

Violencia sexual y consumo de sustancias en jóvenes



Violencia sexual y consumo de sustancias en jóvenes



Autoría:

Emilia Fernández Ruiz
Ana Magán Ortega

Coordinan:

L. María Capellán
Leticia Cardenal
Virginia Romero
María Sánchez
Lola Ramírez

Edita:**CEAPA**

Puerta del Sol, 4 - 6º A
28013 MADRID

Segunda edición:

Diciembre de 2022

Maquetación:

IO Sistemas de Comunicación

Imprime:

IO Sistemas de Comunicación

Enrique Granados, 24
28523 MADRID

JUNTA DIRECTIVA DE CEAPA:

L. María Capellán Romero, Leticia Cardenal Salazar, Virginia Romero Pinto, María Sánchez Martín, Belén Navarro Montalbán, Miguel Ángel Sanz Gómez, Gema Valdés Barbao, Cristina Conti Oliver, Grimanesa González Rodríguez, José Manuel Torre Calderón, M^a Teresa Macías Joaquín, Sonia González del Río, Daniel Butti Julià, Luis María Perdigüero González, José Antonio Álvarez Caride, Ángela Sesto Yagüe, Juan Manuel Casares Rey, Francisco Cantero Dengra, Noelia Echarri Arana, Javier López Hernández y Rubén Pacheco Díaz.

Índice

1. Presentación	5
2. ¿Por qué es necesaria una perspectiva feminista para la prevención de conductas de riesgo?	8
3. Consumo de sustancias en jóvenes	13
4. Drogas y género	19
4.1. Datos sobre el consumo de sustancias en jóvenes	19
4.2. Estereotipos de género y consumo	22
4.3. ¿Qué hacer ante la sospecha o evidencia de consumo de drogas?	24
5. Violencia sexual	27
5.1. Violencia sexual en los espacios de ocio	32
5.2. Ciberviolencia sexual	40
5.3. Violencia sexual en la pareja	46
6. Obstáculos para la prevención de la violencia sexual	49
6.1. La cultura de la violación	49
6.2. El modelo de masculinidad hegemónica	55
6.3. Socialización romántica	61
6.4. Estereotipos de género y relaciones sexuales	65

7. ¿Cómo abordar comportamientos de riesgo de manera temprana?	68
7.1. Educación emocional	68
7.2. Educación sexual	70
7.2.1. Contrarrestemos los discursos de la pornografía	73
7.2.2. Trabajemos desde la pedagogía del placer	74
7.2.3. Trabajemos el consentimiento	76
7.3. Construyamos nuevas identidades de género	78
7.3.1. Otros modelos de masculinidad son posibles	83
7.3.2. Empoderamiento feminista	86
8. Herramientas para trabajar la prevención	91
8.1. Alfabetización audiovisual	91
8.2. Escuelas de familias	92
Bibliografía	95

1. Presentación

Numerosas investigaciones realizadas para conocer el origen de los episodios de violencia de género atribuyen un papel destacado al consumo de sustancias por parte de los agresores.

La juventud asocia frecuentemente violencia contra las mujeres y consumo de alcohol y drogas. Según el barómetro del Centro Reina Sofía¹, el 40,4% de los chicos y el 39,1% de las chicas están de acuerdo con que estas sustancias influyen sobre la violencia de género.

De hecho, los principales peligros y miedos asociados al consumo de drogas, no tienen tanto que ver con los efectos de las sustancias, sino con derivas asociadas con los contextos de fiesta o dinámicas en las que las sustancias están presentes. Para los chicos, el principal peligro es verse inmersos en peleas, robos, etc., mientras que para las chicas el principal peligro –y miedo– es el sexual, expresamente la violación o cualquier tipo de abuso o agresión (Rodríguez et al., 2019).

Los mecanismos de influencia del alcohol sobre la violencia se relacionan con sus efectos farmacológicos, que actúan:

- Reduciendo la capacidad de autocontrol.
- Desinhibiendo los mecanismos que inhiben las conductas violentas.

¹ Barómetro Juventud y Género 2017. Percepciones sobre la violencia de género. Centro Reina Sofía sobre adolescencia y juventud.

- Disminuyendo la capacidad de juicio y la percepción del riesgo asociado a ciertas conductas violentas.

Sin embargo, la raíz profunda de la violencia que sufren las mujeres en contextos de uso/abuso/dependencia de sustancias (principalmente sexual y en el contexto de pareja) no es el consumo, sino la desigualdad estructural que existe entre hombres y mujeres (Redondo, 2019).

La violencia que sufren las mujeres no es una forma más de violencia, es un fenómeno complejo. Tiene unas características específicas, en su origen, mecanismos y consecuencias, que es necesario tener en cuenta.

Esta guía pretende abordar las causas estructurales de las violencias sexuales más frecuentemente asociadas a las mujeres jóvenes: la que ocurre en los espacios de ocio, la de pareja y la ciberviolencia.

Para ello se enumeran algunos de los estereotipos de género asociados al consumo de sustancias y a la sexualidad y los mitos sobre la violación y el amor romántico, con el objetivo de desmontarlos.

Algunas premisas de las que parte, para abordar la prevención de la violencia de género en jóvenes son:

- La base de la lucha contra la violencia de género es el fomento de la igualdad, el trabajo coeducativo es elemental en casa y en los centros de enseñanza.

- Es necesario seguir fomentando estrategias de autoprotección destinadas a las chicas, pero es necesario implicar a los chicos.
- Debemos poner el foco en la responsabilidad comunitaria. Lo personal sigue siendo político y la violencia sexual es un problema de salud pública.

2. ¿Por qué es necesaria una perspectiva feminista para la prevención de conductas de riesgo?

Vivimos en una sociedad patriarcal que ha impuesto el binarismo de género como primer criterio de clasificación de los seres humanos. Esto significa que las personas somos clasificadas cuando nacemos en dos sexos: hombre o mujer. A partir de esta clasificación se construyen dos identidades de género: masculina y femenina.

En todas las sociedades y en todas las épocas, el patriarcado establece como primer eje de discriminación el sexo.

El **sexo** es el conjunto de características biológicas a partir de las cuales se establece que los seres humanos son hombres o son mujeres en base a diferentes rasgos biológicos: la carga cromosómica, las funciones reproductivas y la apariencia genital; así distinguimos entre machos y hembras.

El **género** pone de manifiesto cómo las cualidades, roles y funciones masculinas y femeninas no están determinadas por lo biológico ni son innatas, sino que son definidas por la sociedad, se aprenden. Por tanto, no son fijas, cambian según el contexto y la cultura y también se van modificando a lo largo de la historia.

En función de si nacemos hombres o mujeres, vamos construyendo nuestra identidad de manera diferente, esto es lo que se entiende por **socialización diferencial de género**. Se refiere a la forma en la que vamos adquiriendo (aún desde antes

de nacer) identidades diferenciadas de género que conllevan estilos cognitivos, actitudinales y conductuales, así como normas estereotipadas de conductas asignadas a cada género.

Al asignar a una persona determinada, hombre o mujer, atributos, características o funciones específicas, únicamente por su pertenencia al grupo social masculino o femenino, estamos usando **estereotipos de género**.

Los estereotipos de género son opiniones o prejuicios generalizados acerca de atributos o características que hombres y mujeres poseen o deberían poseer, o acerca de las funciones sociales que ambos desempeñan o deberían desempeñar.

Son nocivos porque limitan la capacidad de hombres y mujeres para desarrollar sus facultades personales, realizar una carrera profesional y tomar decisiones acerca de sus vidas y sus proyectos vitales. Pueden ser hostiles o negativos (por ejemplo, las mujeres son irracionales) o aparentemente benignos (por ejemplo, las mujeres son protectoras).

Pero son especialmente dañinos cuando generan violaciones de los derechos y de las libertades fundamentales. Por ejemplo, la falta de penalización de la violación dentro del matrimonio, basada en el concepto social de que la mujer es la propiedad sexual del hombre.

Resumen de los conceptos básicos de la Teoría Social del Género

Dimensiones del binarismo	Hombres	Mujeres
Cuerpo sexuado	Macho	Hembra
Función biológica	Fecundar	Gestar
Esfera	Pública	Privada
Rol social	Proveedor	Cuidadora
Estereotipos de género	Fuerte	Débil
	Independiente	Dependiente
	Activo	Pasiva
	Racional	Emocional
	Experimentado	Inexperta
	Seguro de sí mismo	Insegura de sí misma
	Competitivo	Conciliadora
Expresión de género	Azul	Rosa

La socialización de género tradicional ha generado dos modelos fuertemente arraigados, contruidos uno en oposición al otro. Ha atribuido a mujeres y a hombres funciones, espacios, capacidades y estatus no sólo diferentes, sino desiguales.

La asimilación de una identidad, de unos espacios y de las normas sociales se realiza de forma consciente e inconsciente a través de los/as agentes socializadores/as: familia, sistema educativo, entorno virtual, música, etc. Todos estos sistemas transmiten estereotipos de género.

Se mantiene a través de los mandatos sociales de género. Estos mandatos definen de manera rígida qué es ser un hombre y qué es ser una mujer, tanto en cuanto a su sexo biológico, a su subjetividad, a cuáles son las expectativas sociales de la masculinidad y la feminidad y a cuál debe ser su orientación sexual. Pero, además, es una norma discriminatoria, basada en la hegemonía de una entre todas las variantes que se dan en la especie humana en relación a la sexualidad.

Esta norma se configura como un eje de desigualdad que genera exclusiones hacia cuerpos, identidades, roles, expresiones y orientaciones que no se ajusten a ella. Hacia las mujeres, hacia personas con variaciones en las características sexuales, personas trans, lesbianas, gays, bisexuales, pansexuales, etc. Las personas que transgreden los mandatos de género y el binarismo sexual normativo en alguna de sus dimensiones son estigmatizadas, discriminadas e, incluso violentadas, mediante actitudes sociales públicas y privadas, denominadas sexismo, homofobia o transfobia.

La violencia machista, como se entiende en esta guía, no se caracterizan por lo tanto por el género (ni por el sexo) del sujeto que las cumple o que las recibe ni por el lugar en las que se desarrollan.

Se refiere a todas aquellas violencias que tienen su origen en una visión estereotipada de los géneros y en las relaciones de poder que esta conlleva o en las que se basan. A causa de esto, las violencias machistas en nuestra sociedad afectan principalmente y con más fuerza los cuerpos de las mujeres

(mediante el ejercicio de la violencia de género) y de las personas no normativas sexualmente (hacia lesbianas, bisexuales u homosexuales mediante el ejercicio de la violencia homofóbica) o genéricamente (hacia las trans o queer, mediante el ejercicio de la violencia transfóbica). Sin embargo, pueden ser blanco de violencias machistas también sujetos inscritos en el género masculino, por ejemplo los niños a los que se prohíbe llorar o mostrarse afectuosos entre ellos (Biglia y Jiménez, 2015).

3. Consumo de sustancias en jóvenes

El consumo de cualquier droga a cualquier edad, conlleva riesgos para quienes las consumen, pero las personas adolescentes son especialmente sensibles a los efectos del alcohol y de otras drogas.

El consumo de estas sustancias dificulta los procesos de desarrollo y maduración física, intelectual y afectiva de las personas más jóvenes. Numerosos estudios científicos coinciden en señalar la aparición de los siguientes efectos derivados del consumo de alcohol u otras drogas durante la adolescencia:

- Producen el deterioro de la memoria.
- Dificultan la capacidad de concentración.
- Alteran la percepción y los reflejos (la capacidad de reacción).
- Impiden la realización de tareas complejas o que requieran cierta coordinación (conducir vehículos, manejar máquinas, etc.).
- Deterioran la capacidad de juicio y de razonar.
- Dificultan el estudio y el aprendizaje.
- Afectan a las habilidades de tipo motor, dificultando la práctica de actividades físicas y deportivas.
- Reducen el rendimiento escolar y pueden abocar al fracaso escolar.

El consumo de sustancias está entre los temas que más preocupan a las familias de adolescentes. Son uno de los comportamientos considerados de riesgo. Los más frecuentes suelen estar relacionados principalmente con tres ámbitos:

- Sexualidad.
- Violencia.
- Drogas y adicciones.

Pese a la preocupación que generan, un estudio de la FAD² sobre la percepción de jóvenes y padres y madres respecto al consumo de sustancias, extrae algunas conclusiones interesantes para las familias:

- No existe diálogo respecto a las drogas en el seno familiar. Además, hijos e hijas niegan a sus progenitores la capacidad de transmitirles nada interesante al respecto.
- Padres y madres comparten muchos de los argumentos explicitados por sus hijos e hijas (incluida la comprensión y no problematización de los consumos festivos).
- Diferencia en la articulación de roles también entre progenitores: con la madre dialogante y comprensiva, que también se culpabiliza de cualquier posible fracaso educativo, frente al padre autoritario que pone límites, como mucho.

² Elena Rodríguez et al. Distintas miradas y actitudes, distintos riesgos. Ellas y ellos frente a los consumos de drogas. Cetro Reina Sofía sobre adolescencia y juventud.

- Diferente trato a hijos y a hijas en relación con las salidas nocturnas y los consumos de drogas. Es obvia la mayor necesidad percibida de control y protección hacia las hijas que sigue implicando teóricamente menor libertad, siempre y cuando no exista una figura masculina (novio) que la proteja en las salidas o una cobertura total de acompañamiento hasta la vuelta a casa.

3.1. No todas las sustancias que pueden provocar adicción son drogas

Las drogas son sustancias que, introducidas en el organismo producen una alteración en el funcionamiento del sistema nervioso central del individuo y además son susceptibles de generar dependencia, ya sea física, psicológica o ambas. (La Organización Mundial de la Salud (OMS)).

