



# GUÍA DE ACTUACIÓN VIOLENCIA SEXUAL HACIA LAS MUJERES





*Primera parte*

# CONOCER

- 1.1 La violencia sexual hacia la mujer es...
- 1.2 ¿Te suenan estas situaciones? ¡Es violencia sexual!
- 1.3 Delitos en violencia sexual

*Segunda parte*

# IDENTIFICAR

- 2.1 Iceberg de la violencia sexual
- 2.2 ¿Qué es el consentimiento sexual?
- 2.3 ¿Quién puede violentarnos sexualmente?
- 2.4 ¿Cómo me puedo sentir ante la violencia sexual?

*Tercera parte*

# ACTUAR

- 3.1 ¿Cómo actuar ante una situación de violencia sexual?
- 3.2 Necesito ayuda ¿dónde acudir?
- 3.3 Contactos de interés
- 3.4 Bloc de notas

# VIOLENCIA SEXUAL HACIA LAS MUJERES

## MI CUERPO, MI VOZ, MI DECISIÓN

La Dirección General de Mujer y Diversidad de Género de la Región de Murcia junto con el Servicio de Prevención y Atención Integral a Víctimas de Abuso y /o Agresión Sexual CAVAX, ha elaborado la [Guía de Actuación ante la Violencia Sexual hacia las Mujeres](#), con la finalidad de proporcionar información, pautas de actuación y recursos de atención ante situaciones de violencia sexual en la comunidad autónoma de Murcia.

## LOS OBJETIVOS QUE PRETENDE LA GUÍA SON LOS SIGUIENTES:

1. Conocer qué es la violencia sexual hacia la mujer, sus diferentes manifestaciones y tipologías.
2. Comprender las claves del consentimiento en las relaciones afectivo sexuales.
3. Informar sobre el impacto psicológico de la violencia sexual en la vida de las mujeres.
4. Proporcionar pautas de actuación ante una situación de abuso y/o agresión sexual (ámbito sanitario, policial y social).
5. Dar a conocer los recursos especializados de atención a víctimas de violencia sexual de la Región de Murcia.

**ROMPE EL SILENCIO.  
CUANDO SEAS  
TESTIGO DE  
VIOLENCIA CONTRA  
LAS MUJERES NO TE  
QUEDES DE BRAZOS  
CRUZADOS.**

**ACTÚA**

*Ban Ki Moon*





*1ª PARTE*

**CONOCER  
LA  
VIOLENCIA  
SEXUAL**



LA  
**EDUCACIÓN**  
ES LA VACUNA  
**CONTRA**  
LA **VIOLENCIA**

*Edward James Olmo*



1.1

# LA VIOLENCIA SEXUAL HACIA LA MUJER ES...

## **CUESTIÓN DE GÉNERO**

Ser mujer es un factor de riesgo...  
1 de cada 2 mujeres ha sufrido violencia por ser mujer  
(desde una violación a violencias cotidianas que las mujeres experimentan).  
Datos de la Macroencuesta de Violencia contra la mujer 2019 – Gobierno de España

## **CUESTIÓN DE PODER**

No de placer

## **GENERALIZADA Y NORMALIZADA**

(creencias, estereotipos y comportamientos que justifican y perpetúan la violencia sobre los cuerpos y libertad de las mujeres)

1.2

¿TE SUENAN ESTAS SITUACIONES?

# ¡ES VIOLENCIA SEXUAL!



**HOSTIGAMIENTO SEXUAL**  
(comentarios molestos, miradas incómodas, gestos desagradables...)

**PROSTITUCIÓN FORZADA O TRATA DE PERSONAS**

**DENEGAR EL DERECHO A USAR ANTICONCEPTIVOS O TOMAR MEDIDAS PARA PROTEGERSE DE ENFERMEDADES / INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL**

**TOCAR SIN CONSENTIMIENTO**

**INSPECCIONES PARA COMPROBAR LA VIRGINIDAD**

**ACOSO SEXUAL**  
(laboral, docente, callejero...)

**ABUSOS SEXUALES A MENORES DE EDAD**

## ACOSO SEXUAL

Solicitar favores de naturaleza sexual, en el entorno laboral, docente o de prestación de servicios. Este delito puede darse entre compañeros/as, superiores y/o subordinados/as.

