

# DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES:

**FUERZA, FRAUDE, coerción y  
violencia sexual (guía de trabajo)**



# **DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES:**

fuerza, fraude, coerción y violencia sexual (guía de trabajo)

## **INTRODUCCIÓN**

Hablar sobre el consentimiento puede ser algo complicado y confuso. Debido a que vivimos en una cultura que no valora el consentimiento, a menudo sucede que no aprendemos nada sobre:

- Los elementos del consentimiento y cómo se manifiesta en diferentes situaciones
- Cómo dar, pedir y quitar el consentimiento
- Cómo establecer y hablar de los límites
- Qué hacer cuando se vulnera nuestro consentimiento

Esto les dificulta a las personas, sobre todo a los jóvenes, poder identificar todos los actos y conductas que engloba el término "violencia sexual". En cambio, a veces las personas siguen la instrucción de los medios de comunicación en cuanto al consentimiento y la violencia sexual. Incluso si logran identificar que vivieron un incidente de violencia sexual, no saben a dónde acudir para buscar apoyo. Esto puede generar profundos sentimientos de culpa, ansiedad, frustración, sufrimiento y miedo.

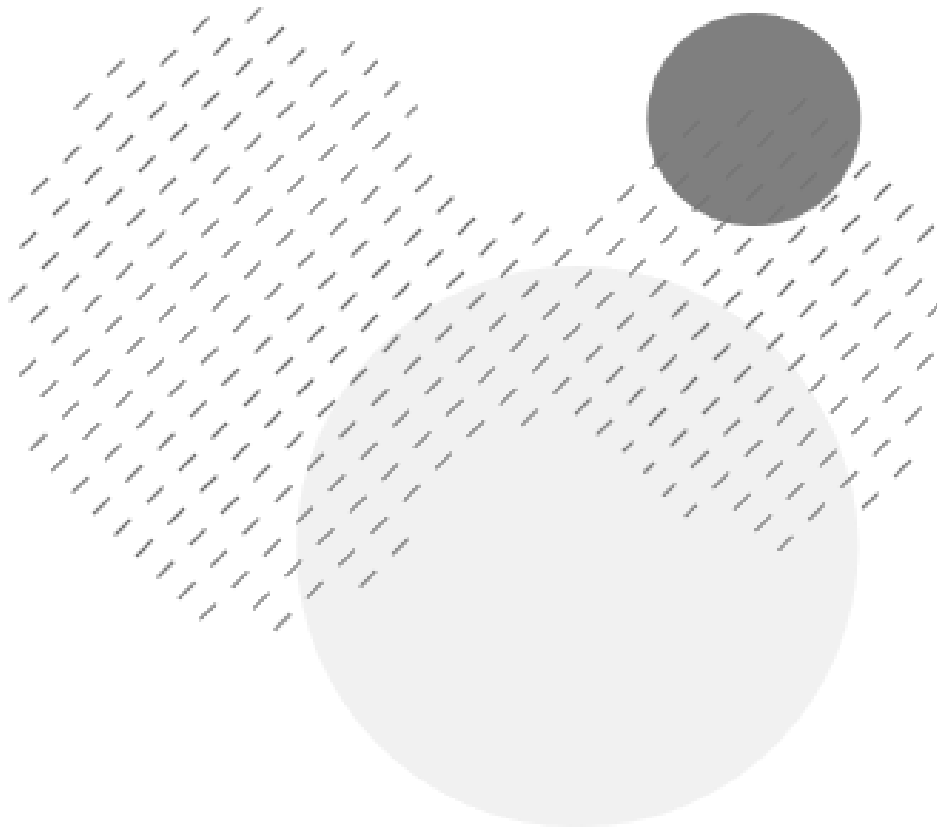
Al mismo tiempo, los intercesores (*advocates*) ante la violencia sexual a veces no llegan a conectar con las personas de manera que se refleje lo que vivieron. Esto incluye:

- La manera como los intercesores definen los actos con palabras como "agresión sexual", "violación" y "acoso sexual" pudiera no coincidir con lo que la persona vivió.
- La comprensión de los intercesores sobre lo que es la violencia sexual puede ser limitada. En particular, hay algunos intercesores a quienes les cuesta determinar cómo apoyar a los sobrevivientes que han pasado por distintos tipos de violencia sexual sin contacto físico.

**DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES: fuerza, fraude, coerción y violencia sexual (guía de trabajo) Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos), 2024.**

- Es posible que los intercesores no entiendan totalmente lo complejas que pueden ser las relaciones entre los seres humanos. A veces, a los intercesores se les dificulta entender las maneras complicadas en que los jóvenes y las personas LGBTQ+ se comunican, se relacionan entre sí y manejan las presiones sociales.
- Los ejemplos que usan los intercesores (en las capacitaciones y al hablar con los sobrevivientes) para demostrar cómo dar y retirar el consentimiento quizá no correspondan con situaciones de la vida real.

Cuando las personas no entienden qué es el consentimiento y la violencia sexual, continuarán causando, viviendo y sintiendo los efectos de la violencia sexual. Si los intercesores no logran conectar con los sobrevivientes de una manera deliberada que reconozca la violencia sexual en todas sus manifestaciones, los sobrevivientes seguirán sin conseguir apoyo.



## **ANÁLISIS DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN**

La televisión, las películas, la música y las redes sociales contribuyen al discurso de lo que se considera "normal" en cuanto al consentimiento, el sexo y la violencia. Si bien el propósito de muchos medios es entretener, las ideas que nos presentan influyen en cómo nos percibimos a nosotros mismos y a los demás y cómo interactuamos con el mundo a nuestro alrededor. De forma categórica, gran parte de los medios ilustran la violencia sexual como una experiencia de agresión física, cuando, en realidad, la violencia sexual incluye una amplia gama de actos y conductas. Los medios también subestiman la frecuencia del uso de tácticas de coerción sexual (insinuaciones sexuales particularmente insistentes, manipulación y engaño emocional y verbal, embriaguez<sup>1</sup>) en la comisión de actos de violencia sexual. Esto dificulta que los sobrevivientes puedan entender todas las lesiones sexuales que han vivido.

En nuestro papel como intercesores, es importante analizar los mensajes de fondo que contienen los medios de comunicación y considerar qué significan estos mensajes en el contexto de la intercesoría ante la agresión sexual. Aunque tenemos varias preguntas a continuación que nos ayudarán a explorar, te ofrecemos también este recurso: haz clic para encontrar un plan completo de estudios acerca de [Cómo descodificar los mensajes que dan los medios de comunicación sobre el consentimiento a través de videos sobre el consentimiento para aumentar la educación en el consumo de medios - por Planned Parenthood](#).<sup>2</sup> Puedes usar estas preguntas al hablar con los sobrevivientes o puedes analizar un elemento de los medios y dialogar sobre tus reflexiones junto con un grupo de empleados.

- Consentimiento<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Carr, J. L., & VanDeusen, K. M. (2004). Risk factors for male sexual aggression on college campuses. *Journal of Family Violence*, 19(5), 279–289. <https://doi.org/10.1023/B:JOFV.0000042078.55308.4d> and Struckman-Johnson, C., Struckman-Johnson, D., & Anderson, P.B. (2003). Tactics of sexual coercion: When men and women won't take no for an answer. *The Journal of Sex Research*, 40, 76 - 86.

<sup>2</sup> Estas preguntas se pueden incluir en un momento natural y adecuado mientras hablas con un sobreviviente. Los intercesores *jamás* deben hacer estas preguntas a modo de entrevista, porque así no se establece la confianza con el sobreviviente.

<sup>3</sup> Adaptado de *DECODING MEDIA MESSAGES ABOUT CONSENT Using Consent Videos to Increase Media Literacy* (Planned Parenthood, 2015).

