Spanish

### Primer paso: hablar del consentimiento con otros adultos

# Pongámonos de acuerdo sobre el consentimiento


## Hay apoyo disponible

Hablar sobre el consentimiento, o incluso leer esta guía, puede ser un factor detonante para algunas personas.

### Servicios de orientación psicológica y apoyo

**1800RESPECT (1800 737 732)**[1800respect.org.au](https://www.1800respect.org.au/)

**Directorio Australiano de Servicios de Apoyo para Víctimas de Agresiones Sexuales**[nasasv.org.au](https://www.nasasv.org.au/)

**MensLine (1300 78 99 78)**[mensline.org.au](https://www.mensline.org.au/)

**13YARN – 13 92 76**[13yarn.org.au](https://www.13yarn.org.au/)

**Lifeline (13 11 14)**[lifeline.org.au](http://lifeline.org.au/)

**Si se encuentra en peligro inmediato, llame al 000**

### Cómo responder a alguien que revela sus experiencias de violencia o agresión sexual

Una reacción compasiva ante una revelación de violencia sexual ayuda a que los supervivientes se sientan escuchados y es un factor crucial para que tomen la decisión de pedir más ayuda.

Lo más importante que puede hacer es:

* escuchar con atención, sin interrumpir ni juzgar
* demostrar que cree lo que le están contando
* hacer saber a la otra persona que cuenta con su apoyo

El momento en el que se produzca la revelación determinará cuál será la mejor manera de responder. Si la persona corre riesgo de sufrir más violencia o agresiones, es posible que necesite protección inmediata,

También hay varios servicios de apoyo a nivel nacional, estatal y territorial.



## ¿Qué es el consentimiento sexual?

El consentimiento sexual es un acuerdo libre, voluntario e informado entre personas para participar en un acto sexual. El acuerdo solo existe cuando las personas sienten que desean participar en dicho acto sexual de manera recíproca y genuina y se aseguran de forma activa de que su pareja también lo desea.

Esto significa que solo hay consentimiento para una actividad sexual si todas las personas implicadas:

* se ponen de acuerdo para participar
* realmente desean participar y no se sienten obligadas a ello
* comprueban y se aseguran de que todas desean participar
* demuestran o dicen de forma clara y abierta que quieren participar.

El consentimiento sexual se refiere a actividades sexuales, por ejemplo:

* coito
* tocar a alguien de forma sexual
* compartir imágenes sexuales
* actividades sexuales por internet y sexteo.

El consentimiento sexual no es:

* un problema que haya que resolver
* una transacción o contrato, es decir, un mero intercambio en el que alguien «otorga» o «recibe» consentimiento.

Comprender y comunicar el consentimiento forma parte de un conjunto de habilidades que se pueden aprender para mantener unas relaciones sexuales seguras y saludables. Para que la actividad sexual esté libre de violencia, presión o control, debe haber consentimiento.

### ¿Por qué es importante el consentimiento?

El consentimiento es esencial para que el encuentro sea seguro y saludable. Genera respeto, comunicación y confianza, lo que permite a las partes expresar libremente sus deseos y sus límites. Asimismo, crea unas conexiones más fuertes entre ellas.



## ¿Por qué debe importarnos el consentimiento sexual?

Según estudios recientes, los jóvenes opinan que los adultos que los rodean deberían hablarles sobre el consentimiento sexual.



Hablar sobre el consentimiento no tiene por qué hacerse solo cuando hay algún problema.

Llegar al consentimiento, denegarlo o comunicarlo son habilidades que todos pueden aprender. Estas conversaciones pasan a ser una parte importante del desarrollo de cada joven.

### ¿Cómo concebimos el consentimiento?

Las personas tienen diferentes puntos de vista sobre el consentimiento. Cómo es, qué implica y si es fácil o difícil hablar sobre él.

Un estudio sobre las actitudes de los jóvenes con edades comprendidas entre los 16 y los 24 años puso de manifiesto que un 33 % coinciden en que «las acusaciones de agresión sexual con frecuencia son un modo de vengarse de los hombres». Esto sugiere que los jóvenes pueden tener dificultades para reconocer el consentimiento y la violencia sexual.[[1]](#footnote-1)

Sin embargo, facilitar información positiva a los jóvenes puede ayudarlos a que desarrollen relaciones mutuamente respetuosas y a prevenir el daño. Pero antes de hablar a los jóvenes, debemos centrarnos en hablar entre adultos.



### ¿Por qué debemos hablar primero con otros adultos?

Antes de hablar con los jóvenes, debemos ponernos de acuerdo sobre el consentimiento para transmitirles un mensaje unánime.

A menudo, entre los adultos, no se habla del consentimiento sexual, y ello causa incomodidad y hace que se esquive el tema.