## ABLISO SEXUAL

Cualquier conducta que atente contra la libertad sexual de la persona que lo sufre, **SIN VIOLENCIA O INTIMIDACIÓN**. Puede ser **CON O SIN** penetración por vía vaginal, anal o bucal.

Por ejemplo: estar dormida, inconsciente, personas en situaciones vulnerables (menores de edad, personas con discapacidad, etc).

## VIOLACIÓN

Es una agresión sexual, **CON VIOLENCIA e INTIMIDACIÓN**, y **CON** penetración o introducción de objetos o miembros corporales por vía vaginal, anal o bucal.

## AGRESIÓN SEXUAL

Consiste en la realización de cualquier acto de naturaleza sexual **SIN** consentimiento y **CON VIOLENCIA e INTIMIDACIÓN**. Puede ser **CON** o **SIN** penetración.

- La violencia equivale al uso de fuerza física
- La intimidación se produce cuando la persona que la sufre cede ante el acto sexual para evitar un mal mayor sobre su persona, bienes, o terceras personas con las que tenga una relación íntima que provoque ceder ante ese comportamiento (padres, hijos, pareja...).

1.3

## DELITOS EN VIOLENCIA SEXUAL

### STEALTHING

Situación en la que el chico, en medio de una relación sexual, retira el preservativo **SIN** conocimiento de la otra persona. Este tipo de conducta es una modalidad de abuso sexual, delito que atenta contra:

La libertad sexual: se desconoce que está practicando el acto sexual sin protección.

La salud de las personas: al estar expuestas a infecciones de transmisión sexual o un embarazo no deseado.

### SEXTING

Consiste en el intercambio de imágenes o vídeos (con contenido sexual) de manera consentida (pareja, amigos...). Y su posterior difusión **SIN CONSENTIMIENTO** por una de las partes.

### STALKING

Es la situación que se crea cuando una persona acosa a otra mediante mensajes masivos, llamadas reiteradas, persecución, espionaje, etc. Este tipo de conductas alteran la vida cotidiana de la persona que lo sufre.





*2ª PARTE*

***IDENTIFICAR***

**VISIBLE**

VIOLENCIA FÍSICA

ASESINATO

EXPLOTACIÓN SEXUAL

**INVISIBLE**

ELIMINACIÓN AUTÓNOMA

COACCIÓN SEXUAL

ALTERACIÓN DE LA CONCIENCIA

DEGRADACIÓN

SOLICITAR, HACER Y/O ENVIAR FOTOS / VIDEOS CON CONTENIDO SEXUAL SIN CONSENTIMIENTO

NORMALIZACIÓN

HUMOR SEXISTA  
CUESTIONAR LAS DENUNCIAS  
CULPAR A LAS VÍCTIMAS  
EXCLUIR AL AGRESOR



2.1

# ICERBERG VIOLENCIA SEXUAL

AGRESIÓN / ABUSO /  
ACOSO SEXUAL

CHANTAJE EMOCIONAL

QUITARSE EL  
CONDÓN SIN AVISAR

MOSTRAR GENITALES

ACOSAR

PIROPOS E INSINUACIONES

ROLES BASADOS EN  
ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

TRATAR A LAS MUJERES COMO OBJETO

2.2

## ¿QUÉ ES EL CONSENTIMIENTO SEXUAL?

### **CONSENTIMIENTO SEXUAL**

Significa estar de acuerdo en realizar cualquier actividad de índole sexual con otra persona.

### **ELEGIR, DESEAR Y ACEPTAR**

**LIBREMENTE** qué queremos y qué no queremos, sin chantajes ni intimidaciones.

## EL CONSENTIMIENTO DEBE SER...

**LIBRE Y VOLUNTARIO**

**ESPECÍFICO**

*Se da para una práctica y no es extensible a otras*

**CONSENSUADO**

**AFIRMATIVO**

**DESEABLE**

*Elección que se debe hacer desde nuestro sentir (corporal y emocional) para disfrutar y explorar nuestro placer.*

**REVERSIBLE**

*Puede cambiar en cualquier momento.*

**PARA OBTENER EL CONSENTIMIENTO ES NECESARIO:**

**PREGUNTAR**

**HABLAR CON CLARIDAD**

**OBSERVAR**

**ESCUCHAR**

HAY MUCHAS FORMAS  
DE DECIR  
**NO**

ALÉJATE

NO ME  
TOQUES

DÉJAME

¡PARA!