- ¿Cuál fue el último programa de televisión, película, canción o publicación en redes sociales que hayas visto donde aparecía una situación sexual?
  - ¿Qué pasó? ¿Qué se describió?
  - ¿Crees que todos los involucrados deseaban que sucediera el acto sexual?
  - ¿Cómo puedes saberlo?
  - ¿Qué tan realista fue el ejemplo que viste?
  - ¿Qué señales se dieron de que había consentimiento (si es que las hubo)?
  
- Fuerza, fraude y coerción
  - ¿Qué cosas en el programa de televisión, película, canción o publicación en redes sociales te hicieron dudar de si hubo consentimiento o no?
  - ¿Qué señales dieron las personas involucradas de que estaban disfrutando lo que pasaba (si las dieron)?
  - ¿Qué señales dieron las personas de que entendían lo que estaba pasando (si las dieron)?
  - ¿Qué hizo uno de los personajes para tratar que la otra persona consintiera? ¿Hubo...
    - insinuaciones sexuales insistentes?
    - manipulación verbal?
    - uso de sustancias para convencer o lograr que la persona olvidara la situación?
    - amenazas de lesiones físicas?
  - ¿Cómo coincide lo que pasó con las ideas de "romance" y "coquetear"? ¿En qué difieren?
  - ¿Cómo coincide lo que ocurrió en el programa de televisión, película, canción o publicación en redes sociales con lo que considerarías "consentimiento"?
  -
  
- Límites
  - ¿Qué son los límites?
  - ¿Qué relación hay entre los límites y el consentimiento?
  - ¿Por qué es importante tener límites en general?
  - ¿Por qué es importante límites sexuales?
  - ¿Por qué es importante respetar el relato de violencia sexual de una persona?

- Los límites sexuales:
  - ¿Cómo suenan?
  - ¿Cómo se manifiestan?
  - ¿Cómo se sienten?
- ¿Qué cosas pudiera sentir una persona cuando se respetan sus límites sexuales?
- ¿Qué cosas pudiera sentir una persona cuando no se respetan sus límites sexuales?

Cuando pensamos de forma crítica en cómo los medios de comunicación afectan nuestra percepción del mundo, podemos ver cómo a nuestros actos, conductas y percepciones del consentimiento también los afecta la cultura en la que vivimos.

## **EL PAPEL DEL INTERCESOR CONTRA LA VIOLENCIA SEXUAL**

Al desempeñarnos como intercesores contra la violencia sexual, nuestro papel debería reflejar las necesidades de los sobrevivientes de violencia sexual que viven en nuestras comunidades. Siempre debemos encontrar maneras de:

- Ayudar a los sobrevivientes a acceder espacios de seguridad y sanación
- Ejemplificar y practicar habilidades que ayuden a los sobrevivientes a sentirse calmados, a regular sus emociones y a recobrar el control
- Conectar a los sobrevivientes con información y recursos
- Colaborar con socios en la comunidad a fin de mejorar las condiciones para los sobrevivientes

Al conectar los sobrevivientes con información y recursos, parte de nuestro rol es tener una comprensión sofisticada de qué es la violencia sexual y el consentimiento. Debemos ser capaces de:

- **Entender la gama de actos de violencia sexual.** Es necesario que comprendamos y reconozcamos la variedad completa de actos de violencia sexual, que incluye conductas con y sin contacto físico. Esto incluye el contacto sexual violento que ocurre dentro de los sistemas. Por ejemplo:
  - Manoseo excesivo y procedimientos innecesarios que viven las personas gestantes durante el trabajo de parto. Si quieres más información sobre este tema, lee el informe [Sexual Abuse to Maternal Mortality Pipeline report de Restore Forward](#).
  - Manoseo excesivo y acoso de personas transgénero a la hora de recibir tratamientos y exámenes médicos
  - Maltrato y negligencia en el aseo y baño de personas con discapacidades en centros de cuidado

Si quieres más información sobre cómo definir qué es la violencia sexual en los programas de intercesoría, consulta [It Matters! How Defining Sexual Violence Defines Advocacy Programs \(¡Es importante! Cómo el definir la violencia sexual define a los programas de intercesoría\)](#) del National Sexual Violence Resource Center y el [Resource Sharing Project](#).

**DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES: fuerza, fraude, coerción y violencia sexual (guía de trabajo) Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos), 2024.**

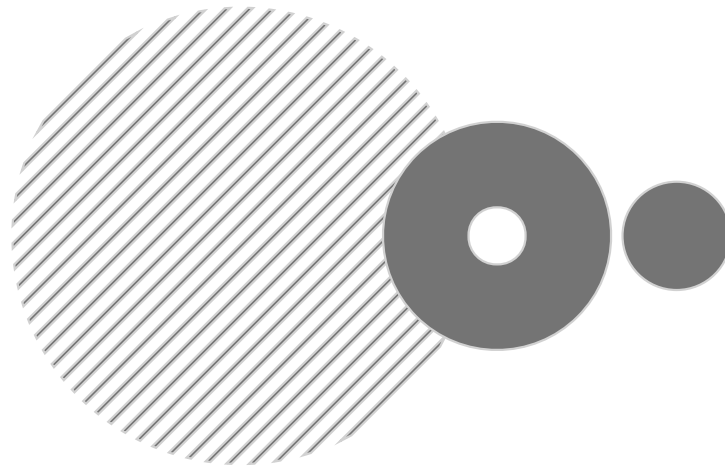
- **Entender qué es la violencia sexual sin contacto físico y reconocerla en sus diferentes manifestaciones.** La violencia sexual sin contacto físico a veces se percibe como menos grave que la violencia con contacto físico, pero esto no es cierto. La violencia sexual sin contacto físico incluye conductas como piropos vulgares y exhibición de los genitales. También comprende el abuso de tecnologías en redes sociales a través de actos como la amenaza y distribución de imágenes e información (por ejemplo: *doxxing* o doxéo y pornovenganza). Además, en los casos de [abuso con imágenes](#), la violencia sexual sin contacto físico puede incluir a uno o varios agresores y las imágenes se pueden compartir continuamente en Internet, lo que puede hacer que los sobrevivientes se sientan más aislados. Es necesario que los intercesores entiendan y reconozcan los efectos de la violencia sexual sin contacto físico (especialmente el abuso con imágenes). De igual forma, es necesario que los intercesores se sientan más cómodos con la tecnología y las redes sociales y sepan cómo ayudar a los sobrevivientes a proteger su seguridad y privacidad en Internet. Para más información, definiciones y recursos en torno a la violencia con imágenes, consulta [Digital Violence Terms \(Términos sobre violencia digital\) del Fondo de Población de las Naciones Unidas](#).
- **Hablar de cómo la violencia sexual afecta a personas, familias y comunidades.** Incluso si no la hemos vivido directamente, la violencia sexual nos afecta a todos. Los intercesores deben comprender cómo la violencia sexual afecta a los grupos de personas y cómo asuntos como el abuso sexual en la infancia, el incesto y la captación de menores (*grooming*) puede afectar su comprensión del consentimiento.
- **Hablar de cómo esto afecta a las instituciones y leyes.** No todo lo que se encuentra dentro de la gama de actos de violencia sexual está contemplado en las leyes de todos los lugares. Además, la tecnología frecuentemente avanza más rápido que las políticas públicas y se deben establecer reglas para regular su uso. Es necesario que los intercesores entiendan las leyes en torno a la violencia sexual y cómo dichas leyes afectan la capacidad de los sobrevivientes para buscar apoyo en el sistema legal penal.
- **Conocer las palabras que usan distintos grupos para describir los actos sexuales y la violencia sexual.** Los idiomas están en constante cambio y evolución y esto puede dificultar la definición de



qué es "violencia sexual", "consentimiento" y otros conceptos relacionados. Es necesario que los intercesores cierren la brecha entre las definiciones formales en torno a la violencia sexual y el lenguaje que se usa a diario. Esto incluye jerga coloquial que utilizan los jóvenes y las personas LGBTQ+, así como términos específicos de tus propias culturas. Para lograr esto, los intercesores deben investigar estos términos y sostener diálogos auténticos y mutuos con los integrantes de la comunidad para ampliar su comprensión.