No podemos identificar droga con sustancias ilegales. Dos de las sustancias que más adicción provocan son el alcohol y el tabaco, ambas legales.

Tampoco debemos identificar legalidad con inocuidad o falta de perjuicio para el sistema nervioso central, ya que muchas de las medicinas que se utilizan actualmente generan dependencia y afectan al sistema nervioso central, por ejemplo los antidepresivos o los medicamentos específicos para aliviar el dolor.

3.2. No todas las drogas son ilegales

En este apartado queremos hacer una pequeña introducción a los efectos que pueden tener las drogas legales de mayor uso entre los jóvenes sobre el organismo.

Alcohol: Es una droga muy utilizada y aceptada socialmente, en muchas culturas, no solo la española. Es una sustancia de tipo depresor, en un primer momento tiene un efecto euforizante y relajante, y en algunas personas cierta desinhibición, pero posteriormente el tono general disminuye y aparecen síntomas como visión borrosa o debilidad muscular, problemas para focalizar la atención o desinhibición de conductas extremas. Puede generar dependencia con gran facilidad, especialmente debido a su gran aceptación social.

Nicotina: Es la droga más consumida a nivel mundial y la que genera más adicción. En realidad es psicoestimulante, no relajante. Y causa una gran cantidad de problemas, principalmente de tipo pulmonar y cardiorespiratorio.

Psicofármacos y otros fármacos: Tienen un gran potencial adictivo y su abuso puede generar graves problemas de salud, incluyendo los hepáticos y renales. Las más utilizadas, en principio con fines médicos y con un gran control de la dosis y tiempo de administración, son las **benzodicepinas** (ansiolíticos); los **esteroides**; las **anfetaminas** y sus derivados (especialmente en el tratamiento del TDAH o la narcolepsia); **morfina y codeína**, ambas son derivados del opio y utilizadas para el tratamiento del dolor (la codeína está presente en un gran número de medicamentos y jarabes).

3.3. No todas las adicciones son a sustancias nocivas

El consumo excesivo de cualquier sustancia, por inocua que parezca, puede convertirse en una adicción y causarnos

problemas de salud graves. Es el tipo de consumo que se realiza, y no la sustancia en sí la que provoca el problema.

Por ejemplo la llamada potomanía, el consumo de líquidos, generalmente agua, de manera compulsiva puede llegar a generar un grave desequilibrio en todo el organismo.

Existen muchas sustancias y hábitos que pueden convertirse en una adicción. Entre ellas podemos contar las relaciones de pareja "tóxicas", la adicción a las nuevas tecnologías o la ludopatía.

Más información sobre adicción a videojuegos:

Pasos para evitar la adicción a los videojuegos ¿Puedo ayudar a mis hijos a divertirse en red?

<http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM014078.pdf>

3.4. No todos los consumos de sustancias o prácticas implican el mismo nivel de riesgo

El consumo de sustancias que alteran nuestro sistema nervioso, puede ir desde el consumo experimental, hasta la adicción incontrolada. Podríamos en este sentido establecer una distinción entre: uso, abuso y adicción.

Uso

Según la Sociedad Americana de Psiquiatría, se entiende como uso aquel tipo de consumo en el que, por la cantidad, la

frecuencia o la situación del sujeto, no se detectan consecuencias inmediatas sobre quien consume ni sobre su entorno.

Abuso

Se podría definir como aquel tipo de consumo que sí provoca consecuencias negativas sobre el sujeto o su entorno.

Adicción

Es cuando la persona pierde el control y sufre porque aunque le gustaría parar, no puede. Se define como un hábito o conducta de consumo de sustancias, o desarrollo de conductas anómalas, del que no se puede prescindir o resulta muy difícil hacerlo porque han producido dependencia. Se prioriza el consumo de la sustancia sobre otras actividades que antes tenían más prioridad. Las adicciones se construyen social, psicológica y biológicamente de manera conjunta.

4. Drogas y género

Hombres y mujeres tienen diferentes pautas de consumo, diferentes motivaciones, diferentes consecuencias a raíz del consumo de drogas y otras adicciones, y finalmente diferentes formas de trato en los servicios públicos y de salud. Por eso es importante indagar en el consumo diferenciado también en las personas jóvenes.

4.1. Datos sobre el consumo de sustancias en jóvenes

La Encuesta sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias (ESTUDES) en España ofrece datos sobre consumo de sustancias en población entre 14 y 18 años. El último informe de ESTUDES (2022), permite extraer algunas conclusiones a este respecto:

El consumo de todas las sustancias consideradas, ha descendido, tanto en hombres como en mujeres, a excepción de los hipnosedantes (con o sin receta).

Las chicas tienden a consumir drogas legales (alcohol, tabaco e hipnosedantes), mientras los chicos, además de alcohol y tabaco consumen en mayor medida que las chicas, también drogas ilegales (cocaína y cannabis).

El alcohol es la droga más consumida entre las personas jóvenes, al igual que entre las adultas. Se ha registrado un fuerte descenso respecto a 2016 con independencia del sexo, aunque

el porcentaje de chicas que ha consumido en el último mes sigue siendo cuatro puntos superior al de los chicos.

El consumo de hipnosedantes es uno de los más frecuentes después del alcohol, el tabaco y el cannabis. El 24,1% de las chicas han tomado alguna vez sustancias de este tipo y un 4,7% lo hacen a diario. El porcentaje de chicos que consumen estas sustancias es más bajo, independientemente de la frecuencia con que lo hagan.

El consumo diario de tabaco es el que registra mayor prevalencia de todas las sustancias comparadas (tabaco, alcohol, hipnosedantes y cannabis). El consumo ha descendido entre los chicos en 0,6 puntos y entre las chicas en 1,1, rompiendo la tendencia ascendente que se venía registrando en las encuestas anteriores.

Los chicos consumen más cannabis que las chicas y desde 1994, el consumo había aumentado en ambos sexos, pero en mayor medida en las chicas. En 2022 esta tendencia se ha revertido y puede observarse un ligero descenso par ambos sexos.

El consumo de cocaína está bastante más extendido entre los chicos, y casi duplica al de las chicas. En relación a la evolución de estos últimos 12 años, la prevalencia ha ido descendiendo para ambos grupos.

Consumo de sustancias entre los estudiantes de secundaria por sexo y frecuencia en 2022

	Alguna vez en la vida		En el último año		En el último mes		Consumo diario en el último mes	
	H	M	H	M	H	M	H	M
Alcohol	71,6	76,3	67,8	73,3	51,5	55,8	1,3	1
Tabaco	35,1	41,5	27,3	34,2	21,2	26,7	8,8	9,2
Cannabis	29,3	28	22,6	21,8	15,7	14,1	2,1	1,1
Hipnosedantes	15,3	24,1	9,7	17,6	5,0	10,0	2,6	4,7
Cocaína	3,4	1,9	2,7	1,5	0,9	0,3	-	-
Éxtasis	3,4	2,8	2,1	1,5	0,8	0,4	-	-
Alucinógenos	2,3	1,1	1,4	0,6	0,5	0,1	-	-
Inhalables volátiles	1,9	1,7	1,2	0,9	0,6	0,3	-	-
Setas mágicas	1,8	0,8	1,1	0,5	0,4	0,1	-	-
Metanfetamina	1,8	1,2	1,1	0,7	0,5	0,2	-	-
Anfetaminas	1,9	1,0	1,2	0,6	0,6	0,1	-	-
Heroína	0,8	0,2	0,5	0,2	0,4	0,0	-	-
GHB	0,6	0,2	0,5	0,1	0,3	0,0	-	-
Esteroides anabolizantes	0,7	0,2	0,5	0,1	0,3	0,0	-	-

Fuente: encuesta sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias en España (ESTUDES) 2022.

4.2. Estereotipos de género y consumo

Los estereotipos de género, resultan muy expresivos cuando se asocian a los consumos de sustancias.

De las chicas se espera siempre que sean responsables y se les atribuye mayor madurez y personalidad que a los chicos.

Exactamente las características personales que se identifican como necesarias para controlar (y/o evitar) el consumo de drogas. Por lo tanto de las chicas se espera que o no consuman, o que sean lo suficientemente comedidas.

De los chicos se espera que se comporten de forma simple, gregaria y descontrolada.

Los chicos que descontrolan pueden comportarse de forma inadecuada; para las chicas es inadecuado el descontrol en sí mismo, independientemente de los comportamientos en que pueda derivar.

Ser mujer también se asocia con la debilidad y la necesidad de protección frente a la fortaleza que se atribuye a los varones.

Ante los consumos, se presupone que las chicas aguantarán menos, acabarán peor y necesitarán que se las cuide o proteja; por tanto, es mucho más difícil que las chicas puedan “consumir bien”, sea lo que sea eso.

El espacio de los varones es tradicionalmente el espacio público, para las mujeres se reserva el espacio de lo privado.

Es en el ámbito privado donde las chicas pueden exhibirse o materializar sus necesidades, mientras que para los chicos la exhibición pública, el alardeo, es práctica necesaria para su identidad. Esta distinción entre lo público y lo privado se refiere a múltiples aspectos, por ejemplo a la organización grupal, a las relaciones personales y sexuales, etc. Para las chicas, los comportamientos de consumo pueden ser grupales, pero íntimos.

Entre los chicos, los consumos también se arropan grupalmente pero se exhiben públicamente.

De los chicos se espera la iniciativa sexual abierta y notoria, mientras que de las chicas se espera o bien la pasividad o bien la iniciativa prudente y selectiva.

En los estudios consultados, chicos y chicas son conscientes de que sus comportamientos pueden ser muy similares en la práctica, pero también son muy conscientes, sobre todo ellas, de que las consecuencias a que se exponen son muy diferentes. Y lo son fundamentalmente porque los consumos de las mujeres están sometidos a un juicio muy severo, mientras que los comportamientos similares de los varones no lo están, o al menos no tanto ni de la misma manera: ellos hacen lo que se supone que deben hacer –aunque se considere erróneo–, que es simplemente dejarse llevar, de forma homogénea y acrítica; mientras que ellas en las mismas circunstancias se entiende que están vulnerando su esencia, además de posicionarse voluntariamente en situaciones de riesgo mucho más penalizadoras y peligrosas.

Recursos para la prevención de drogas desde la perspectiva feminista

Web Género y Drogodependencias

Aborda el consumo de drogas y su relación con la violencia sexual. Contiene materiales de trabajo. Además incluye cuestiones sobre tratamiento de adicciones a sustancias con perspectiva de género

<http://www.generoydrogodependencias.org/mujeres-y-drogas/>

4.3. ¿Qué hacer ante la sospecha o evidencia de consumo de drogas?

De acuerdo a la información facilitada en la web del Plan Nacional de Drogas, algunas señales pueden alertarnos de un consumo problemático de drogas:

- Cambio brusco en el cuidado y aseo personal.
- Trastornos del sueño con insomnio y/o pesadillas y temblores.
- Pérdida de peso o apetito excesivo.
- Disminución del rendimiento escolar o abandono de los estudios.
- Aislamiento físico, tendencia a aislarse en su habitación.
- Disminución de la comunicación verbal y afectiva.

- Empobrecimiento del vocabulario.
- Abandono de aficiones e intereses.
- Cambios bruscos de humor.
- Pérdida de responsabilidad.

La actitud que tengamos ante la sospecha o evidencia del consumo de drogas es muy importante, por eso se recomienda mantener la calma y seguir algunas pautas:

En caso de sospecha

Hay que	No se debe
Dialogar.	Juzgar
Dar la importancia justa	Dramatizar
Creer lo que se ve	Negar la evidencia
Compartir la preocupación	Ocultar información
Confrontar	Encubrir
Supervisar sin presionar	Agobiar con reproches

Cuando hay evidencia

Hay que	No se debe
Dialogar y analizar las circunstancias que llevaron al consumo.	Desesperarse.
Mantener el autocontrol emocional.	Culpar, ni "echarle en cara" todo lo que usted ha hecho por él o por ella.
Ofrecer ayuda pues ve en usted alguien a quien recurrir.	Convertirse en su perseguidor/a.
Mostrarle su afecto por lo que él o ella es, independientemente de lo que haga.	Criticar de forma continuada y violenta su comportamiento.
Intentar dedicarle más tiempo y prestarle más atención.	Utilizar el castigo como único recurso para evitar que continúe consumiendo.
Entender que se está ante una persona que tiene problemas y no "ante un problema".	Acosarle continuamente con preguntas, sospechas, acusaciones, pues ello sólo conseguirá que se aleje de usted cada vez más.

Más información:

Plan Nacional de Drogas

En la web del Plan Nacional de Drogas puedes encontrar información sobre centros para el tratamiento de adicciones, informes sobre sustancias específicas y mucha información más.

<https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/queHacerConsumo/queHacer/tratamiento.htm>

5, Violencia sexual

La violencia sexual abarca actos que van desde el acoso verbal a la penetración y una variedad de tipos de coacción, desde la presión social y la intimidación, a la fuerza física. Una de sus expresiones más lesiva es la violación, que cuenta con una carga cultural mayor, lo que por otro lado, dificulta, tanto su comprensión, como la prevención.

La violación de una mujer es ejemplarizante, inculca temor a todas las mujeres, adolescentes y niñas. La violencia sexual es un ejercicio de poder a través del sexo. Dice la psicoanalista Jules Mitchell, que es un acto sexual no organizado como deseo, si no como expresión de odio que aterroriza. Lo sexual es secundario, lo importante es la agresión o el abuso.

La mayoría de las mujeres y niñas viven con el temor de violación. Los hombres, en general, no lo hacen. Así es como funciona la violación como un poderoso medio por el cual toda la población femenina se mantiene en una posición subordinada a toda la población masculina, a pesar de que la mayoría de hombres no violan, y muchas mujeres nunca son víctimas de violación.