ME HACE  
DAÑO

NO ESTOY  
SEGURA

NO  
TENGO  
GANAS





LLORAR



INCONSCIENTE



GRITAR



SILENCIO



DORMIDA



QUIETA



**LA AUSENCIA DE  
CONSENTIMIENTO**



**¡ES  
VIOLENCIA  
SEXUAL!**

2.3

## ¿QUIÉN PUEDE VIOLENTARNOS SEXUALMENTE?



Las personas que pueden agredir sexualmente son:

- ▶ **Desconocidas:** personas con las que la mujer no tiene ningún vínculo o relación.
- ▶ **Conocidas:** personas del ámbito laboral, educativo, ocio, e incluso, **personas de tu entorno:** (familiares pareja sentimental, amigos/as etc.)

2.4

# ¿CÓMO ME PUEDO SENTIR ANTE LA VIOLENCIA SEXUAL?

## SÍNTOMAS A CORTO PLAZO

- Estado de SHOK
- Miedo
- Ansiedad
- Desorganización en el estilo de vida
- Confusión acerca de lo ocurrido
- Alteración del sueño
- Fatiga
- Estado de alerta
- Cambios de estados de ánimo
- Asco hacia el propio cuerpo

## SÍNTOMAS A MEDIO O LARGO PLAZO

- Conductas evitativas** (*no ir sola, no salir de noche, no expresar emociones, rehuir el contacto con desconocidos*)
- Pesadillas**
- Depresión**
- Sentimientos de humillación y culpabilidad**
- Deseos de venganza**
- Miedo a volver a ser una víctima**
- Disfunciones sexuales/alteración del deseo sexual**
- Disociación**



**IMPORTANTE:** *no todas las personas tienen por qué experimentar estos síntomas. No hay un manual de instrucciones de cómo te tienes que sentir.*



VIOLENCIA SEXUAL HACIA LAS MUJERES







*3<sup>A</sup> PARTE*

**ACTUAR**



CUANDO  
TRATARON  
DE CALLARME,,  
**GRITÉ**

*Teresa Wilms*

3.1

# ¿CÓMO ACTUAR ANTE UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA SEXUAL?

- >> Si te sientes intimidada hazle saber a esa persona que te está molestando **¡NO ES NO!**
- >> No hay una forma establecida de reaccionar ante una situación de violencia sexual. **LO IMPORTANTE ES SOBREVIVIR.**



LLAMA

112

016

722 515 148

## CLÉNTALO

Si ves o sufres violencia sexual, puedes contactar con los Servicios de Emergencias, permitiéndote:

- >> Recibir apoyo emocional y recomendaciones específicas ante la situación en la que te encuentres.
- >> Desplazamiento de los servicios de emergencia (*en el caso de ser necesario*).
- >> Obtener información de los recursos específicos de atención en materia de violencia sexual de la Región de Murcia (CAVAX).



**ACUDE A UN CENTRO HOSPITALARIO CON URGENCIAS GINECOLÓGICAS**



## **DENUNCIA**

- >> Puedes denunciar en Comisaría de Policía, Guardia Civil o Juzgado de Guardia.
- >> Es posible que no tomes la decisión de inmediato o no estés segura de poner la denuncia, SIEMPRE puedes pedir apoyo y asesoramiento profesional antes de ponerla.