- **Brindar ejemplos reales y concretos al hablar del consentimiento y los límites.** Los actos sexuales a menudo pasan muy rápido y tal vez no involucren ninguna comunicación verbal. Es clave que los intercesores consideren ofrecer ejemplos de consentimiento sexual que sean fluidos, inclusivos y que incorporen una renovación expresa del consentimiento. Estos ejemplos deben abarcar múltiples aspectos, incluyendo:
  - Comprensión del sobreviviente sobre sus propios intereses, deseos y necesidades en torno al sexo.
  - Conversaciones sobre los límites y la comunicación con sus parejas sexuales (y con todos los demás que formen parte de su vida).
  - Debe haber un respeto claro de los límites establecidos y tiempo para hablar de cualquier acto sexual nuevo.
  - Comunicación frecuente antes, durante y después del acto sexual.
  - Reconocimiento y pausas cuando haya cambios en el lenguaje corporal, incluidos el contacto visual, tono de voz, expresiones faciales, ritmo y respiración.

Esta comprensión debe tener en cuenta los aspectos culturales de nuestras comunidades y evolucionar con los cambios sociales, la tecnología y las redes sociales.



## **HABILIDADES DE INTERCESORÍA**

Es importante destacar que muchas personas no utilizarán palabras como "violencia sexual", "agresión" ni "acoso" al describir lo que les pasó. En cambio, quizá identifiquen su experiencia en términos menos concretos, sin saber qué nombre darle al incidente, pero con la conciencia de que se sintieron inseguros, incómodos y que fue algo desagradable. Por esta razón, es esencial que los intercesores ante la agresión sexual sean capaces de brindar apoyo emocional. Los sobrevivientes pudieran decir frases como:

- "Siguió besándome pese a que le dije que estaba cansada y que quería dormir".
- "No sabía que estaba grabando. ¡Qué vergüenza! Qué estúpido fui".
- "No me violó de verdad porque no me quitó la ropa".
- "No sabía bien qué estaba pasando, pero sé que me sentí rara y ansiosa después".

Aunque las capacidades de identificar puntos de decisión y usar técnicas para centrarse (*grounding*) son clave para brindar apoyo emocional, nos enfocaremos en las destrezas de escuchar con atención y empatía, planificar la seguridad y fijar límites en el momento de hablar del consentimiento y la violencia sexual con los sobrevivientes. Haz clic aquí para consultar recursos sobre [puntos de decisión](#) y [cómo centrarse \(\*grounding\*\)](#) elaborados por el Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos).

1. **Escuchar con atención y empatía.** Es importante que los intercesores puedan escuchar lo que describe un sobreviviente y sean capaces de ofrecer apoyo emocional. Incluso si no podemos brindarle ningún otro recurso al sobreviviente y no menciona términos exactos como "violencia sexual", escuchar a esa persona con atención sigue siendo algo valioso y sanador. Los intercesores deben ser capaces de:
  - Dar validez a los sentimientos y experiencias de un sobreviviente.
    - "Escuché que dijiste que te sentías (repite la emoción que dijo)".