Nerea Barjola (2018) explica en su libro cómo los discursos sociales, mediáticos y políticos diseminados al hilo de los crímenes sexuales se orquestan como una contraofensiva patriarcal ante la conquista de espacios de libertad del movimiento feminista y de las mujeres en general. Analiza desde principios de la década de 1990, cómo el relato sobre el

llamado caso Alcàsser se articuló como una construcción social que trató de resituar unas fronteras que no deberían haber sido traspasadas por las mujeres. Antes, Jack el Destripador, después la narrativa en torno a casos como el de Diana Quer o Marta del Castillo, aleccionan a las jóvenes sobre cuáles son las fronteras de su libertad, porque los medios las culpabilizan a ellas o a otras mujeres (normalmente a sus madres) de los crímenes que comenten otros (por salir sola o permitirlo, por montar en coche con desconocidos, etc.).

Más información en:

Nerea Barjola.(2018) Microfísica sexista del poder. El caso Alcàsser y la construcción del terror sexual.

Violencia sexual más frecuente en mujeres jóvenes

AGRESIÓN		AGRESIÓN (ANTES CONSIDERADO ABUSO EN LA LEGISLACIÓN)	ACOSO
	Violación en una cita	Aprovecharse de estar dormida o mareada	Insinuaciones o propuestas sexuales humillantes por parte de alguien con poder (jefe, profesor, etc.)
	Violación múltiple	Abusar mediante sumisión química	Miradas lascivas y tocamientos en los medios de transporte público
	Violación correctiva	Aprovecharse de la confianza, de una situación de bromas	Comentarios o sonidos obscenos sobre una mujer o su cuerpo
	Violación por un familiar / conocido de confianza	Chantaje emocional para tener relaciones sexuales	Persecución
	Utilizar la fuerza o amenazar para tocar o besar	No querer ponerse preservativo	Exhibicionismo
		Obligar o insistir para mantener posturas sexuales no deseadas	Ciberviolencia sexual
		Pedir relaciones sexuales como prueba de amor	
		Ignorar, no respetar una negativa o no haber consentimiento expreso	

Fuente: Sonia Cruz, Yolanda Trigueros y Rebeca Álvarez (2014).

Recientemente se ha modificado la legislación en materia sexual. El 25 de agosto de 2022, el Congreso de los diputados aprobó la Ley de Libertad sexual, conocida popularmente conocida como la Ley de “solo sí, es sí”. Esto trae diferentes cambios en el código penal:

- El consentimiento expreso será la pieza clave para juzgar los delitos sexuales y se define de la siguiente manera: 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.
- Se eliminan los delitos de abuso sexual del código penal, que se considerarán a partir de ahora agresiones sexuales.
- La ley considera **violación** toda agresión sexual con penetración y será castigada con penas de prisión de cuatro a doce años.
- Se introduce de forma expresa también como **agravante** el que se anule la voluntad de la víctima con fármacos o drogas (sumisión química) y que entre la víctima y el agresor haya existido o exista una relación de pareja.
- Se penaliza el **acoso callejero**, entendido como comportamientos o proposiciones de carácter sexual que generen a la víctima una situación humillante, hostil o intimidatoria.
- Se multará el reenvío de imágenes de terceras personas, que hayan sido grabadas sin autorización de la persona afectada y que menoscaben gravemente la intimidad.
- Las víctimas **tendrán derecho a la asistencia integral especializada** y accesible, desde atención médica y psicológica, a la cobertura de las necesidades económicas, laborales y de vivienda, a la asistencia jurídica y a una indemnización.

- Se crearán **"Centros de Crisis 24 horas"** y deben prestar atención psicológica, jurídica y social, apoyo y asistencia en situaciones de crisis para víctimas, familiares y personas del entorno. La ley prevé que estos centros garanticen acompañamiento e información tanto telefónica como presencial las 24 horas del día y los 365 días del año. Desde 2020 estos centros funcionan en Asturias y Madrid, pero en 2023 se crearán más en el resto del territorio.

Más información sobre la nueva ley

Ley de libertad sexual

<https://www.boe.es/boe/dias/2022/09/07/pdfs/BOE-A-2022-14630.pdf>

Más información sobre cómo actuar ante la violencia sexual

Guía de actuación contra la violencia sexual 2017

http://www.juntadeandalucia.es/iamimages/FONDO_DOCUMENTAL/VIOLENCIA_DE_GENERO/GUIA%20DE%20ACTUACION%20CONTRA%20LA%20VIOLENCIA%20SEXUAL.pdf

Guía para jóvenes. Prevención de la Violencia sexual y de género

<https://ciudadano.gobex.es/documents/1062609/0/REVISTA+PARA+JOVENES++prevenci%C3%B3n+de+la+Violencia+Sexual.pdf/da471384-5b9f-46aa-a891-2a7432ed2de6>

5.1. Violencia Sexual en los espacios de ocio

La violencia sexual ha existido siempre, pero en la actualidad preocupan especialmente dos espacios relacionados con las personas jóvenes donde se están dando nuevas formas de violencia sexual:

- Los espacios masificados de ocio en donde se cruzan multitud de personas desconocidas mientras se hacen grandes ingestas de alcohol y desde edades muy tempranas.
- Las que se producen en el espacio virtual a través de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TICs).

Además, nuevos fenómenos como las **violaciones en manada** (en grupo) están surgiendo en estos contextos.

No hay datos oficiales que desagreguen los datos de este tipo de violencia sexual, pero según los registros de feminicidio.net (hace seguimiento a través de las noticias de prensa) los datos recogidos desde 2016 hasta octubre de 2020 ha habido 211 agresiones sexuales múltiples y se han contabilizado al menos 701 agresores.

- El 100% de agresiones sexuales múltiples conocidas desde 2016 fueron **perpetradas por grupos de varones**. Las víctimas eran mujeres o niñas en el 96,7% de los casos (204 de las 211 agresiones). Además, se conocieron seis casos con víctimas masculinas (el 2,8%) y uno cuya víctima era una mujer transexual (el 0,5%).

- Cuatro de cada cinco agresiones fueron perpetradas por grupos de hasta cuatro agresores (169 de los 211 casos, el 80%). Los grupos más comunes son los de dos agresores (78 casos, el 37%), seguidos de los grupos de tres agresores (53 casos, el 25,1%) y los grupos de tres (38 casos, el 18%).
- Aunque en algunos casos se desconoce el número exacto de atacantes. Al menos **171 eran menores de edad** cuando perpetraron las agresiones. El 24%, uno de cada cuatro.
- Por su parte, de las **225 víctimas** registradas, **una de cada tres eran menores de edad** (83 de ellas, el 37%).
- Más de la mitad de las agresiones sexuales múltiples registradas desde 2016 fueron perpetradas de madrugada (106 de los 211 casos, el 50,2%).
- El 10,9% de las agresiones sexuales múltiples conocidas fueron **pornificadas** por los agresores: consta al menos una fotografía o grabación a la víctima.

Más datos sobre violencia sexual

Feminicio.net

Pueden consultarse datos actualizados sobre violencia sexual (también múltiple)

<https://geoviolenciasexual.com/>

Observatorio Noctámbul@s

Pueden consultarse sus informes sobre violencia sexual en contexto de ocio y consumo

<https://www.drogasgenero.info/noctambulas/informes/>

Investigación: Noches seguras para todas (Federación de Mujeres Jóvenes)

Contiene datos sobre la incidencia de la violencia sexual en jóvenes e información cualitativa sobre la percepción de chicos y chicas sobre este problema en los contextos de ocio.

https://mujeresjovenes.org/wp-content/uploads/2020/10/Investigacion_NochesSegurasParaTodas.pdf

El debate social en torno a este hecho ha sacado a la luz una nueva problemática:

- cómo incide el consumo masivo de alcohol (por la cantidad y por ser en sitios de encuentro multitudinario) y de sustancias como actividad de ocio juvenil;
- el empleo de las llamadas 'drogas de violación', que inhiben la voluntad o alteran las capacidades y habilidades del ser humano. Se estima que en un 20 o 30% de los casos de asalto sexual se utilizaron estas sustancias.

Las "drogas de la violación" son un tipo de sustancia que induce la "sumisión química", la más conocida es la burundanga, aunque se han identificado más de 50 sustancias y la más frecuente es el alcohol. El Observatorio Noctámbulas, en contextos de ocio nocturno ha identificado dos tipos de sumisión química:

- Premeditada o proactiva: en la que el agresor intoxica a la víctima de forma premeditada.
- Oportunista: en la que el agresor aprovecha la disminución de la capacidad de reacción producida por consumos voluntarios.

En ambos casos, hay una ausencia de resistencia por parte de la víctima, pero a nivel mediático la sumisión química premeditada es la que ha tenido más difusión. No es de extrañar si consideramos que en ella se pueden inscribir dos **mitos acerca de las violencias sexuales**:

- El primero se refiere al del agresor desconocido y perverso.
- El segundo al de la víctima indefensa.

Este último marca una distinción entre las “víctimas perfectas”, “la buena mujer” indefensa, violentada al ser intoxicada contra su voluntad..., frente a la víctima poco creíble, la “mala mujer” que transgrede los mandatos de género femenino, ya que “se lo buscó” al haber, entre otras cosas, consumido sustancias de manera voluntaria.

El consumo de alcohol y otras drogas, sobre todo si es problemático, siempre tiene una carga de estigma, pero en lo respectivo al género, el consumo en mujeres y hombres es percibido de forma ambivalente:

- A las mujeres se las sanciona socialmente porque en su caso supone una ruptura con el modelo de feminidad hegemónico esperado.
- Para los hombres opera como un elemento de estatus intragrupo. Se trata de una práctica leída como transgresora de las normas sociales y, por tanto, aceptable desde el modelo de masculinidad hegemónica orientada al riesgo.

Cuando los mandatos de género se cruzan con casos de violencias sexuales, el imaginario patriarcal juzga y culpa a las mujeres, mientras que exculpa y justifica a los hombres. Decimos entonces que el consumo de drogas funciona como un atenuante para los agresores pero como un agravante para las agredidas.

De hecho, no quedan lejos los mensajes de prevención de consumos basados en el mito de que el consumo vuelve a la mujer “presa fácil”, situando la responsabilidad sobre ellas y no

sobre los agresores ni el contexto de desigualdad de género en el que se inscriben. La violencia sexual tiene un carácter estructural y transversal y no se limita a los contextos de consumo.

Pero en el verano de 2022 han surgido nuevas modalidades de sumisión química premeditada. Más de 50 mujeres denunciaron haber sido víctimas de **sumisión química con objeto punzante (pinchazo)**.

Este tipo de actuaciones no tiene por qué estar vinculada a una agresión sexual, aunque sí se vincula con el terror sexual, dirigido a coaccionar la libertad, autonomía, y seguridad de las mujeres, pudiendo ser también valorado como delito de lesiones con agravante de género como se ha recogido en algunos informes del Ministerio de Interior. Por ello, puede definirse como un acto de violencia machista, haya agresión sexual o no.

Los síntomas que pueden ponernos ante alerta de Sumisión Química (sea por pinchazo o no) son:

- Somnolencia.
- Pérdida de consciencia.
- Inhibición de la voluntad y de la capacidad de defensa o reacción.
- Mareo.
- Dificultad de movimientos.
- Nauseas o vómitos.

- Visión borrosa.
- Recuerdos confusos o pérdida de la memoria.
- Audición o visión cosas raras.
- No se sabe lo que ha pasado en las últimas horas.
- Falta ropa o está mal puesta.
- Se está en algún lugar al que no se sabe cómo ha llegado.
- Presencia de desconocidos.
- Las amistades o testigos dicen que hay comportamientos raros o borrachera desproporcionada para lo ingerido.

El Consejo General de Enfermería ha difundido una infografía para guiar la actuación para todas aquellas personas que hayan sido víctimas de un pinchazo, porque además de los efectos comunes con otros tipos de sumisión premeditada (reacciones alérgicas a estas sustancias, que podrían derivar incluso en un shock anafiláctico o que, sus efectos, combinados con medicamentos regulados para una persona en tratamiento, potencien síntomas perjudiciales para el organismo), pueden acarrear más problemas para la salud: como la transmisión de enfermedades infecciosas por utilizar el mismo objeto punzante con varias personas.

Consejos de actuación en caso de sospecha de pinchazo

Víctimas	Acompañantes, entorno y seguridad
Haz caso a tus sensaciones y si notas algo avisa a alguien de confianza	Avisa si detectas que alguien no se encuentra bien o tiene una conducta sospechosa de haber sufrido uno de estos pinchazos
Verifica, revisando la zona donde has notado el pinchazo	Actúa y apoyo, llama a los servicios de emergencias
Obsérvate por si aparecen síntomas o mareos si aparecen, comunícalo	Vigila la aparición, o agravamiento de síntomas
Acude a un centro sanitario o aviso a los servicios de emergencias. Te realizaran análisis, pruebas y seguimiento de enfermedades de transmisión por vía sanguínea	Si te avisa una víctima de lo ocurrido, sepárala de la multitud y busca ayuda, comunicándolo a los responsables del local o personal de seguridad
No te marches a casa directamente, no te cambies de ropa ni te vayas sola.	No dejes sola a la víctima
Llama a la policía o personal de seguridad	No olvides de la importancia de tramitar la denuncia.
Tramite siempre a la denuncia	

IMPORTANTE: Avisar cuanto antes y actuar rápido para detectar si hay sustancias y tratar los efectos. Las pruebas de sumisión química y de agresión sexual desaparecen muy rápido.

ADEMÁS: Todos los sistemas de salud autonómicos cuentan con protocolos de atención ante casos de violencia sexual y de sumisión química. Es importante conocerlos para comprobar que las víctimas están recibiendo un trato adecuado.

