores y las localizadas en la zona anal y perianal.
DOLOR PÉLVICO	Es uno de los problemas que distintos estudios consideran que tiene una relación con la violación. Ocurre en la parte baja del abdomen y puede ser constante o intermitente.
EMBARAZO NO DESEADO	Este es otro riesgo que existe en casos de agresiones sexuales. Dependiendo del estudio varía el porcentaje de mujeres agredidas que resultaron embarazadas entre el 5% y el 8%.
ENFERMEDAD DE TRANSMISIÓN SEXUAL	En las agresiones sexuales aumenta el riesgo de contraer una enfermedad de transmisión sexual. Según los estudios aproximadamente el 4% de las personas agredidas tuvieron una enfermedad de este tipo. Además, si la violación fue violenta aumenta también el riesgo de de transmisión del VIH.
OTRAS: DIFICULTAD PARA TRAGAR, DOLOR DE ESPALDA Y ARTICULACIONES, FIBROMIALGIA, BRUXISMO, CEFALÉAS, DESMAYOS, TEMBLORES, SUDORES, PROBLEMAS GASTROINTESTINALES, TRASTORNOS GENITO-URINARIO, ATAQUES AL CORAZÓN, HIPERTENSIÓN, ARTRITIS...	Diversas investigaciones llegan a la conclusión de que las mujeres que han sido víctimas de violencia sexual son más propensas a tener diferentes dolencias y enfermedades y que existe una relación estadística entre una situación y la otra.

Algunas de las consecuencias anteriores pueden alargarse en el tiempo, como la percepción pobre de salud o distintos problemas de salud o quejas físicas crónicas. Además, estas víctimas tienen una mayor probabilidad a largo plazo de tener conductas destructivas relacionadas con otras enfermedades o con muertes prematuras, como puede ser fumar, excederse con el alcohol o no usar cinturón de seguridad.



Debemos comenzar comprendiendo que las agresiones sexuales poseen las mismas características que cualquier suceso traumático:

- // Es repentina, sin posibilidad de acción por parte de la víctima.
- // Inesperada, normalmente no existentes indicios que lleve a pensar que se va a producir la agresión.
- // Crea en la víctima malestar tanto físico como psicológico.
- // Implica un sentimiento de descontrol que supone la caída del entorno seguro de la víctima y ello logra un aumento del sentimiento de vulnerabilidad.
- // La agresión puede suponer tal gravedad que la víctima no posea recursos para afrontarla. No olvidemos que la agresión sexual puede hacer que peligre la vida de la mujer.

7.3. Efectos psicológicos de la víctima

A continuación abordaremos los problemas psicológicos más habituales que pueden tener las mujeres que son víctimas de violencia sexual. En primer lugar, trataremos las consecuencias a corto plazo:

CONSECUENCIA	DATOS EXPLICATIVOS O DESCRIPTIVOS
TRASTORNO DE ESTRÉS AGUDO	Durante el primer mes desde la agresión la víctima puede presentar síntomas como aturdimiento, despersonalización, amnesia disociativa, embotamiento emocional y extrañeza de la realidad.
TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO	Este es el principal efecto que puede tener una víctima de violencia sexual. Sus principales características son la aparición de pesadillas, imágenes o recuerdos constantes en los que la víctima vuelve a vivir la agresión, evitar los estímulos vinculados al hecho traumático y la hiperactivación fisiológica. A esto hay que añadir otras características habituales: ruptura del sentimiento de seguridad, indefensión, consideración del futuro como incontrolable y la pérdida de confianza en sí misma.
DEPRESIÓN, ANSIEDAD, FOBIAS, PÁNICO Y TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO	Existe una relación entre la agresión sexual y la aparición o empeoramiento de estos problemas. Algunos estudios llegan a la conclusión de que es dos o cuatro veces mayor el riesgo de estas situaciones para las víctimas de violencia sexual.
TRASTORNOS ADAPTATIVOS	En ocasiones la depresión o el trastorno de estrés postraumático parecer no tener suficiente gravedad o esta no es tan evidente, pero siguen existiendo estos síntomas de ansiedad o depresión. En este caso no se vuelve a experimentar la agresión.
SENTIMIENTO DE HUMILLACIÓN, VERGÜENZA, IRA, IMPOTENCIA, VULNERABILIDAD, APATÍA, INDEFENSIÓN, IRRITABILIDAD, BAJA AUTOESTIMA.	Es muy frecuente que estos sentimientos inunden a la víctima de agresión sexual, especialmente si no logró ayuda después de que se produjera el delito.
CULPA	Es muy frecuente que las víctimas de agresión sexual se culpabilicen a ellas mismas de lo ocurrido. Esto puede darse en tres momentos de los vividos: <ul style="list-style-type: none"> • Antes de la agresión: se preguntan por lo que hicieron antes de que las agredieran (confiar en el agresor, llegar de noche a casa, caminar por una calle solitaria...). • Durante la agresión: se consideran responsable por no haberse opuesto de forma más contundente o por haberse quedado paralizadas o no haber mantenido la calma. • Después de la agresión: ocurre especialmente cuando la víctima no denuncia el caso de forma inmediata o se ducha y lava la ropa antes de acudir a la policía y esto provoca que se destruyan pruebas. Estos sentimientos de culpa suelen ser mayores si el agresor es una persona conocida. Además, en estos casos se produce una desconfianza generalizada en todas las personas.