- "Está bien que te sientas (repite la emoción que dijo) porque lo que estás enfrentando es difícil".
- "Parece que hiciste lo necesario para que tú y tu hermano permanecieran a salvo".
- "Está bien que sientas confusión acerca de lo que pasó; estoy aquí si quieres que lo procesemos juntos".
- Dar contexto a sus experiencias.
  - "Parece que querías (acto o conducta) pero no (acto o conducta). ¿Entendí bien?"
  - "Muchas personas se paralizan cuando han pasado por situaciones parecidas. Así es como reacciona nuestro cerebro; es algo involuntario".
  - "La excitación es la respuesta natural del cuerpo ante un estímulo. El simple hecho de que tu cuerpo estuviera excitado no significa que hayas dado tu consentimiento".
  - "Tú eres la única persona que puede definir lo que te pasó. Puedo brindarte apoyo si lo necesitas, cuando lo necesites".
- Reorientar con gentileza la culpabilización de la víctima. A veces, es posible que otras personas culpen a los sobrevivientes o los sobrevivientes se culpen a sí mismos por el incidente de violencia sexual o por cómo reaccionaron ante lo que pasó. Soltar la culpa es un proceso lento y los intercesores pueden apoyar con mensajes amables y constantes, como, por ejemplo:
  - "El consentimiento es más que simplemente decir 'no'".
  - "Hay otras personas que se emborrachan y se van del bar con sus amigos. Eso no es una invitación a que te agredan sexualmente".
  - "Cuando esa persona publicó tu foto sin tu consentimiento, hizo algo malo".
  - "Pareciera que esa persona no respetó el límite que fijaste. ¿Qué piensas?"

**2. Planificación de la seguridad.** La planificación de la seguridad en general y ante detonantes puede ser una ayuda holística para los sobrevivientes. Tener una breve lista de verificación a la hora de enfrentar situaciones sexuales y pensar detenidamente en sus propios límites y deseos sexuales puede ser muy valioso para los

**DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES: fuerza, fraude, coerción y violencia sexual (guía de trabajo) Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos), 2024.**

sobrevivientes. Aquí sugerimos algunas preguntas que los intercesores pueden compartir con los sobrevivientes para ayudarlos a pensar en la planificación de la seguridad sexual.

- ¿Cuáles son mis detonantes? ¿Qué cosas acerca del sexo me hacen sentir inseguridad o incomodidad? ¿Cómo quiero comunicarle esto a mi pareja?
- ¿Qué actos sexuales me gustan o me parecen excitantes? ¿Qué me genera curiosidad? ¿Cómo quiero comunicarle esto a mi pareja?
- ¿Cuáles son mis límites? ¿Cuáles son los de mi pareja?
- Si sucumbo ante un detonante ¿qué necesito para calmarme? ¿Qué necesito para sentirme centrado(a)?
- Si sucumbo ante un detonante ¿qué debería saber mi pareja? ¿Qué quiero que haga en ese momento? ¿Cómo pudiera ayudarme mi pareja?
- Si sucumbo ante un detonante ¿qué **no** debería hacer mi pareja? ¿Cuáles son algunas cosas que pudieran volver a ser un detonante?

Para más información acerca de la planificación de la seguridad, consulta "[Apoyo para sobrevivientes: como procesar los detonantes](#)", por el Proyecto de Recursos Compartidos.

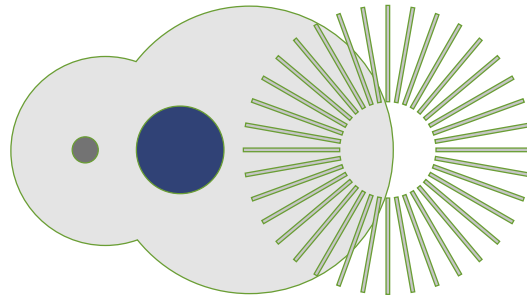
3. **Límites.** Para los sobrevivientes, identificar, fijar y mantener límites puede ser algo complejo, pero esto es un elemento clave del consentimiento. Parte del trauma en torno a la violencia sexual es tratar de restablecer esos límites y determinar qué hacer cuando se han quebrantado. Cuando ayudamos a los sobrevivientes con el tema de los límites, pudiera ser útil recordarles lo siguiente:

- Los límites ayudan a mantener la seguridad de todos y a fijar expectativas claras sobre los actos y conductas aceptables.
  - "Pudiera sentirse extraño volver a fijar un límite respecto a si vas a volver ver a tu primo(a) o no. Quizá notes que, mientras más lo hagas, más fácil se te hará fijar límites".
  - "Todos tenemos derecho a fijar nuestros límites y exigir que se respeten, incluyéndote a ti".
  - "¿Qué significaría para ti poder fijar este límite?"