Guía sobre sumisión química para mujeres jóvenes

Esperanza López Hidago. SUMISIÓN QUÍMICA. GUÍA INFORMATIVA PARA ADOLESCENTES Y JÓVENES

<https://sumisionquimica.es/>

Guía para la prevención comunitaria de la violencia sexual en espacios de festivos

Observatorio Noctámbulas: Guía de apoyo técnico para elaborar Protocolos y Planes frente a las violencias sexuales en espacios festivos y de consumo de drogas dirigida a técnicas/os municipales, profesionales, entidades especializadas y movimiento feminista.

<https://www.drogasgenero.info/guia-7-pasos-para-construir-un-plan-de-abordaje-de-las-violencias-sexuales-en-espacios-festivos/>

5.2. Ciberviolencia sexual

La desigualdad y violencia de género que genera el patriarcado, se reproduce a través de la telefonía móvil y el nuevo entorno digital, principalmente las redes sociales.

El anonimato, la accesibilidad, inmediatez, viralidad y sobreexposición de la Red, ampara a quienes ejercen la violencia

hacia las mujeres, que han encontrado en el medio digital un ámbito más para ejercer el control, el dominio, abuso y maltrato.

Pero las redes no son el problema. La ciberviolencia existe, porque existe violencia en la vida real, y la red también es vida real. Lo ciber es la herramienta, no la causa de la violencia. En ellas las violencias se están haciendo públicas y visibles, pero son un reflejo de lo que aún no hemos solucionado como sociedad.

La adolescencia es un periodo de crisis y cambio, en el que la necesidad de reconocimiento y pertenencia al grupo son vitales. Las redes conectan con su necesidad de estar en el mundo, y eso engancha y emociona. Pero el entorno social y cultural sigue siendo muy sexista, a pesar de la igualdad formal conseguida en los últimos años.

Tipos de ciberviolencia

Las redes no solo reproducen, sino que producen nuevas manifestaciones de la violencia de género.

Son utilizadas para extender imágenes de la violencia ejercida contra las mujeres, grabando y difundiendo, retransmitiendo por WhatsApp episodios de agresión pasados e incitando a futuros, concursando a ver quién eleva más el tono.

Estos nuevos patrones de violencia sexual basada en las redes digitales, hacen de las agresiones, una eventualidad aún más amarga (Rubio y Sáenz-Díez, 2018):

1. Debido a su ubicuidad (difundirla, propiciarla y recibirla desde cualquier sitio).
2. Haciendo espectadores a muchas personas de forma simultánea.
3. En tiempo real (incontrolable).
4. Accesible y enviado en cualquier momento del día y la noche.
5. Con un total y voluntario anonimato.

Ciberacoso o ciberbullying, sextorsión, grooming, usurpación de la identidad, usurpación de claves, sexting, pornovenganza (revenge porn) son algunos de los ciberdelitos más frecuentes contra las mujeres.

En este tipo de delito convergen dos circunstancias:

- Por un lado la vulnerabilidad de muchas mujeres debido a la brecha digital y al desconocimiento avanzado del funcionamiento y prácticas como las aplicaciones de seguimiento o control de dispositivo.
- Por otro lado, la edad cada vez más joven de las víctimas debido al uso masivo de estas tecnologías entre menores y adolescentes.

Ciberacoso:

Conducta que se dirige de forma reiterada hacia alguien, con el fin de hacerla sentir mal, o que se convierte en frecuente por la cantidad de personas que se unen a la repetición del acoso.

En el ciberacoso con carácter sexista el insulto o contenido del acoso en las redes utiliza como pretexto: una característica personal de una chica, que no entra dentro de los comportamientos que se consideran adecuados en ellas; o se refiere a su cuerpo por no entrar en el estereotipo de belleza femenina; o incluye rumores sexistas (como violencia derivada por celos o rupturas de relaciones, sobre las relaciones sexuales que se establecen, la generación de rumores y rivalidades...).

Debemos tener en cuenta que el mundo offline y online son dos caras de la misma realidad, el ciberacoso no se acaba simplemente apagando el ordenador.

Ciberacoso sexual:

Busca crear, dentro de la red, un espacio intimidatorio, y de carácter sexual, con el envío reiterado de mensajes con carácter sexual, petición de fotografías sexuales, envío de este tipo de contenidos sin que ellas lo hayan pedido, o la difusión de fotografías o vídeos suyos sin consentimiento. Se caracteriza por la reiteración y el no consentimiento. Es una forma de violencia que etiqueta a chicas de una forma sexual, pone en ellas la responsabilidad de defenderse y viraliza contenidos sin su consentimiento. Detrás de algunos casos de ciberacoso sexual pueden encontrarse parejas o exparejas de las chicas, que están intentando difundir contenidos sexuales sin su consentimiento para humillarlas en las redes.

Las adolescentes viven las violencias sexuales de una forma muy normalizada y frecuente en sus formas de "baja

intensidad" (insistencias, peticiones de contacto, envío de fotos o comentarios sexuales), y el miedo o amenaza a difundir sus fotos por parte de un compañero/a estará presente en muchas.

Cibercontrol:

El cibercontrol hacia las chicas pretende conocer dónde están, la ropa o maquillaje que llevan, pidiéndoles fotografías para comprobarlo, preguntándoles por los chicos con los que hablan en las redes, o los nuevos seguidores que tienen, y mostrando celos y posesividad hacia ellas. Con frecuencia el cibercontrol conecta con el acoso; cuando la chica no responde al control que pretende hacer su pareja sobre ella, puede amenazarla con difundir contenidos o secretos sobre ella que le harán daño. Justifican ese control como una muestra de cariño y amor.

Diferentes investigaciones confirman que las chicas tienden a normalizar y justificar el control en la pareja. La creencia de que es algo que pasa a todas y por tanto, es normal, la culpabilización de los errores de la relación, o la falta de libertad de las mujeres que inculcamos en nuestra sociedad, están detrás de esta justificación. Por tanto, para trabajar este tema, tendremos que centrarnos en reaprender lo que significa querer, cuidar y amar a alguien respetando su tiempo, espacio y decisiones.

La prevención de la violencia en las redes pasa por enseñar a chicas y chicos a relacionarse sin violencia y a tener mayor conciencia de las repercusiones de lo que dicen de las demás personas.

Las estrategias más frecuentemente desplegadas, están destinadas a favorecer la **autodefensa** en las redes, que consiste en favorecer un cambio de actitud, que implique:

- Ser consciente de que la única responsabilidad del acoso está en quien lo ejerce, nunca en quienes lo reciben.
- Saber que todas las personas tenemos derecho a participar en las redes sin recibir violencia.
- Buscar ayuda cuando no sabemos cómo defendernos, o pedir una respuesta colectiva para no sentirnos solas frente a la violencia.

La autodefensa y **el apoyo colectivo** tienen como objetivos responder a quienes agreden y apoyar a las víctimas del acoso, creando redes de apoyo aprovechando la potencialidad de las redes. El silencio apoya la violencia. No quedarnos calladas ni callados ante ella, es la única forma de cambiar.

Este tipo de agresiones se pueden denunciar ante la unidad de Delitos Tecnológicos de la Policía Nacional, en caso de hacerlo, es importante no destruir las pruebas del delito, no borrar mensajes ni perfiles del acosador.

Más información en:

La ciberviolencia hacia las adolescentes en las redes sociales. Ianire Estébanez. Instituto Andaluz de la Mujer, Consejería de igualdad y Políticas Sociales. 2018

http://www.juntadeandalucia.es/iamimages/FONDO_DOCUMENTAL/COEDUCACION/Guia-ciberviolencia.pdf.pdf

Webinar 'El papel de las familias ante la ciberviolencia de género en jóvenes'. Alba de la Cruz

https://www.youtube.com/watch?v=Uv0c2nXWbMw&list=PL1mjiDhN_HucC02N8h8rViirDFGHYBz

5.3. Violencia sexual en la pareja

La violencia sexual en la pareja, está interrelacionada con otras violencias de género. La **violencia de género** es un instrumento de **control, dominio y sometimiento** cuyo objetivo es imponer las pautas de comportamiento que el hombre, desde un sistema de creencias sexistas, considera que debe tener la mujer con la que mantiene una relación, para seguir manteniendo el status de poder que en base a la cultura patriarcal considera "naturales". Independientemente de su status social, personalidad o consumo de sustancias.

Su finalidad no es hacer daño, sino ejercer su dominio para mantener la desigualdad con su pareja, imponiendo un modelo de relación de pareja desigual, donde él tiene el poder y una serie de privilegios. Este modelo está en consonancia con lo que ha aprendido y asumido y pretende llevarlo a la práctica.

Este tipo de violencia de género empieza a aparecer desde las primeras relaciones de pareja (la mayoría en la adolescencia), no siempre como comportamientos agresivos (más evidentes y fáciles de detectar), sino como comportamientos que favorecen la desigualdad, el dominio y el abuso. Cuando aparece la agresión física, la persona que la sufre ya está muy dañada en sus aspectos emocionales, relacionales y psicológicos.

Las estrategias de coacción que se utilizan en la fase de noviazgo, se manifestarán a lo largo de la relación, con formas y maneras de carácter más sutil, indirecto, encubierto y disfrazado o mezclado con muestras de afecto y sentimientos amorosos, lo que la confunde a ella.

Para poder abordar la prevención de la violencia, es necesario conocer cómo funciona y las consecuencias que tiene en la mujer que la sufre. Por eso es imprescindible entender dos mecanismos: **el ciclo de la violencia y el proceso de la violencia.**

Informarse y formarse sobre estos aspectos es elemental para ofrecer a adolescentes y jóvenes elementos que ayuden a identificarla. Es importante que presten atención a las conductas y comportamientos discriminatorios y violentos para cortarlos en cuanto aparezcan.

Es fundamental entender que la presencia de conductas de impliquen un desigualdad (aunque no se identifiquen como violencia), de dominio, que busquen la sumisión de ella o que ceda siempre a las imposiciones de él, son las manifestaciones tempranas de que en la relación se está instaurando la violencia de género.

Más información:

Webinar 'Prevención de la violencia de género en parejas adolescentes y jóvenes'. Guadalupe Pastor.

<https://www.youtube.com/watch?v=c3yYCgiP09E>

Más recursos para atender la violencia de género

Cómo acompañar desde los centros

Guía para profesionales ante chicas adolescentes que sufren violencia de género: saber mirar, saber acoger, saber acompañar

http://www.juntadeandalucia.es/iamimages/FONDO_DOCUMENTAL/VIOLENCIA_DE_GENERO/GUIA%20profesionales%20ante%20chicas%20adolescentes%20que%20sufren%20Violencia%20de%20G%C3%A9nero.%20Saber%20mirar,%20saber%20acoger,%20saber%20acomp%C3%B1ar.pdf

Cómo acompañar desde casa

El novio de mi hija la maltrata, ¿Qué podemos hacer? Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren Violencia de Género

https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/el_novio_de_mi_hija_la_maltrata.pdf

Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género

http://www.juntadeandalucia.es/iamimages/FONDO_DOCUMENTAL/PUBLICACIONES/MONOGRAFIAS_Y_OTRAS_PUBLICACIONES_DE_CARACTER_MONOGRAFICO/GUIAS_Y_MANUALES/guia_padres-y_madres_con_hijas_adolescentes_que_sufre_violencia_de_genero.pdf

6. Obstáculos para la prevención de la violencia sexual

6.1. Cultura de la violación

Además de los roles y estereotipos de género que ponen en riesgo a las mujeres en general y a las chicas en particular, existe un sistema de falsas creencias que invisibilizan la violencia sexual y por tanto, la perpetúan.

La cultura de la violación es la manera en que una sociedad se manifiesta hacia la violación y otros tipos de violencia sexual.

Se refiere al clima de aceptación de la violencia sexual, validado social y culturalmente en los sistemas patriarcales. Alude al entorno en el cual la violencia sexual infligida contra la mujer se naturaliza y encuentra justificación tanto en los medios de comunicación como en la cultura popular.

La cultura de la violación se perpetúa mediante:

- El uso de lenguaje misógino.

Los principales insultos están relacionados con las mujeres y el ejercicio de su sexualidad.

Está presente en todos lados. Puta e hijo/a de puta son insultos muy frecuentes y muy fuertes y siguen condenando el ejercicio de la sexualidad de las mujeres. Recibimos y escuchamos chistes con la violación de fondo constantemente.

- **La despersonalización del cuerpo de la mujer.**

La cosificación del cuerpo de las mujeres está ampliamente demostrada. Podemos ver imágenes de cuerpos de mujeres en anuncios publicitarios sin cabeza, ni identidad, en los que las mujeres son tratadas como objetos.

- **Embellecimiento de la violencia sexual.**

El efecto publicitario que 'glamouriza' la violencia y el abuso sobre las mujeres, tiene incluso un nombre en la publicidad de la moda de lujo "el síndrome de la novia muerta", abanderado por Guy Bourdin (1928-1991), fotógrafo francés de referencia en los años 70 y emulado en la actualidad por fotógrafos de grandes marcas.

Cuanto mayores son las desigualdades de género mayor es la vulnerabilidad ante la violencia sexual de las mujeres, porque favorece la cultura de dominación masculina:

1. Contribuyen a la desigualdad social de mujeres, y de niños y niñas, como colectivos más vulnerables a la victimización sexual (Garza y Díaz, 1997).
2. Favorecen la auto-culpa de las personas violadas (Trujano y Escursell, 2000).
3. Trivializan las consecuencias para las víctimas, de modo que, frente a este sentimiento de autoinculpación que manifiestan las personas agredidas, aparece un empoderamiento de aquellas que cometen las agresiones sexuales (Bandura, 1987).