La mejor manera de evitar que esto suceda es informarse con los recursos disponibles en [consent.gov.au](https://www.consent.gov.au/) y entablar conversaciones con otros adultos. Es posible que sus opiniones personales sobre el consentimiento no coincidan, pero no pasa nada.

A través del diálogo puede surgir un entendimiento compartido.

## Cinco cosas que debe recordar sobre el consentimiento

Hay cinco ideas principales que ayudan a definir el consentimiento sexual:

### 1. El consentimiento es libre y voluntario

El consentimiento siempre es una elección libre. No hay consentimiento si alguna de las personas implicadas:

* sufre violencia
* se ve obligada o presionada a hacer algo
* se siente intimidada o amenazada
* se siente humillada
* es despojada de algo
* está siendo espiada o rastreada
* está siendo controlada.

El consentimiento conlleva condiciones. Debe otorgarse libre y genuinamente y sin vacilaciones.



### 2. Claro e informado

Todas las personas implicadas se sienten realmente seguras o entusiastas y saben a lo que están accediendo. Hay consentimiento cuando todas las partes:

* quieren participar en la actividad sexual
* entienden en qué consiste esa actividad sexual.

Consentir a una actividad sexual, como besarse o tocarse, no significa consentir a otras actividades sexuales. Todas las personas implicadas deben también consentir al modo en que se realizará la actividad, incluido el uso de preservativos y anticonceptivos.

### 3. Activo y comunicado

El consentimiento es cuestión de comunicación. Las personas implicadas deben decir o hacer algo de forma activa para comprobar si la otra parte desea participar en cierta actividad sexual.

Se puede comunicar el consentimiento de las formas siguientes:

* de forma verbal, por ejemplo, preguntando: «¿Te puedo abrazar?», «¿Quieres probar…?», «¿Esto te gusta?»
* demostrándolo sin palabras, por ejemplo, con un lenguaje corporal que refleje entusiasmo, mediante una participación activa, acercándose más a la otra persona
* por escrito, por ejemplo, durante la actividad sexual por internet.

Se debe comprobar si la otra persona quiere participar en una actividad sexual. Si la otra persona no dice «no», no quiere decir que consiente: debe comunicar que da su consentimiento. Si hay señales de duda o incertidumbre, como quedarse paralizado, quiere decir que la persona no consiente. Para comprobar si la otra persona quiere realizar la actividad sexual, se puede preguntar, por ejemplo:

«¿Quieres que vayamos más despacio?»

«¿Quieres que hagamos una pausa?»

«¿Quieres que paremos?»

«¿Quieres que vaya por un poco de agua?»

La excitación física tampoco significa que haya consentimiento. No hay diferentes niveles o grados de consentimiento. O hay consentimiento, o no lo hay.

### 4. Continuado y mutuo

El consentimiento es un proceso continuo y compartido. Es responsabilidad de todas las personas implicadas asegurarse de que hay consentimiento en todo momento. No se comunica solo una vez antes de iniciar la actividad sexual, y cualquiera puede retirar su consentimiento en cualquier momento durante la actividad sexual.

Si una persona consiente, pero otra no, entonces no hay consentimiento. Todas las personas implicadas deben querer participar en la actividad sexual.



### 5. Capaz y competente

Todas las personas implicadas en una actividad sexual deben ser capaces de dar su consentimiento o de comunicar que no consienten. Una persona **no puede dar su consentimiento** en los siguientes casos:

* si es menor de la edad de consentimiento (16 o 17 años, dependiendo de qué lugar de Australia se trate), salvo en el caso de relaciones sexuales consentidas entre jóvenes que se encuentran próximos en edad
* si está borracha, drogada o muy afectada por las drogas o el alcohol
* si está inconsciente, es decir, no está despierta y alerta.

Se debe decir o hacer algo de forma activa para comprobar si la otra persona es capaz de participar en cierta actividad sexual y quiere hacerlo.

Visite [consent.gov.au](https://www.consent.gov.au/) para obtener más información.

## Cómo abordar la conversación con otras personas

Los siguientes temas le pueden ayudar a iniciar la conversación con otros adultos.



### Temas de conversación sobre la parentalidad

* ¿Cómo hablas con tus hijos sobre temas incómodos?
* ¿Qué consideras apropiado para determinadas edades y por qué?
* ¿Cómo podemos enseñar a nuestros hijos a actuar ante el rechazo o la retirada del consentimiento?

### Temas de conversación sobre las relaciones

* ¿Por qué es importante el consentimiento para una actividad sexual segura y unas relaciones saludables?
* ¿Es más importante pedir el consentimiento sexual en una relación nueva que en una relación comprometida y de larga duración?
* ¿Hay que estar en una relación con alguien para que sea necesario el consentimiento?