- Conocer y expresar nuestros límites ayuda a los demás a entender lo que necesitamos y queremos, además de establecer el consentimiento con mayor claridad.
  - "Saber lo que te gusta y no te gusta hacer puede ayudar a prevenir la confusión y los malentendidos con otras personas".
  - "¿Cuál es tu límite respecto a la exclusividad (monogamia) al estar teniendo relaciones con alguien? ¿De qué manera quieres hablar sobre este tema con tu pareja actual?"
- La violencia sexual es la transgresión de un límite, no la fijación de este.
  - "Lo que esa persona hizo estuvo mal".
  - "Pareciera que esa persona abusó de tu confianza; esa persona debería sentir culpa por lo que pasó, no tú".
- Planificar cómo responder cuando alguien quebranta sus límites puede ayudar a los sobrevivientes a impedir la retraumatización y el daño.
  - "¿Qué límites quieres fijar la próxima vez que tus amigos(as) te inviten a salir a tomar? ¿Qué quieres hacer si te siguen insistiendo en salir?"
  - "Si bien no puedes hacer que alguien respete tus límites, puedes decidir cómo interactuar con esa persona después".
- El papel del intercesor también es apoyar a los sobrevivientes respecto a los límites que hayan fijado.
  - "Creo que tomaste la decisión más conveniente para ti y te apoyo en eso".
  - "En vez de enfocarnos en la decisión correcta o incorrecta, qué te parece mejor plantearte: ¿me siento bien con esta decisión?"

Quando nos comprometemos a comunicarnos de manera abierta y realista sobre el consentimiento, damos un paso más hacia la eliminación de la violencia sexual. Los intercesores deben apoyar a los sobrevivientes en la diversa gama de experiencias sexuales y brindarles recursos, además de apoyarlos con compasión y empatía. Al entender cómo sucede y cómo se manifiesta, y al usar ejemplos pertinentes a diversas culturas para abordar

e identificar los actos, tenemos el poder y la capacidad de cambiar la narrativa en torno al consentimiento y la violencia sexual.



"DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES: fuerza, fraude, coerción y violencia sexual (guía de trabajo)"

Junio de 2024

LaShae Lopez es la autora de esta publicación, con aportes del Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos), Iowa Coalition Against Sexual Assault (Coalición contra la agresión sexual en Iowa).

© Resource Sharing Project, 2024. Todos los derechos reservados.

El contenido de esta publicación se puede reproducir con el siguiente reconocimiento: Este material fue reproducido, con autorización, a partir de la publicación del Proyecto de Recursos Compartidos [Resource Sharing Project] "DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES: fuerza, fraude, coerción y violencia sexual (guía de trabajo)". Este informe se encuentra disponible en [www.resourcesharingproject.org](http://www.resourcesharingproject.org).

*Este proyecto fue financiado por la subvención No. 2020-TA-AX-K030 , otorgada por la Oficina sobre la violencia contra la mujer del Departamento de Justicia de los EE.UU. Las opiniones, hallazgos, conclusiones y recomendaciones expresadas en este programa pertenecen al autor y no necesariamente reflejan los puntos de vista del Departamento de Justicia ni la Oficina sobre la violencia contra las mujeres.*



**DESCODIFIQUEMOS LAS ZONAS GRISES: fuerza, fraude, coerción y violencia sexual (guía de trabajo) Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos), 2024.**