La cultura de la violación, culpa y avergüenza a las víctimas de abuso sexual, y es prioritario terminar con ella. Todo el mundo debe tener derecho a tener un espacio seguro y a sentirse sexy en todos los aspectos de la vida, incluyendo las experiencias sexuales.

Es frecuente ver campañas de lucha contra la violencia sexual que siguen cargando la responsabilidad de no ser violadas sobre las mujeres. Es cierto que es necesario dotar a las chicas y mujeres de estrategias de autoprotección, pero es necesario dejar de responsabilizar y culpabilizar a las víctimas y cambiar hacia un clima de Tolerancia 0.

6.1.1. Mitos de la violación

La violencia sexual es visible y creíble si (Sonia Cruz, Yolanda Trigueros y Rebeca Álvarez):

El agresor es un hombre adulto y desconocido que agrede en un lugar aislado.

Los agresores son frecuentemente conocidos: familiares, parejas, amigos, vecinos, conocidos recientes, jefes, compañeros profesionales.

Por tanto no sólo se da en lugares de ocio. Existen agresiones sexuales en la familia, el entorno laboral, académico, profesional, entre amistades o en citas.

El lugar más asociado a las violaciones son los descampados y otros lugares aislados, pero ocurre más frecuentemente en

domicilios, y también se producen en oficinas, consultas médicas, universidades, medios de transporte, portales o discotecas

La mujer es joven y atractiva, pero no ha seducido ni provocado previamente.

Lo cierto es que cualquier chica puede sufrirla. Las víctimas son tan diversas como su apariencia.

Durante la agresión hay uso de fuerza y penetración.

No siempre hay violación. Se invisibilizan la agresión, abuso y acoso. Pueden ser además con penetración y sin ella, y con o sin contacto físico

La mujer se resiste y como consecuencia tiene un daño físico visible.

Si no hay lesiones las víctimas suelen denunciar tarde o no denunciar.

La víctima pide ayuda de forma inmediata, está segura de todos los detalles y no se retracta.

Es frecuente que exista bloqueo. La víctima aun sin ofrecer resistencia no está dando consentimiento.

El daño psicológico en la víctima es evidente y duradero.

La reacción no es universal. La disociación de la víctima respecto al hecho les permite funcionar y les confiere aparente normalidad

Sucede una sola vez, es algo puntual y no se repite.

La violencia sexual es un problema de salud pública. Un tercio de las mujeres en el mundo, una cuarta parte antes de los 18 años, han sufrido violencia sexual. Una tercera parte de las adolescentes tienen su primera relación sexual forzadas.

Además, es más creíble si ocurre en un país subdesarrollado y/o el agresor es de origen extranjero o pertenece a una clase sociocultural baja.

Según el informe del Ministerio del Interior sobre delitos contra la libertad e indemnidad sexual, el 70% de los agresores sexuales detenidos en 2017 eran españoles.

6.1.2. Invisibilización de la violencia sexual

Se estima que sólo el 5% de las mujeres denuncian una violación, a pesar del lastre que supone para la salud física y mental a largo plazo. Mayor cuanto superior haya sido la violencia desatada en la agresión (Rubio y Sáez-Díez, 2018).

Contra el mito del agresor desconocido, los datos de la Macroencuesta de violencia machista de 2019, confirma que la mayor parte de la violencia sexual ejercida hacia las mujeres se produce por personas conocidas de su entorno y sólo el 39,1% es realizada por personas desconocidas y escasamente el 8% de las mujeres que han sufrido violencia sexual fuera de la pareja ha denunciado alguna de estas agresiones (Macroencuesta de Violencia contra la Mujer, 2019).

El foco está puesto solamente en una parte de la violencia sexual recibida, la mayoría de realidades quedan ocultas y silenciadas:

- La mayoría de los abusos sexuales infantiles, son cometidos en su mayoría por chicos u hombres conocidos (padres, hermanos, primos, vecinos o abuelos), en lugares privados, no suele utilizarse la fuerza física, a veces se repiten durante años, la víctima no suele pedir ayuda, y cuando lo hace está confusa sobre algunos recuerdos.
- La violencia sexual dentro de las relaciones de noviazgo, de pareja o matrimonio: se presupone que la chica o la mujer ya ha dado un consentimiento sexual previo, no suele haber heridas físicas visibles y, además, muchas veces no se identifica como violencia.
- Las situaciones de acoso sexual en el trabajo, el ciberacoso o el callejero: Las conductas de acoso comienzan y progresan de una forma muy sutil, son difíciles de detectar hasta que llegan a niveles de coacción elevados. La culpa y la vergüenza por no haber reaccionado crean confusión y dificultan la denuncia.
- Las violencias sexuales sufridas por las mujeres que no se han defendido o no se han podido defender: no siempre es posible defenderse "con uñas y dientes" ante una agresión. Es habitual paralizarse como forma de supervivencia cuando hay temor a perder la vida o cuando se está bajo chantaje y extorsión. Además algunas mujeres son abusadas cuando no pueden prestar su consentimiento: por estar dormidas, por

haber sido drogadas, por estar bajo los efectos de alguna sustancia o, incluso, por ser menores de edad.

6.2. El modelo de masculinidad hegemónica

Otro de los obstáculos en la lucha contra la violencia sexual es el modelo de masculinidad que tradicionalmente se ha transmitido.

La masculinidad hace referencia a la construcción identitaria de los hombres y su adscripción al género masculino, en un contexto social que establece distintos mensajes para hombres y para mujeres, con el fin de tener a ambos como agentes reproductores de un sistema de privilegios para los hombres.

Hablar de masculinidad desde una visión de género significa promover y plantear cambios en las relaciones de poder entre hombres y mujeres para alcanzar la equidad de género.

El concepto de masculinidad hegemónica se refiere a la forma de masculinidad más frecuentemente transmitida en una época o contexto. Es la forma de ser masculino más alabada, idealizada y valorada respecto a lo que un hombre es o debe ser en una cultura. En nuestro contexto, el modelo en el que siguen socializados y seguimos socializando a los hombres es un modelo tradicional.

La construcción y reproducción del modelo de "masculinidad hegemónica tradicional" se ha fundamentado en la concentración de poder y privilegio, que se construye y materializa en todas las dimensiones de:

- Las relaciones interpersonales: en la casa, en el trabajo, en la calle.
- A nivel de la organización social como lo político, económico, jurídico, erótico, etc.
- En lo cotidiano se asumen funciones y prácticas como el castigo, control, perdón, premio e indiferencia, las cuales aseguran el poder y control sobre la vida de otras personas.

Este poder se sostiene por cuatro pilares:

1. El **sexo compulsivismo y heterosexualidad compulsiva**: se traduce en la necesidad de los hombres de tratar de mostrarse ante la sociedad, a partir de su desempeño, éxito y logros sexuales.

En una sociedad donde se privilegia y reconoce la heterosexualidad como única y natural forma de relacionamiento sexual, los hombres buscan el reconocimiento social, se presionan para mostrarse realmente 'machos', con capacidad de formar o tener parejas 'mujeres' y reproducirse.

Esta acción se torna compulsiva, por la intrínseca necesidad de ser valorados y aceptados por todo el entorno social compuesto por hombres y mujeres. Cualquier comportamiento diferente que ponga en duda su heterosexualidad, genera angustia y pánico en los hombres, en las familias de éstos, y en su ámbito de amistades (Telleria, J. 2002).

Este comportamiento sexo compulsivista hacia el entorno conlleva a enfrentar riesgos sobre la salud integral de los hombres. Los riesgos no son algo buscado, sino, dentro del imaginario masculino, se perciben como una consecuencia inevitable del ejercicio intenso de la sexualidad, al que todo hombre, por su condición de tal, está expuesto.

2. **La homofobia** (rechazo a los comportamientos masculinos diferentes y miedo a ser un hombre diferente al modelo privilegiado).

En un aspecto se refiere al miedo a la homosexualidad, no sólo a las creencias de que la homosexualidad es antinatural, enferma y perversa, sino en relación al temor de sentir o descubrir atracción hacia otro hombre. "la homofobia más que el miedo irracional por los hombres homosexuales, es el miedo a que otros hombres revelen al entorno social que no alcanzan lo estándares para ser considerados verdaderos hombres.

Este temor masculino a la burla del otro tiene enorme influencia en las decisiones y estrategias respecto a su salud sexual y reproductiva... Por otra parte, se refiere al rechazo que los hombres desarrollan por cualquier comportamiento o expresión atípica al modelo masculino dominante, los hombres expresivos, emocionales, familiares comprometidos con su dimensión humana, han sido sujetos de rechazo, burla y marginación.

3. **El sexismo** (roles sociales exclusivos para hombres y otros exclusivos para mujeres).

A través de la cultura, el género proyecta la diferencia hacia todos los ámbitos y actividades de la vida social, dotando a hombres y

mujeres de vestimenta, roles sociales, formas de pensar, sentir y actuar diferentes. Estas diferencias se traducen en desigualdad, manifestada en el acceso a los recursos y al poder, en la subvaloración de lo femenino frente a la sobrevaloración de lo masculino, reforzando actitudes misóginas y sexistas.

El proceso de construcción identitaria, reproducido por la educación y los medios de comunicación, tiene un alto contenido de mensajes de diferenciación y discriminación entre mujeres y hombres.

En el caso de los hombres se refiere a la desvalorización y ridiculización de los roles estereotipados que cumplen las mujeres. El sexismo se esconde, de forma directa o indirecta, detrás de la desigualdad [...]. "Nuestra cultura es sexista en contenidos y grados, en ocasiones sutiles e imperceptibles pero graves, y en otras es sexista de manera explícita, contundente e innegable" (Lagarde, M. 1996). En tanto sustrato cultural, el sexismo es contenido fundamental de la autoidentidad. Por eso, las personas lo aprenden, lo internalizan, lo adecuan y recrean: lo convierten en afectos, pensamientos, prejuicios y veredictos, en moral y norma de conducta y en cristal para ver el mundo y sus habitantes.

4. **La misoginia** (desvalor a las mujeres y lo femenino).

En la cultura machista el menosprecio hacia la mujer y a todo lo que se le parezca, como ser débil, frágil, subordinado, provoca rechazo y por tanto no se integra en las prácticas cotidianas.

La misoginia es certera cuando ni siquiera nos preguntamos si la desigualdad de género es injusta, dañina y éticamente reprobable.

La misoginia está presente cuando se piensa y se actúa como si fuese natural que se dañe, se margine, se maltrate y se promuevan acciones y formas de comportamientos hostiles, agresivas y machistas hacia las mujeres y sus obras y hacia todo lo considerado femenino. En síntesis, la misoginia es un recurso de poder que hace a las mujeres ser oprimidas antes de actuar o manifestarse, aún antes de existir, sólo por su condición genérica.

Este modelo conlleva cumplir con unos mandatos de género, normas de género que vamos interiorizando en el proceso de socialización y reproduciendo. Las personas se mueven en el modelo, cumpliendo más estrictamente o menos la norma, ajustándose más o menos.

Mandatos de género asociados a la masculinidad hegemónica

Mandato	Rol, función social	Principales ideas
Tener poder y ejercer control	Proveedor de protección y seguridad	Control sobre sí mismo y las demás personas Proteccionismo Mito del ganador: importan sus logros y éxitos Protagonismo de la capacidad adquisitiva Consecuencias: dolor, aislamiento y carencia afectiva
Utilizar la violencia y la agresividad para regular y resolver conflictos	Garante de orden social	Herramienta para regular conflictos Herramienta para ejercer el poder y el control Dirigido fundamentalmente hacia otras personas, pero también hacia sí mismos
Asumir riesgos	Ideal de ser humano	Relacionado con la necesidad de realizar demostraciones continuas de masculinidad Relacionado con el desprecio por el cuidado, al ser considerado algo femenino
Ser principalmente racional	Sostenedor de la razón y la lógica	Dificultad para detectar e interpretar emociones propias y ajenas Tendencia a ocultar sentimientos, dependencia emocional Desconexión del mundo emocional y sexual

Fuente: R. Cantos (2016: 127).

No se trata de demonizar a los hombres ni a los niños (estamos hablando de un arquetipo), sino de entender que estos modelos tienen consecuencias muy evidentes en la práctica, y explican las causas de las diferencias entre hombres y mujeres en los comportamientos de riesgo en general y en la violencia de género (sexual y de pareja).

No es la biología la que explica la agresividad ni el mayor uso de la violencia en hombres, ni el consumo de sustancias. No todas las personas que consumen sustancias cometen agresiones, ni todas las personas que cometen agresiones consumen sustancias. Es la construcción de la sexualidad masculina con necesidad de reafirmación constante y por tanto de demostración, la que influye en los comportamientos de riesgo.

El modelo tradicional de masculinidad que se afirma mediante rituales de frecuentemente conllevan otros comportamientos de riesgo como: accidentes, suicidios, adicciones u homicidios.

Es básico poner el foco en la socialización de género de los niños, porque el modelo de masculinidad que venimos transmitiendo, favorece conductas violentas para sí mismos y para las mujeres.

6.3. Socialización romántica

La socialización de las mujeres, ligada al rol de cuidadora, esposa y madre ha hecho que la sexualidad femenina haya sido ignorada, puesta al servicio del hombre y permitida únicamente en el ámbito de la pareja. El papel del amor y la pareja no es el mismo en la vida de los hombres que en la de las mujeres.

Según Carmen Ruiz Repullo, una de las causas que llevan a las chicas jóvenes a avanzar en la escala de la violencia de género dentro de la pareja (incluida la sexual) y no cortar con las relaciones de abuso en cuanto perciben los primeros indicadores son las falsas expectativas que tienen sobre las relaciones de este tipo, basadas en el modelo de amor romántico.