Y ASÍ, PODRÁS RECIBIR UNA ATENCIÓN SANITARIA ESPECIALIZADA:

- >> No te cambies de ropa, te duches o enjuagues la boca.
- >> Si ya te has cambiado de ropa o incluso si la has lavado, informa de ello en el hospital o en la comisaría de policía.
- >> Las primeras horas después de sufrir violencia sexual son cruciales para proteger tu salud.
- >> Si eres extranjera y no tienes tarjeta sanitaria también serás atendida

- 1 Hosp. Rafael Méndez (Lorca)
- 2 Hosp. Virgen de la Arrixaca (Murcia)
- 3 Hosp. Reina Sofía (Murcia)
- 4 Hosp. Universitario Santa Lucía (Cartagena)
- 5 Hosp. Universitario los Arcos del Mar Menor (San Javier)
- 6 Hosp. Comarcal del Noroeste (Caravaca)
- 7 Hosp. Virgen del Castillo (Yecla)



**SI LA AGRESIÓN NO ES RECIENTE...**

- >> Si crees que necesitas ayuda por lo que te pasó, da igual cuando sucediera... **¡PIDE AYUDA!**
- >> Si en su momento no estabas preparada y ahora lo estás ¡¡cuéntalo!! Solicita una cita en **CAVAX.**



SI SOY UNA PERSONA CERCANA  
A LA MUJER O QUE PRESENCIA  
UNA AGRESIÓN

### ¿CÓMO PUEDO AYUDAR?

- >> Puedes ofrecerle ayuda, compañía, escucha o informarle dónde puede ir.
- >> Deja que se exprese libremente, **SI QUIERE.**
- >> Da igual lo que hiciera, donde estuviera, la ropa que llevaba... ¡No la juzgues!
- >> Recuerda que en una agresión sexual, la responsabilidad de lo sucedido es de la persona que agrede.
- >> Pregúntale qué quiere hacer y respeta su decisión: no muestres una actitud sobreprotectora que limite su capacidad de decisión.
- >> Contacta con los servicios de emergencia, 112, según la gravedad de lo sucedido, siempre respetando la voluntad de la mujer.



¿POR QUÉ NO DENUNCIASTE ANTES?

IBA PROVOCANDO

¿SOLA POR LA NOCHE?

¿POR QUÉ NO TE RESISTISTE?