CONSECUENCIA

PROBLEMAS PARA ATENDER Y CONCENTRARSE

AMNESIA DISOCIATIVA

DISFUNCIONES SEXUALES, MIEDO AL SEXO O DISMINUCIÓN DEL DESEO

INCREMENTO DE LAS RELACIONES SEXUALES

ABUSO DE SUSTANCIAS Y TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

INTENTOS AUTOLÍTICOS

TRASTORNOS DEL SUEÑO, PESADILLAS Y TERRORES NOCTURNOS

SOBRESALTO, HIPERVIGILANCIA Y CONDUCTA DESORGANIZADA

DATOS EXPLICATIVOS O DESCRIPTIVOS

Se produce normalmente cuando la agresión aún es reciente en momentos en los que la víctima tiene que mantener una conversación o realizar acciones cotidianas como trabajar. Suele ser una consecuencia transitoria.

Supone la incapacidad de recordar algunos aspectos de la agresión, pero sin que afecte al resto de los recuerdos, incluso aunque estos ocurrieran en el mismo momento.

Frecuentemente las víctimas de agresión sexual experimentan tras el delito problemas relacionados con el ámbito sexual al existir un rechazo por su parte debido a la situación traumática sufrida.

En ocasiones la víctima aumenta sus relaciones o parejas sexuales, pero esto no supone un incremento en su satisfacción sexual.

Las investigaciones concluyen que existe también una relación entre haber sufrido una agresión sexual y estas dos consecuencias.

Las víctimas de agresión sexual también suelen tener una mayor propensión a tener ideas suicidas o a haberlo intentado y a sentimientos de desesperación.

Esto ocurre porque en ocasiones las víctimas tienden a revivir la agresión en diferentes formas durante el periodo de sueño.

Las víctimas se encuentran en una situación de desconfianza tras haber sufrido una agresión y, por ello, son sensibles a cualquier estímulo y pueden encontrarse en una constante posición de autodefensa.

En los subsiguientes meses se puede mantener algunos efectos como el trastorno de estrés postraumático, los temores, la depresión y las disfunciones sexuales.

A largo plazo pueden mantenerse algunos de los efectos vistos anteriormente y aparecer algunos nuevos. Los síntomas más habituales son el trastorno de estrés postraumático, la ansiedad fóbica, la depresión, la inadaptación social y las disfunciones sexuales.

Según los estudios aproximadamente dos de cada tres víctimas continúan sufriendo estrés postraumático tras meses o años de la agresión sexual. Este trastorno no desaparece espontáneamente y, en muchos casos, necesita un tratamiento especializado para ello.

7.4. Efectos sociales de la víctima

A continuación abordaremos los problemas sociales más habituales que pueden tener las mujeres que son víctimas de violencia sexual.

En primer lugar, trataremos las consecuencias a corto plazo:

CONSECUENCIA	DATOS EXPLICATIVOS O DESCRIPTIVOS
DIFICULTAD PARA RETOMAR LA VIDA COTIDIANA Y RESTRICCIÓN DE ACTIVIDADES DIARIAS	Las víctimas de violencia sexual tienen problemas para continuar con su vida habitual y con su rutina, tanto por la agresión en sí misma como por diferentes afectos físicos y psicológicos ya analizados previamente.
ALTERACIÓN DEL FUNCIONAMIENTO LABORAL Y FAMILIAR	Los estudios acreditan que las víctimas de violencia sexual sufren alteraciones en el ámbito laboral hasta ocho meses después de la agresión y en el ámbito familiar y de ocio los dos primeros meses.
DIFICULTAD PARA ESTABLECER RELACIONES ÍNTIMAS	La agresión sexual altera la vida íntima y de pareja de la víctima. Según diversas investigaciones aproximadamente el 60% de las mujeres que han sufrido violencia sexual finalizan su relación de pareja en el año posterior.