El modelo de amor que manejamos socialmente, es un modelo tradicional, basado en falsos mitos que afectan principalmente a las mujeres. El modelo de amor romántico se construye en el SXVIII, en Europa, aunque está extendido en todo el mundo occidental. En otras épocas históricas y en otros lugares del mundo el modelo de amor y de unidad familiar se basa en otras fórmulas y principios. Sin embargo, hemos tratado el amor romántico como si fuese la única forma posible de amor, natural, universal y verdadera.

Este modelo de amor idealizado y cargado de estereotipos aprisiona a la gente en divisiones y clasificaciones, perpetuando así el sistema jerárquico, desigual y basado en la dependencia de las mujeres.

La simplicidad de los estereotipos de género, nos encierra en unos supuestos muy limitados sobre lo que deberíamos ser y cómo deberíamos estar y sentir hombres y mujeres. De igual modo, los mitos amorosos crean unas expectativas desmesuradas que luego causan una intensa decepción, más hoy en día que no tenemos tolerancia al no; nos frustra todo enormemente porque nos ilusionamos con las promesas que nos venden en los relatos de la sociedad globalizada (Coral Herrera).

Es necesario trabajar estos mitos para poder acabar con la desigualdad y con el patriarcado a nivel narrativo, emocional e ideológico. Es importante mostrar la falsedad de esas idealizaciones que nos encajonan en mandatos sociales, que empobrecen nuestras relaciones y nos hacen sufrir porque chocan con la realidad, generalmente menos bella y maravillosa que la fantasía amorosa.

Los **mitos** más presentes en el amor romántico, según Carlos Yela García (2002) son:

- Mito de la media naranja.

Derivada del mito amoroso de Aristófanes, que supone que los humanos fueron divididos en dos partes que vuelven a unirse en un todo absoluto cuando encontramos a nuestra "alma gemela", a nuestro compañero/a ideal.

Es un mito que expresa la idea de que las personas que componen la pareja, están predestinadas la una a la otra; es decir, que la otra persona es inevitablemente nuestro par, y solo con ella nos sentimos personas completas.

El mito de la media naranja sería una imagen ingenua y simplificada del mito platónico que intenta transmitir esa búsqueda de la unidad perdida, pero su principal defecto es, según Coria (2005), que uno más uno termina resultando uno, lo cual es un grave error, no sólo aritmético, que es asimilado mayoritariamente por mujeres.

- Mito de la exclusividad

Es la creencia de que el amor romántico sólo puede sentirse por una única persona. Este mito es muy potente y tiene que ver con la propiedad privada y el egoísmo humano, que promueve la posesión de las personas y sus cuerpos. Es un mito que sustenta otro mito: el de la monogamia como estado ideal de las personas en la sociedad.

- Mito de la fidelidad

Supone que todos los deseos pasionales, románticos y eróticos deben satisfacerse exclusivamente con una única persona: la propia pareja.

- Mito de la perdurabilidad (o de la pasión eterna)

El amor romántico y pasional de los primeros meses puede y debe perdurar tras miles de días (y noches) de convivencia.

- Mito del matrimonio o convivencia

El amor romántico-pasional debe conducir a la unión estable de la pareja, y constituirse en la (única) base del matrimonio o de la convivencia en pareja. Esto nos crea problemas porque vemos que la institucionalización de la pasión, y el paso del tiempo, acaba con ella.

- Mito de la omnipotencia

Se basa en la suposición de que "el amor lo puede todo" y debe permanecer ante todo y sobre todo.

Este mito ha sujetado a muchas mujeres, que han creído en este poder mágico del amor para salvarlas o hacerlas felices, pese a que el amor no siempre puede con la distancia, ni los problemas de convivencia, ni la pobreza extrema.

- **Mito del libre albedrío**

Supone que nuestros sentimientos amorosos son absolutamente íntimos y no están influidos de forma decisiva por factores socio-biológico-culturales ajenos a nuestra voluntad.

- **El mito del emparejamiento**

Se entiende que la pareja es algo natural y universal. La convivencia de dos en dos ha sido, así, asimilada en el imaginario colectivo, e institucionalizada en la sociedad.

Tendremos que empezar por tanto a cuestionarnos y a trabajar de manera crítica cómo transmitimos esos mitos románticos a través de todos los agentes de socialización que manejamos (en los libros que recomendamos y regalamos, en las películas que vemos y que ven, en los juegos, en las canciones que escuchamos).

6.4. Estereotipos de género y relaciones sexuales

Un estudio³ del Centro Reina Sofía sobre estereotipos de género en la juventud concluye que pese a la libertad sexual de los últimos años y los avances sociales y políticos conseguidos, los estereotipos

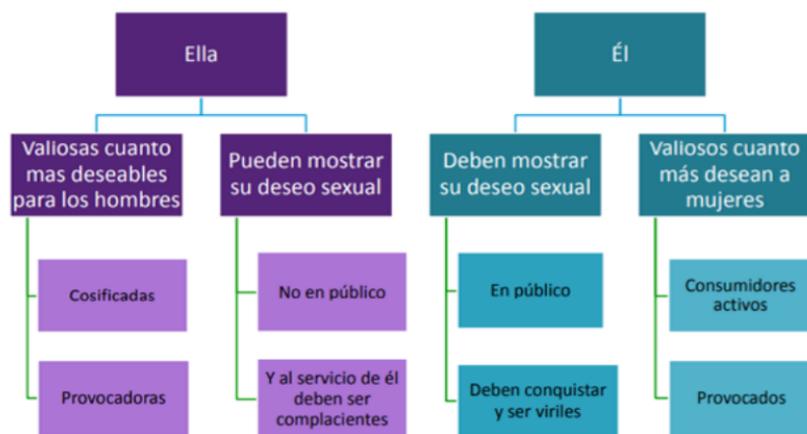
³ ¿Fuerte como papá? ¿Sensible como mamá? Identidades de género en la adolescencia.

permanecen. Aunque hay grupos con discursos y opiniones más igualitarios, los roles tradicionales condicionan la visión de las chicas y los chicos respecto a las relaciones sexuales:

- Ellas relacionan el sexo con afecto; ellos con diversión y con “naturaleza”.
- Existe cierta situación de “desventaja” de la mujer por el juicio social de sus comportamientos. Ellas están divididas entre la necesidad de escapar al estereotipo de “chica fácil” y la exigencia de “participar en el juego”. De las chicas se espera que participen del juego de la seducción y, al mismo tiempo, que desempeñen un perfil más “recatado”.
- Se percibe a las chicas con más posibilidades de tener pareja sexual, y los chicos más sexuados.
- Otorgan alta importancia de la capacidad (sobre todo de las chicas) para adaptarse a las necesidades y deseos de la otra parte. Chicas que ejercen menos iniciativa directa pero que deciden, frente a chicos que se dejan querer siempre que haya ocasión.
- Chicas que se responsabilizan de la protección y la anticoncepción, frente a chicos que no se sienten aludidos al respecto.
- Chicas y chicos condicionados por la expectativa de rol: ellos deben ser activos, espontáneos y capaces; ellas sumisas, secundarias, recatadas, dosificadas y responsables.

Estos roles penalizan claramente ambas posiciones y establecen juicios sociales a quienes se puedan saltar la norma. Pero desde el punto de vista de la percepción final, también incitan a las chicas a dar el salto hacia el escenario masculino, mucho más ventajoso.

Mandatos de género respecto a la sexualidad



Fuente: Sonia Cruz, Yolanda Trigueros y Rebeca Álvarez.

7. ¿Cómo abordar comportamientos de riesgo de manera temprana?

Para educar personas saludables emocionalmente hablando, con valores y habilidades personales que les haga resistentes a la violencia sexual (a ejercerla y sufrirla) y también al consumo de drogas, proponemos incorporar nuevas competencias a nuestras estrategias educativas, tanto en casa como en el centro escolar.

La educación emocional y la educación sexual que ofrecemos durante el desarrollo la infancia deben estar orientadas a favorecer la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres. Son aspectos básicos para mejorar la autoestima, el autocontrol y la empatía, estas cuestiones son elementales para el bienestar propio y del resto.

Estas estrategias educativas deben acompañarse de un cambio de enfoque que supere el binarismo de género y permita expresar nuevos modelos de masculinidad y feminidad más libres y equitativos. Partiendo de que a cada quién es necesario darle aquello que necesita, la propuesta es trabajar con los chicos nuevos modelos de masculinidad y con las chicas estrategias de empoderamiento feminista.

7.1. Educación emocional

La educación de las emociones va a servir de acción preventiva para muchos de los comportamientos de riesgo que aparecen en la adolescencia y que puede continuar en la edad adulta.

No existen perfiles de víctimas de violencia, todas las mujeres están en riesgo de sufrir violencia de género, porque el hecho

de ser mujer en el sistema patriarcal pone a las mujeres en situación de riesgo. Tampoco hay un perfil de agresor.

Es evidente que si se enseña desde una edad temprana a gestionar los conflictos que terminan en consumos problemáticos de sustancias, adicciones, o agresión, si se desarrollan competencias tales como la empatía, control de impulsos, etc. se cuenta con más autoestima, y un mejor autoconcepto, podremos contribuir a evitar que surjan agresores y víctimas en las generaciones más jóvenes y por tanto, que la violencia siga reproduciéndose.

La educación emocional es el “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral.

Se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar a las personas para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social”.

Las áreas de educación emocional que podemos trabajar son:

- Intrapersonal (autoconcepto, autoestima, asertividad, autoconciencia emocional, independencia).
- Interpersonal (Empatía, relaciones interpersonales).
- Adaptabilidad (Prueba de realidad, Flexibilidad, Solución de problemas).

- Manejo del estrés (Tolerancia al estrés, control de impulsos); Estado de ánimo y motivación (Optimismo, Felicidad).

Las emociones también tienen género. Por tanto para desarrollar la educación emocional de niños y niñas de manera adecuada, tendremos que incorporar el enfoque feminista.

Para ampliar este tema:

Violencia de Género: "Atrapados en las emociones". Marta Sánchez Galiana. ISEP formación 2011

<http://igualdadvalladolid.weebly.com/uploads/4/1/3/9/41391505/violencia-de-genero-%E2%80%99Catrapados-en-las-emociones%E2%80%99D.pdf>

7.2. Educación sexual

España es uno de los pocos países europeos que aún no ha adoptado las recomendaciones de organismos internacionales como la Organización de las Naciones Unidas para la Educación (UNESCO) o la Organización Mundial de la Salud (OMS) para proporcionar un enfoque pedagógico integral sobre la sexualidad a través de la escuela.

La educación integral en sexualidad (EIS) tiene un papel central en la preparación de las personas jóvenes para una vida segura, productiva y plena en un mundo donde el VIH y el sida, las

infecciones de transmisión sexual (ITS), los embarazos no planificados, la violencia de género y la desigualdad de género todavía representan un grave riesgo para su bienestar. Sin embargo, a pesar de la evidencia clara y convincente a favor de los beneficios de una EIS de excelente calidad, con base en un currículo, pocos niños, niñas y jóvenes reciben una preparación para la vida que los capacite para asumir el control y tomar decisiones informadas acerca de su sexualidad y sus relaciones de manera libre y responsable.

La Ley Orgánica española 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo, considera que la educación sexual es una herramienta de prevención de enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados y abortos, y establece como uno de los objetivos de las políticas públicas en materia de salud, la inclusión de la educación afectivosexual y reproductiva en el contenido de los centros educativos.

Sin embargo, la reforma educativa efectuada en 2013 a través de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa del Estado español (vigente actualmente), no contempla su introducción.

Ni la generación de padres y madres, ni la del profesorado que está ejerciendo como agente socializador actualmente, han recibido formación en este tema, de forma que nadie tiene mucha información ni de muy buena calidad. El ámbito de la educación afectivosexual y reproductiva es considerado por las familias y el profesorado un dominio íntimo y basado en la

educación de valores, pero ni desde casa ni desde el sistema educativo se está abordando de manera integral.

Información sobre Educación Sexual

Para profesorado

Guía de recursos y buenas prácticas de educación. Centro Reina Sofía. FAD

Contiene recursos sobre Educación Sexual y ofrece un listado de "buenas prácticas" en materia de sexualidad existentes en España.

http://www.adolescenciayjuventud.org/que-hacemos/coleccion-documentos/ampliar.php/ld_contenido/112728/

Recursos para adolescentes

La Psico Woman (Sexóloga Youtuber).

<http://lapsicowoman.blogspot.com/>

7.2.1. Contrarrestemos los discursos de la pornografía

Ante la falta de información, el porno se está convirtiendo en un medio de socialización sexual para niños y niñas, a edades cada vez más tempranas.

El problema no es que vean porno, que también, porque el porno mainstream es sexista y violento, pero eso ya es inevitable. El problema es que su socialización sexual es solo esa. Es básico para contrarrestar los discursos de la pornografía hegemónica:

- Debatir con ellos y ellas lo que significa besarse o abrazarse.
- Explicar que el sexo no es un instinto animal y que deben aprender a gestionar su deseo.
- Relacionar placer, libertad y bienestar compartido.

Ya no es solo necesario hablar de sexualidad, sino también de porno. Erika Lust ha desarrollado algunos materiales que pueden ayudarnos, además de algunas recomendaciones:

Menores de once años: es muy importante asentar el concepto base, que lo que ven en el porno no es sexo real. Que las relaciones siempre han de ser consensuadas o advertir de que no envíen fotos o enciendan la cámara si alguien se lo pide.

Entre once y quince: suma a lo anterior aspectos más concretos de la sexualidad, que muchos de esos contenidos con los que pueden encontrarse son racistas o que el sexo no hay que

practicarlo necesariamente con alguien a quien se quiera pero sí que te respete.