YO LA VEO MUY BIEN

NO QUIERO DENUNCIAR

NO ME SIENTO SEGURA

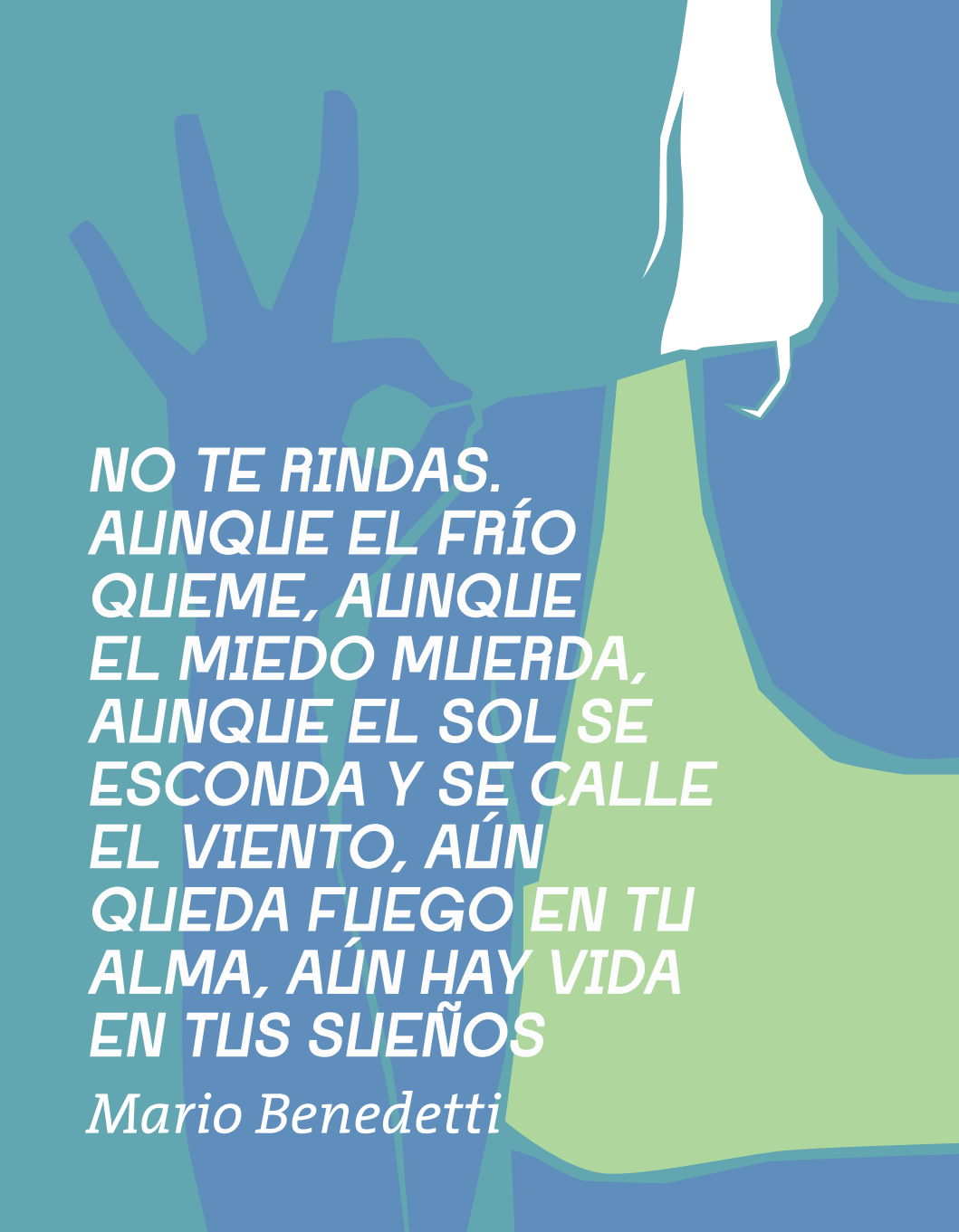
NADIE ME VA A CREER

ESTOY ROTA

ME VAN A JUZGAR

¡HAY SALIDA!



The background features a stylized illustration. On the left, a hand is shown in a dark blue silhouette, with fingers spread. On the right, a portion of a face is depicted in white, showing the nose and mouth. The background is composed of various shades of blue and green, creating a layered, abstract effect.

**NO TE RINDAS.  
AUNQUE EL FRÍO  
QUEME, AUNQUE  
EL MIEDO MUERDA,  
AUNQUE EL SOL SE  
ESCONDA Y SE CALLE  
EL VIENTO, AÚN  
QUEDA FUEGO EN TU  
ALMA, AÚN HAY VIDA  
EN TUS SUEÑOS**

*Mario Benedetti*

3.2

# NECESITO AYUDA... ¿DÓNDE ACUDIR?

**CAVAX**  
CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA  
VÍCTIMAS DE ABLISO Y/O AGRESIÓN  
SEXUAL DE LA REGIÓN DE MURCIA

**NECESARIA  
CITA PREVIA**

- >> Es un servicio **GRATUITO**.
- >> Mujeres **supervivientes de violencia sexual**.
- >> **NO** es necesario interponer **DENUNCIA** para acudir.
- >> Es un servicio de prevención y **ATENCIÓN INTEGRAL** a mujeres que sufren o han sufrido violencia sexual: acompañamiento social, psicológico y jurídico.
- >> Situaciones de violencia sexual **FUERA** de una relación **DE PAREJA**.
- >> Servicio de información y asesoramiento para toda persona o profesional que lo solicite.



### 3.3

# **CONTACTOS DE INTERÉS**

**EMERGENCIAS**

**Teléfono: 112**

**Teléfono de información,  
asesoramiento y apoyo para  
Víctimas de Abusos y/o  
Agresiones Sexuales**

**Teléfono: 722 515 148**

**Línea de información y atención  
24 horas / 7 días**

**Atención a todas las formas  
de violencia contra la mujer**

**Teléfono: 016**

**Dirección General de Mujer y  
Diversidad de Género de  
la Región de Murcia**

**Teléfono CITA PREVIA:  
900 710 061**

**CAVAX (Centro de Atención  
Integral a Víctimas de Abuso  
y/o Agresión Sexual de  
la Región de Murcia**

**cavax@cavis.es**

**POLICÍA NACIONAL**

**Teléfono: 091**

**GUARDIA CIVIL**

**Teléfono: 062**



**NO  
ESTÁS  
SOLA**













# GUÍA DE ACTUACIÓN VIOLENCIA SEXUAL HACIA LAS MUJERES



Financiado por la  
Unión Europea  
NextGenerationEU