Estos efectos suelen mantenerse durante un tiempo, especialmente la dificultad para relacionarse de forma íntima y las restricciones en la vida diaria.

A largo plazo en el ámbito social pueden apreciarse los siguientes efectos:

CONSECUENCIA	DATOS EXPLICATIVOS O DESCRIPTIVOS
INADAPTACIÓN SOCIAL Y PÉRDIDA DE CALIDAD DE VIDA	Esta es una consecuencia de varios de los efectos psicológicos vistos con anterioridad (ansiedad, estrés postraumático, depresión...) porque algunas víctimas tienden a evitar situaciones de ocio, como viajar o interactuar con amistades.
PEOR AJUSTE LABORAL	Según los estudios muchas víctimas siguen teniendo una peor capacidad de rendimiento laboral ocho meses después de la agresión. Esto puede deberse a muy diversos factores como haber cambiado de trabajo por traslado de ciudad o temor a un horario nocturno.
CAMBIOS DE RESIDENCIA Y EN LAS RELACIONES FAMILIARES	En muchos casos la víctima cambia de domicilio o, incluso, de ciudad para huir del delito que ha sufrido apartándose físicamente de su espacio habitual hasta entonces. Igualmente, muchas víctimas realizan tras la agresión un acercamiento a su padre o madre esperando un mayor apoyo.
DIFICULTAD PARA ESTABLECER RELACIONES DE PAREJA	Como hemos visto en los efectos psicológicos, tras la agresión la víctima vive en una situación de desconfianza y esto provoca que le sea más complicado acercarse a una nueva persona para entablar una relación de pareja.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

TEXTOS DOCTRINALES, ACADÉMICOS E INSTITUCIONALES.

// Altuzarra Alonso, I. "El delito de violación en el Código Penal español: análisis de la difícil delimitación entre la intimidación de la agresión sexual y el prevalimiento del abuso sexual. Revisión a la luz de la normativa internacional", *Estudios de Deusto: revista de Derecho Público*, vol. 68, núm. 1, 2020, pp. 511-558.

// Alonso Grijalba, E. *Mujeres víctimas de violencia doméstica con trastorno de estrés posttraumático: validación empírica de un programa de tratamiento*, Universidad Complutense de Madrid, 2007.

// American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. APA, 2000.

// Amstadter, A. B., McCauley, J. L., Ruggiero, K. J., Resnick, H. S. & Kilpatrick, D. G. "Self-rated health in relation to rape and mental health disorders in a national sample of women", *American Journal of Orthopsychiatry*, núm. 81, 2011, pp. 202-210.

// Aparicio Landa, A. & Muñoz, T. *Después del silencio. Cómo sobrevivir a una agresión sexual*, Paidós, 2007.

// Beebe, D. K. "Emergency management of the adult female rape victim", *American Family Physician*, núm. 43, 1991, pp. 2041-2046.

// Burgess, A. W. & Holmstrom, L. L. "Rape trauma syndrome", *The American Journal of Psychiatry*, vol. 131, núm. 9, 1974, pp. 981-986.

// Burgos García, A. & Ricondo García, S. *Las cifras importan: datos para entender la violencia sexual*, Noctámbul@s, 2021.

// Burnam, M. A., Stein, J. A., Golding, J. M., Siegel, J. M., Sorenson, S. B., Forsythe, A. B. & Telles, A. B. "Sexual assault and mental disorders in a community population", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, núm. 56, 1988, pp. 843-850.

// Calhoun, K. S. & Atkeson, B. M. *Treatment of rape victims. Facilitating psychosocial adjustment.*, Pergamon Press, 1991.

// Campbell, R., Seft, T. & Ahrens, C. E. "The physical health consequences of rape: Assessing survivors' somatic symptoms in a racially diverse population", *Women's Studies Quarterly*, núm. 31, 2003, pp. 90-104.