Más de quince: es posible que a esa edad ya hayan tenido algún tipo de relación sexual. Por tanto, se ha que advertir que si ya están practicando sexo, no tienen que actuar. Y se les puede aconsejar que, si quieren ver porno, pueden optar por contenido ético.

Más información sobre el proyecto:

Materiales y herramientas sobre cómo abordar la pornografía con menores, clasificadas según edades

<http://thepornconversation.org/es/#facts>

7.2.2. Trabajemos desde la pedagogía del placer

La sexualidad es un aspecto muy importante de la vida relacionado con muchos otros. Tiene que ver con la forma en que nos tratamos, tratamos nuestros cuerpos, deseamos, sentimos placer. Estamos educando sexualmente a nuestros hijos e hijas desde antes de nacer. Así que es necesario ampliar el enfoque, y entender que la sexualidad se refiere a las relaciones sexuales pero abarca mucho más.

Aunque las preocupaciones más frecuentes relacionadas con adolescentes y jóvenes hacen referencia a enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, pornografía y

violencia, lo cierto es que abordar la sexualidad de una manera saludable requiere ampliar el enfoque.

La Organización Mundial de la salud define la sexualidad como una cualidad humana que nos motiva a buscar afecto, contacto, placer, ternura e intimidad. La sexualidad tiene una clara influencia sobre nuestros pensamientos, sentimientos, acciones e interacciones, y por tanto influye en nuestra salud, desarrollo integral y construcción de la identidad. La sexualidad involucra al cuerpo pero también al género y por tanto a los discursos socialmente construidos. Puede ser una fuente de bienestar, pero también de conflicto y desigualdad. El objetivo es la búsqueda de cómo abordarlo para que sea un elemento de empoderamiento para las mujeres.

No eduquemos para agradar, ni eduquemos en el miedo a la sexualidad, pongamos en marcha la pedagogía del placer.

Más información sobre pedagogía del placer

Deseo, placer y satisfacción. COLECCIÓN DE GUÍAS SOBRE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS DE LAS MUJERES JÓVENES nº2.

http://www.gobiernodecanarias.org/cpji/docs/ici/Ediciones/Guia_Sex_2_DPS.pdf

7.2.3. Trabajemos el consentimiento

¿Qué es?

Consentir y pedir consentimiento consiste en establecer tus límites personales y respetar los de tu pareja; debes volver a preguntar si las cosas no están claras. Para que sea algo consensuado, ambas personas deben estar de acuerdo en tener relaciones sexuales, todas y cada una de las veces. (Planned parenthood).

1. Es activo. Solamente sí, significa sí.
2. Se da libremente. Consentir es una opción que se toma sin presión, sin manipulación o sin la influencia de las drogas o el alcohol.
3. Es entusiasta. Cuando se trata de sexo, se deben hacer las cosas que se DESEA hacer, no lo que se espera.
4. Es específico. Decir que sí a algo (como ir a besarse al dormitorio) no significa que se acepte hacer otras cosas (como tener relaciones sexuales).
5. Se brinda estando informado/a. Solo puedes consentir algo si tienes toda la información al respecto. Por ejemplo, si alguien dice que usará un condón y luego no lo hace, no hubo consentimiento total.
6. Es reversible. Se puede cambiar de parecer sobre lo que desea hacer, en cualquier momento. Incluso si ya lo hicieron antes y ya se está en la cama.

¿Cómo se pide?

Preguntar:

- “¿Puedo [completa el espacio en blanco]?”
- “¿Quieres que [completa el espacio en blanco]?”

Escuchar la respuesta. Es importante prestar atención al lenguaje corporal y al tono.

- Si tu pareja dice “sí” o expresa claramente que algo le gusta, tienes su consentimiento.
- Si tu pareja dice “no”, no dice nada o dice que sí, pero no parece estar segura ni cómoda, entonces NO tienes su consentimiento.

Si no se sabe qué desea la otra persona o si dice que sí, pero no parece segura, consultar antes de continuar. Seguir preguntando:

- “Quiero asegurarme de que deseas hacer esto. ¿Sigo?”.
- “Está bien si no te gusta esto. Podemos hacer otra cosa. ¿Qué te parece?”.

Nunca presionar a la pareja para que haga algo que no desee hacer o de lo que no parezca segura. Es necesario dejarle claro que está bien si quiere parar o hacer algo diferente.

Una vez que se sabe que una persona no le gusta algo que le hayas sugerido, dejar de preguntar y no insistir. Todo el mundo merece que se respeten sus límites.

Más información sobre consentimiento destinado a población adolescente y joven

La palabra más sexi es sí. Una guía de consentimiento sexual.

El material en este zine es adecuado para personas mayores de 12 años de edad.

http://consentzine.com/assets/consentimiento_zine.pdf

7.3. Construyamos nuevas identidades de género

Hasta ahora hemos habitado el mundo como si solo hubiese dos posibilidades, macho o hembra. Sin embargo la realidad es mucho más diversa y hoy en día contamos con mayores elementos para entender que hay muchas más posibilidades.

En los últimos años, hemos vivido muchos cambios sociales, políticos y culturales que han permitido que afloren otras realidades. Hemos incorporado nuevos conceptos a la teoría y sabemos mejor cómo aprendemos a ser hombres y mujeres.

En la actualidad, ya sabemos que la realidad no es binaria como nos representa el sistema Sexo (hombre/ mujer)- Género (masculino/femenino) tradicional. No existen sólo dos géneros, sino una amplia gama de identidades y expresión de género(s). Y tampoco existen dos sexos, ya que, además de que la intersexualidad es una realidad, las fronteras biológicas entre qué es ser mujer y hombre no son tan claras como se asume

socialmente. Con todo esto podemos decir que el género, el sexo, y la heterosexualidad como norma son categorías culturales, y como tales, se construyen en contextos históricos y sociales concretos.

Hay nuevas propuestas desde la teoría feminista para entender fenómenos que están viviendo las generaciones actuales respecto a su construcción social del género. Tenemos más elementos para entender cómo se conforman las identidades no binarias. Y las necesitamos, porque el sistema social del género está cambiando y hoy vemos identidades más fluidas que se están abriendo en una realidad aún binaria que debemos contribuir a desmontar.

Sexo biológico

Sexo cromosómico o genético: hombres y mujeres tienen diferentes dotaciones cromosómicas que vienen determinadas genéticamente. Básicamente habíamos contemplado dos configuraciones: masculina (XY) y femenina (XX), pero existen otras muchas combinaciones cromosómicas posibles, que han sido invisibilizadas y sancionadas.

Sexo gonadal: las mujeres presentan ovarios que producen óvulos y los hombres testículos que producen espermatozoides (salvo en casos de transexualidad o de ciertas formas de intersexualidad).

Sexo genital: las mujeres presentan vulva y vagina y los machos pene y escroto. En caso de transexualidad o de ciertas formas

de intersexualidad (hermafroditismo) pueden presentarse combinaciones diferentes en los rasgos genitales.

Identidad de género

Se refiere a cómo una persona se considera a sí misma. Las personas sienten, se perciben y se identifican con un determinado género. Puede corresponderse o no con el sexo biológico de las personas. Si la identidad de género de una persona se corresponde con su sexo biológico, es decir una mujer que se identifica con el género femenino o un varón con el género masculino, se dice que esa persona es cisgénero o cisgénica

Expresión de género

Hablamos de expresión exterior, como masculina, femenina o andrógina, para hacer referencia a la apariencia del individuo a través de sus rasgos físicos (timbre de voz, facciones) y de comportamiento (gestualidad, indumentaria, peinado, etc.) Está influenciada por la asignación del sexo, los mensajes y las expectativas sociales de género, por la personalidad y los gustos.

No tiene por qué ser fija y estable en el tiempo, ni tampoco presentar correspondencia con el sexo biológico o con la identidad sexual de la persona

Orientación sexual

Hace referencia al sentido al tipo de persona por quien se siente atracción física, afectiva, espiritual y romántica. La

orientación sexual se puede expresar en términos de mayor o menor preferencia o de ausencia de atracción. Comúnmente se han dividido las orientaciones sexuales entre: hetero u homosexual, pero actualmente están visibilizándose muchas más posibilidades.

Heterosexualidad: cuando la atracción se presenta hacia personas de un sexo distinto al propio: hombres que desean a mujeres y mujeres que desean a hombres. La heterosexualidad es un elemento fundamental de la norma de género, que vincula biunívocamente a las personas cis con esta orientación.

Homosexualidad: cuando la atracción se presenta hacia personas del mismo sexo preferentemente. Como en el caso de la transexualidad, esta palabra surge en el contexto biomédico con carácter patologizador, por lo que las palabras de autodesignación lesbiana (atracción entre mujeres) y gay (atracción entre hombres) van a ser referenciales.

Bisexualidad: cuando la atracción se presenta de forma indistinta hacia personas del mismo o distinto sexo. Mujeres que desean a hombres y a mujeres, y hombres que desean a mujeres y a hombres.

Pansexualidad: es la atracción sexual hacia algunas personas, independientemente de su sexo biológico o su identidad sexual. La diferencia entre la pansexualidad y la bisexualidad es que en el segundo caso la atracción sexual se sigue experimentando a través de las categorías binaristas (mujer/hombre), mientras que en la pansexualidad no ocurre esto (aunque esto no está exento de debate).

Demisexualidad: se describe como la aparición de atracción sexual sólo en algunos casos en los que previamente se ha establecido un fuerte vínculo emocional o íntimo. Se suele incorporar en el espectro de la asexualidad.

Asexual: es la persona que no siente atracción erótica hacia otras personas, aunque sea capaz de relacionarse afectiva y románticamente. Dentro del espectro asexual hay matices: no implica necesariamente no tener libido, o no practicar sexo, o no poder sentir excitación.

Antrosexualidad: este concepto surge para aquellas personas que experimentan su orientación sexual sin identificarse con ninguna categoría o sin sentir la necesidad de hacerlo.

La realidad actual es más compleja. Es necesario dejar de enfocar el mundo de manera binaria, para pensarlo en toda su diversidad. Por eso todas las acciones destinadas a fomentar la tolerancia y el respeto a la diversidad tendrán que incorporar estas cuestiones y retroalimentarse.

Más información:

Guía didáctica: Construyendo feminidades y masculinidades alternativas, diversas e igualitarias

http://www.unescoetxea.org/dokumentuak/guia_fem.pdf

7.3.1. Otros modelos de masculinidad son posibles

Construyamos referentes de masculinidad positiva. Seamos profesores, padres y hombres que ejerzan modelos de masculinidad más igualitarios.

La masculinidad tradicional está compuesta por un conjunto de valores, creencias, actitudes y conductas que persiguen el poder y la autoridad sobre las personas que considera débiles (mujeres niños, ancianos, otros hombres). Desde este punto de vista, la masculinidad hegemónica es una forma de relacionarse y supone un manejo del poder que mantiene las desigualdades existentes entre hombres y mujeres en el ámbito personal, económico, político y social. Este “encasillamiento” de los roles femenino y masculino no solo coharta la libertad de las mujeres, sino también la de los hombres, a quienes se les niega la posibilidad de expresar sus temores, sentimientos, o mostrar debilidad.

El concepto nuevas masculinidades se puede entender como un movimiento de los hombres, o de grupos de hombres que abogan por la igualdad entre hombres y mujeres en todos los aspectos de la vida y promueven la reflexión y crítica a la masculinidad hegemónica. El actuar como hombre varía según el contexto histórico, cultural, social, etc. Factores como la clase social, raza, o pertenencia a algunos grupos son factores de diferenciación masculina. El concepto de “lo masculino” (como el de “lo femenino”) deriva de una construcción social y se va modificando con los cambios económicos, sociales, culturales, ideológicos e incluso jurídicos.

Por ello, se trata de deconstruir lo aprendido, analizar cuáles son los privilegios que la masculinidad hegemónica otorga a los hombres frente a las mujeres, por el solo hecho de ser hombres con el fin de ceder poder a las mujeres de nuestro entorno, en aspectos que impregnan la totalidad de nuestra existencia. Identificar las situaciones en las que las mujeres tienen una clara desventaja o se pueden sentir incómodas, intimidadas o asustadas y hacer todo lo posible por no fomentar esos sentimientos de inseguridad y miedo.

Debemos ofrecer estrategias que permitan a los chicos reconocer sus privilegios por pertenecer al género masculino. Así como no es necesario ser una persona racializada para reconocer que existe la discriminación racial, ni ser un persona con diversidad funcional para reconocer las barreras de la sociedad capacitista, los chicos y los hombres pueden identificar los comportamientos que su privilegio de género les otorga, sin culpa pero con responsabilidad.

Encontrar formas de relacionarse desde la igualdad supone un gran esfuerzo, ya que son muy pocos los referentes. Tampoco hay una fórmula mágica para cambiar el modelo, no se trata de pasar de un estereotipo a otro nuevo. Desde el movimiento de las nuevas masculinidades se han organizado asociaciones, talleres, conferencias, páginas web, etc. para intentar encontrar nuevas formas de ser y estar en el mundo como hombres, desde una posición igualitaria.

Algunos puntos a trabajar por los hombres que quieren cambiar serían:

Desigualdad: Las nuevas masculinidades apuestan por las relaciones horizontales, el consenso y las relaciones entre iguales.

Competitividad: La masculinidad tradicional lleva a los hombres a ser competitivos para alcanzar un estatus laboral o social. Las masculinidades alternativas buscan que cada persona pueda mostrar sus debilidades sin miedo, y aprovechar el talento de los demás para trabajar en equipo de forma más efectiva, sin necesidad de buscar la confrontación.