### Maneras de iniciar la conversación sobre el consentimiento

* ¿Cómo comunicas el consentimiento? y ¿hay situaciones en las que el consentimiento esté implícito?
* ¿Tu forma de abordar el consentimiento se ve afectada por tu cultura o tus creencias religiosas?
* ¿Hablar de consentimiento hace que las relaciones sean incómodas? En caso afirmativo, ¿cómo podemos superarlo?

## Preguntas frecuentes sobre el consentimiento

### ¿Es necesario dar el consentimiento para fotos o videos?

Siempre se debe pedir consentimiento antes de compartir una imagen o video de otra persona.

El consentimiento para tomar o usar una imagen digital de otra persona se puede pedir preguntando:

«¿Puedo tomarte una foto/video?»

«¿Puedo compartir este video/foto de ti con [insertar nombre/chat de grupo]?»

«¿Puedo publicar este video/foto de ti en mi [insertar plataforma de redes sociales]?»

Nunca está bien compartir contenido privado, sexual, vergonzoso o inapropiado de alguien con otras personas sin consentimiento. Crear dicho contenido no otorga automáticamente permiso para compartirlo.

Presionar a que otros compartan contenido íntimo no es aceptable, y recibirlo no implica una necesidad de reciprocidad. Si no está seguro o no se siente cómodo compartiendo, haga una pausa, reflexione y pida consejo.

Para acceder a más recursos para padres y madres sobre el consentimiento para tomar o usar imágenes, visite [eSafety](https://www.esafety.gov.au/parents).

### ¿Hay situaciones en las que es aceptable dispensar atenciones no deseadas?

Las atenciones físicas no deseadas nunca están bien, sea cual sea la situación. Todas las personas merecen sentirse seguras y cómodas, y nadie debe dar nunca por sentado el consentimiento

### ¿Pedir el consentimiento arruina el momento?

En absoluto. El consentimiento no tiene por qué ser demasiado formal o incómodo. Puede ser tan sencillo como preguntar: «¿Qué te gusta?”, o «¿Quieres que sigamos?»

Lo que «arruinará el momento» es seguir adelante sin estar seguro de si la otra persona está realmente cómoda y dispuesta.



### ¿Cómo retirar el consentimiento si uno no se siente cómodo?

Se puede cambiar de opinión en cualquier momento de una interacción sexual, y todos deben parar. Todas las personas tienen derecho a decidir lo que ocurre con su propio cuerpo.

Algunos ejemplos verbales pueden ser:

«He cambiado de opinión»

«No me siento cómodo/a»

«No quiero seguir haciendo esto»

Las expresiones indirectas también pueden indicar que el consentimiento ha sido retirado. Por ejemplo:

«Estoy cansado/a»

«No estoy seguro/a de esto»

«Ya no estoy seguro/a de tener ganas»

No a todas las personas les resulta fácil comunicar sus límites de forma verbal. La comunicación no verbal es tan válida como las palabras. Algunas señales no verbales a tener en cuenta son:

* Dejar de participar activamente
* Quedarse quieto o callado
* Evitar el contacto visual o apartar la mirada
* Distanciarse físicamente
* Mostrar señales de tensión o incomodidad.

Una comunicación clara y abierta es fundamental. Todas las personas tienen derecho a establecer límites que les hagan sentirse seguras y respetadas.

### ¿Está bien hacer un cumplido a alguien por su aspecto?

Hay una diferencia entre hacer un cumplido a alguien y el acoso no deseado, sexualmente motivado o sexualmente agresivo. Si a todas las personas implicadas les apetece, y esto queda claro a través de su lenguaje corporal o verbal, entonces está bien. Pero si no se está seguro, es el momento de preguntar.

### ¿Es más importante pedir el consentimiento sexual en una relación nueva que en una relación de larga duración?

Pedir el consentimiento es fundamental en cualquier tipo de relación o en cualquier actividad sexual fuera de una relación.

## Pasos siguientes

El consentimiento no se puede postergar, porque la comprensión del consentimiento por parte de toda una generación depende de que aprendamos, comprendamos y hablemos de él hoy mismo.

### Consulte los recursos y herramientas adicionales para avanzar en la conversación:

[Sitio web sobre el consentimiento](https://www.consent.gov.au/)

[Guía para mantener conversaciones con los jóvenes. Incluye preguntas frecuentes sobre el consentimiento](https://www.consent.gov.au/conversation-guides)

[Temas de conversación para romper el hielo](https://www.consent.gov.au/)

[Kit de consentimiento: descargas y herramientas para usar en casa y en su comunidad](https://www.consent.gov.au/translated-resources)

[The Line: para obtener más información sobre el consentimiento](https://www.theline.org.au/)

1. Encuesta nacional sobre las actitudes de la comunidad hacia la violencia contra las mujeres 2017 y 2021 [↑](#footnote-ref-1)