// Corral Gargallo, P., Echeburúa Odriozola, E. & Amor Andrés, P. J. "Consecuencias psicológicas en las víctimas adultas de agresiones sexuales", en: Lameiras Fernández, M. & López Castedo, A. (coord.). *Sexualidad y Salud. La transmisión sexual del VIH y las agresiones sexuales*, Tórculo Ediciones, 1997, pp. 215-234.

// Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género. *Macroencuesta de violencia contra la Mujer*, Ministerio de Igualdad, 2019.

// Echeburúa Odriozola, E. & Amor Andrés, P. J. "Trastornos asociados a traumas y estresores", en: Belloch Fuster, A., Sandín Ferrero, B. & Ramos Campos, F. *Manual de psicopatología*, vol. 2, McGraw-Hill, 2020, pp. 109-133.

// Forman-Hoffman, V. L., Mengeling, M. A., Booth, B. M., Torner, J. C. & Sadler, A. G. "Eating disorders, post-traumatic stress, and sexual trauma in women veterans", *Military Medicine*, núm. 171, 2012, pp. 1161-1168.

// Galiana Carmona, S. & De Marianas Ribary, H. "Estudio psicológico de las víctimas", en: Roig, E., Galiana Carmona, S. & De Marianas Ribary, H. *Estudios sobre la violencia sexual*, Servicio de Publicaciones Decanato de los Juzgados, 1996, pp. 205-227.

// Golding, J. M. "Sexual-assault history and long-term physical health problems: Evidence from clinical and population epidemiology", *Current Directions in Psychological Science*, núm. 8, 1999, pp. 191-194.

// Koss, M. P., Woodruff, W. J. & Koss, P. G. "Criminal victimization among primary care medical patients: Prevalence, incidence, and physician usage", *Behavioral Sciences and the Law*, núm. 9, 1991, pp. 85-96.

// López Valtierra, E. "Agresión sexual", en: Pacheco Tabuena, T., Garrosa Hernández, E. et al. (coord.), *Atención psicosocial en emergencias: evaluación e intervención en situaciones críticas*, Síntesis, 2012, pp. 99-126.

// Lorente Acosta, M., Lorente Acosta, J. A. & Lorente Acosta, M. J. *Agresión a la mujer: maltrato, violación y acoso*, Comares, 1998.

// Magro Servet, V. *Manual práctico sobre agravantes y subtipos agravados del Código Penal*, La Ley, 2019.

// Marín Acupán, A. *Violencia sexual digital. Guía conceptual para personas que colaboran en la prevención y atención de la violencia sexual contra niñas y adolescentes en América Latina y el Caribe*, CLADEM, 2021.

// Organización Mundial de la Salud. *World Report on Violence and Health*, OMS, 2002.

// Perilloux, C., Duntley, J. D. & Buss, D. M. "The costs of rape", *Archives of Sexual Behavior*, vol. 41, núm. 5, 2012, pp. 1099-1106.

// SEXVIOL. *Desmontando mitos a acerca de la Agresión Sexual*. Un estudio de caso sobre la Audiencia Provincial de Madrid, Universidad Complutense de Madrid, 2022.

// Soria Verde, M. A. & Hernández Sánchez, J. A. *El agresor sexual y la víctima*, Marcombo, 1994.

// Urrea Portillo, J. *SOS... Víctima de abusos sexuales*, Pirámide, 2007.

TEXTOS Y PROYECTOS LEGISLATIVOS.

// Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica, 2011.

// Directiva 2012/29/UE del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2012 por la que se establecen normas mínimas sobre los derechos, el apoyo y la protección de las víctimas de delitos, y por la que se sustituye la Decisión marco 2001/220/JAI del Consejo.

// Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal.

// Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.

// Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual.

JURISPRUDENCIA.

// STS 1689/2003, de 18 de diciembre.

// STS 1291/2005, de 8 de noviembre.

// STS 39/2009, de 29 de enero.

// STS 609/2013, de 10 de julio.

// STS 102/2014, de 18 de febrero.

// STS 9/2016, de 21 de enero.

// STS 1071/2019, de 2 de abril.

// STS 344/2019, de 4 de julio.

// STS 2192/2022, de 1 de junio.

OTRAS REFERENCIAS.

// Instituto Nacional de Estadísticas, ine.es.

// Rape, Abuse & Incest National Network, rainn.org.

// Save The Children, savethechildren.es.