Agresividad: La masculinidad hegemónica también implica la agresividad y la violencia que sigue estando presente en nuestra sociedad. Lo vemos a través del acoso, los comentarios sexistas o las violencias sexuales. Las masculinidades igualitarias apuestan por eliminar la violencia machista, o de cualquier tipo, de nuestras vidas.

Roles de género: La masculinidad tradicional se define en oposición a lo femenino: los hombres no lloran, no cuidan y tienen que proveer. El objetivo sería eliminar esos roles de género aprendidos sobre masculinidad y feminidad para poder ser más libres.

Imagen exterior: El hombre tradicional tiende a proyectar su imagen hacia el exterior, hecho que contribuye al desarrollo de sus habilidades instrumentales y competitivas. Eso es bueno de cara al trabajo productivo, pero la contrapartida es que descuida el desarrollo personal y del interior, provocando un manejo inadecuado de las emociones. Por eso, las masculinidades alternativas buscan una combinación equilibrada de desarrollo hacia fuera y hacia dentro, que contribuya a las relaciones interpersonales y a la gestión emocional.

Más información:

Video CEAPA sobre Nuevas Masculinidades

<https://www.youtube.com/watch?v=QSxH-v9aG6Y>

7.3.2. Empoderamiento feminista

El feminismo es el movimiento social que ha desarrollado el conocimiento teórico con el que contamos y ha propuesto las estrategias de lucha y prevención de la violencia de género.

La estrategia que viene poniendo en marcha desde los años 80 con mayor eficacia es el empoderamiento feminista. Si la violencia es una consecuencia de la distribución desigual de poder en la sociedad, el empoderamiento persigue que las mujeres alcancen cotas de poder.

La idea de empoderamiento debe entenderse como un sentimiento de fuerza interna y confianza para dirigir la propia vida, así como la capacidad de influir en los conceptos sociales que afectan a las mujeres, incluida la dirección del cambio social. No es un medio de dominación sobre los demás.

El término empoderamiento alude a un proceso de toma de conciencia individual y colectiva de las mujeres, que permite aumentar su participación en los procesos de toma de decisiones

y ejercicio del poder así como la capacidad de influir en el cambio de sus condiciones sociales y en el logro de la igualdad de hecho.

El proceso de empoderamiento comprende dos niveles:

- A nivel individual implica la toma de conciencia de las mujeres sobre su subordinación
- A nivel colectivo, la adquisición de una conciencia común acerca de la dependencia social y la discriminación que sufren las mujeres en los diferentes ámbitos de la vida.

Aspecto personal del empoderamiento

- Significa “tener claro lo que quiero”. Saber dónde quiero llegar y sentirme bien con ello. Tomar las decisiones que queremos.
- Significa ser libre. No sentirse culpable. Implica disponer y disfrutar de una vida propia a parte de la familiar, ser una misma.

Aspecto colectivo del empoderamiento

- Significa trabajar colectiva y cooperativamente para conseguir logros sociales, políticos y económicos.
- Significa hablar de pactos entre las mujeres, sobre todo de asociacionismo.

- Significa hablar de sororidad: hermandad, confianza, fidelidad, apoyo y reconocimiento entre mujeres para construir un mundo diferente, recordando siempre que todas somos diversas y diferentes.

Objetivos del empoderamiento

1. Elevar la autoestima de las mujeres, deteriorada por factores sociales como:

- Las dificultades para la conciliación de la vida laboral y familiar.
- La escasa valoración del trabajo doméstico.
- Los malos tratos.
- La imagen estereotipada de la mujer en los medios de comunicación.
- La invisibilización del papel jugado por la mujer a lo largo de la historia, etc.

2. Evitar la indefensión de la mujer por desigualdades jurídicas y burocráticas.

3. Participar en foros de debate compartiendo experiencias, aportando ideas, soluciones.

4. Facilitar la expresión oral en público. Saber desenvolverse en distintos ambientes de conversación de una forma fluida y

segura. Se pretende crear seguridad a la hora de expresar ideas y opiniones en público.

5. Examinar los beneficios que le reporta a la mujer el empoderamiento.

El empoderamiento implica:

- La toma de conciencia sobre la subordinación de las mujeres y el aumento de la confianza (“poder propio”).
- La organización autónoma para decidir sobre sus vidas y sobre el desarrollo que desean (“poder con”).
- La movilización para identificar los intereses de las mujeres y transformar las relaciones, estructuras e instituciones que las limitan y que perpetúan su subordinación (“Poder para”).

Condiciones para el empoderamiento personal: autonomía y autoestima

El concepto que una persona tiene de sí misma se va formando progresivamente a medida que se desarrolla. Es decir, la autoestima es algo que se aprende y por tanto es susceptible de cambio y mejora a lo largo de la vida.

Nuestra autoestima está influida por nuestra identidad de género y hace que las mujeres crezcan con las inseguridades propias de su socialización, esta inseguridad las lleva a tener un menor grado de autonomía que los varones, de los que se les enseña a depender.

La autoestima y seguridad en sí mismas es un elemento básico para conseguir la autonomía personal, necesaria para la toma de decisiones, especialmente si esas decisiones implican una ruptura con el rol femenino tradicional.

Según Marcela Lagarde (1999), podemos hablar de, al menos cuatro tipos de autonomía a conquistar por las mujeres: autonomía física, autonomía económica, autonomía política y autonomía sociocultural.

Siguiendo a Marcela Lagarde, las condiciones para el empoderamiento son:

- Tener poder de decisión propio.
- Tener acceso a información y recursos para tomar decisiones apropiadas.
- Tener una gama de opciones donde escoger.
- Habilidad para ejercer la asertividad en la toma de decisiones.
- Mejorar la autoestima y adquirir seguridad en sí mismas.
- Desarrollar la autonomía personal.

8. Herramientas para trabajar la prevención

8.1. Alfabetización audiovisual

A pesar de los avances en materia de igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres:

- Perviven creencias y estereotipos que identifican comportamientos y roles diferenciados para ellas y ellos.
- Medios audiovisuales, TV, cine, series, videojuegos, música, moda y publicidad siguen enviando el mensaje a las chicas: “vales más si eres más sexy”.
- Las idealizaciones sobre el amor y las relaciones de pareja pueden hacer que las relaciones adolescentes sean dependientes y el control esté normalizado y justificado como una forma de amor.
- Los estereotipos y creencias sobre las relaciones sexuales, siguen considerándolas a ellas responsables de decir no y permiten que ellos puedan no escucharlo.
- La confluencia de modelos de referencia tradicionales con prácticas modernas y diferentes, hace que las chicas no perciban la violencia como tal y se echen la culpa en la mayoría de los casos.
- Para hacer frente a los estereotipos que se transmiten a través de los distintos agentes de socialización, necesitamos

favorecer la alfabetización audiovisual. Es decir, tenemos que abordar desde un punto de vista crítico aquello que se nos ofrece ya sean textos escritos o productos televisivos o en redes sociales, es pues una labor fundamental de la familia, de la escuela y de otros ámbitos educativos. Tendremos que reflexionar y hacer reflexionar sobre:

- Qué modelos de relaciones estamos reproduciendo. Bien con nuestro ejemplo, en los libros que recomendamos y regalamos, en las películas que vemos y que ven, transmitimos mensajes que refuerzan los mitos del amor romántico.
- La asimetría de papeles de hombres y mujeres en los modelos de relaciones que reproducimos.
- Qué perspectivas y argumentos podemos ofrecer para mostrar relaciones basadas en la libertad, la responsabilidad compartida y la autonomía de todas las partes.

8.2. Escuelas de familias

Para prevenir comportamientos de riesgo en la adolescencia es necesario abordar de manera consciente temas que no siempre resultan cómodos, que pueden generar conflictos y que son difíciles de gestionar.

Suele existir miedo y desconocimiento para tratar temas relacionados con los comportamientos de riesgo. Hablar no es

incitar, y desde el silencio también educamos, pero quizás no en el sentido que nos gustaría.

Hay temas que interesan a niños y niñas, conceptos nuevos que escuchan en sus contextos y sobre los que surge curiosidad y que tenemos que aclarar sin miedos. Debemos ofrecer información y formación de calidad, y adaptada a sus edades, pero es mejor que la obtenga de fuentes fiables y adecuadas. No es fácil mantener información oculta por mucho tiempo en la era de la información.

Es necesario establecer límites, desaprobamos comportamientos, tener conflictos y gestionarlos, pero es básico que la comunicación no se interrumpa. El apoyo incluso ante conductas que desaprobamos es básico.

En caso de que identifiquemos comportamientos inadecuados, generar un clima de prohibiciones, drama y conflictos mal resueltos, acaban generando desconfianza. Y es básico que la confianza con familiares y profesorado se mantenga, para que en situaciones de peligro no tengan miedo a solicitar nuestra ayuda.

Las familias deben hacer frente a un problema fundamental que limita su papel como agente socializador o educativo: a diferencia de lo que ocurría en generaciones anteriores, muchas madres y padres encuentran dificultades para construir un discurso y una visión propia de la vida que transmitir (Sánchez Pardo, 2012).

Numerosas familias no desean reproducir los estilos educativos autoritarios en los que vivieron y les gustaría poner en práctica nuevos modelos más igualitarios y dialogantes, pero no tienen referentes. Existen iniciativas que pueden ayudarnos a mejorar nuestras estrategias pedagógicas, las escuelas de familias y otros espacios de encuentro entre familias y profesionales de la educación social pueden servir para diseñar acciones que responden a la necesidad de buscar nuevos modelos educativos y herramientas comunicativas y prácticas, acordes a esos modelos.

Sin embargo, implicarse, participar es básico para que estos proyectos puedan funcionar. Son necesarias estrategias que impliquen a toda la comunidad educativa, pero para ello es necesario el compromiso de todos los agentes.

Más información:

LA PREVENCIÓN FAMILIAR DE LAS ADICCIONES DESAFÍOS Y OPORTUNIDADES DE LAS ESTRATEGIAS DE CALIDAD

https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/2022_DGPNSD_InformePrevencionFamiliarAdicciones.pdf

Webinar 'La comunicación en la familia como herramienta de prevención'. Carmen Caballero.

<https://www.youtube.com/watch?v=MXs2SmABLRE>

9. Bibliografía

Ángeles Rubio Gil y Marina Carlota Sanz-Díez de Ulzurrun Lluch.

(2018) Violencia sexual contra las mujeres jóvenes: construcción social y autoprotección. Revista de estudios de juventud. junio 18 | nº 120. [Disponible en http://www.injuve.es/sites/default/files/2018/47/publicaciones/3._violencia_contra_las_mujeres_jovenes._construccion_social_y_autoproteccion.pdf].

Elena Rodríguez San Julián Ignacio Megías Quirós (2015) ¿Fuerte como papá? ¿Sensible como mamá? Identidades de género en la adolescencia. Centro Reina Sofía de Madrid. [Disponible en http://www.adolescenciayjuventud.org/archivos/documentos_contenidos/73896_2.identidades-de-genero-resumen.pdf].

Encuesta sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias en España (Estudes), 1994-2018. Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Delegación de Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Secretaría de Estado de Servicios Sociales. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.

Emma Puig Ilse Zuleta Sarabia Ximena Humerez Irusta (Coord.) (2011).

Masculinidades. Solidaridad Internacional Bolivia. [https://www.alianzaporlasolidaridad.org/wp-content/uploads/Masculinidades_andina.pdf].

Grupo Técnico de Trabajo del Protocolo Común de actuación sanitaria ante la Violencia Sexual y Comisión contra la Violencia de Género del Consejo Interterritorial (2022). Pautas básicas comunes del SNS para la actuación sanitaria ante casos de agresión a mujeres por objeto punzante ("pinchazo") en contextos de ocio https://violenciagenero.igualdad.gob.es/profesionalesInvestigacion/sanitario/docs/Agresion_Pinchazo_GrupoProtocoloVSexual_19_08_2022.pdf

Jéssica Domínguez y Jone Otero (2018). Guía didáctica Construyendo feminidades y masculinidades alternativas, diversas e igualitarias. UNESCO Etxea [Disponible en http://www.unescoetxea.org/dokumentuak/guia_fem.pdf].

Lorenzo Sánchez Pardo (2012). Prevención del consumo de alcohol y otras drogas en espacios de ocio. Diputación de Alicante.

Marcela Lagarde. (1999). Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres.

Marisa Rebolledo Descamps (2014). Rompiendo moldes. Guía de orientación y empoderamiento para mujeres que eligen profesiones masculinizadas. Gobierno de Extremadura, Consejería de Salud y Política social.

Obervatorio Noctámbul@s (2018). 5º Informe Anual 2017-2018. Barcelona. [<https://www.drogasgenero.info/noctambulas/informes/>]

Patricia Martínez Redondo (2019). Uso de drogas, adicciones y violencia desde perspectiva de género. Revista infonova. Primer semestre 2019/nº 35.

Sonia Cruz, Yolanda Trigueros y Rebeca Álvarez. (2014). El poder de los mitos de la violencia sexual. Periódico Saber más. Violencia contra las mujeres.

Raquel Cantos Vicent (Coord.) (2016). Hombres, Mujeres y Drogodependencias. Explicación social de las diferencias de género en el consumo problemático de drogas. Fundación Atenea. [Disponible en: <http://www.pnsd.msrebs.gov.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/Hombres-mujeres-y-drogodependencias.pdf>].

Rober Connell (1998) en Masculinidades y Equidad de género en América Latina. Teresa Valdés y José Olavaria (eds.). Chile: Flacso/ Chile - Fondo de Población de Naciones Unidas.

Financiado por:



**CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES
Y MADRES DEL ALUMNADO**

Puerta del Sol, 4 y 6º A | 28013 MADRID | Teléfono 91 701 47 10
ceapa@ceapa.es | www.ceapa.es