

Ayuda en caso de episodios de violencia sexual

La violencia sexual puede ocurrir en todas partes y siempre es injusta, ¡en todas partes!
Las organizaciones de weltwärts trabajan activamente contra la violencia sexual.



weltwärts 

¿De verdad lo que me ha pasado es violencia sexual?

Entendemos por violencia sexual:

Violación (o intento de violación): penetración o intento de penetración no deseada en orificios corporales con partes del cuerpo u objetos.

Agresión sexual (o intento): obligar a una persona a llevar a cabo actos sexuales con violencia o bajo coacción.

Abuso sexual: actos sexuales con personas dependientes (niños y niñas, subordinados y subordinadas, personas que no pueden defenderse, por ejemplo, bajo el efecto de drogas narcóticas).

Acoso sexual:

- Contacto corporal no deseado de carácter sexual.
- Miradas, palabras o gestos obscenos, insinuaciones sexuales no deseadas, también por teléfono, mensajes o correo electrónico.

Decisivo es cómo se siente la persona afectada: la sensación de que se han traspasado y agredido sus límites personales.

La agresión es siempre obra del autor o autora. Las personas afectadas por violencia sexual no tienen ninguna culpa.

Consecuencias para la salud física y mental

Consecuencias psíquicas:

- Gran inseguridad; la pregunta de si se ha hecho algo mal; sentimientos de culpa y vergüenza.
- Retraimiento: el intento de olvidar y luchar solo/a contra lo ocurrido, dudas sobre uno/a mismo/a y odio contra la propia persona.
- Comportamientos autodestructivos (por ejemplo, cortes dolorosos en la piel), para relajar las tensiones interiores.
- Traumas psíquicos: miedos, rabia e irritabilidad, trastornos del sueño y pesadillas, abatimiento e indiferencia, flashbacks (volver a vivir la situación de violencia).

¡Estas son reacciones normales a una experiencia anormal!

Posibles consecuencias físicas en caso de violación:

- Lesiones
- Embarazo no deseado
- Infección de VIH, enfermedades venéreas o hepatitis
- Trastornos de la menstruación

Se requiere una acción rápida

Después de una violación un tratamiento médico rápido es importante. La profilaxis contra el VIH (PEP) y la contracepción de emergencia (píldora del día después) deben tomarse en un plazo de 48 horas. Un anticonceptivo de emergencia no provoca un aborto, sino que evita que se fecunde el óvulo y, por tanto, el embarazo. No interrumpe ni daña un embarazo ya existente.

Para obtener pruebas: En la mayoría de los casos, las huella o signos existentes tan solo pueden demostrarse en un plazo de 24 horas, si bien pueden conservarse durante más tiempo. La obtención de huellas puede (no siempre) estar asociada a la obligación de presentar una denuncia.

Denuncia, ¿sí o no?

El presentar o no una denuncia en caso de violación, agresión o acoso sexual (o intentos) es tan solo tu decisión. Nadie debe ejercer presión al respecto.

No siempre es fácil tomar esta decisión. Pueden asesorarte las organizaciones que aparecen indicadas más abajo.

En cuanto a la situación legal en Alemania, encontrarás información, por ejemplo, en las organizaciones locales de mujeres (también si eres un hombre afectado). Por principio, la Ley General de Igualdad de Alemania (AGG) te protege contra la discriminación por sexo o identidad sexual. Las agresiones sexuales son delitos sancionados en Alemania. La policía persigue las denuncias.

¡Busca ayuda! ¡No estás solo/a!

En un entorno no familiar, como el servicio de voluntariado en Alemania, tratar con estos episodios puede ser especialmente difícil. Por ejemplo, puedes dirigirte a tus interlocutores o interlocutoras en la organización de acogida local, a tu centro de trabajo o a tu organización de envío. Las organizaciones más grandes cuentan con una responsable de igualdad de género (en alemán: Gleichstellungsbeauftragte) que podrá ser un primer punto de partida, por ejemplo, en caso de molestias en el lugar de trabajo.

- Las organizaciones de acogida pueden establecer contactos con organizaciones locales (de mujeres) que te proporcionarán una amplia asistencia.
- El seguro médico legal de Alemania asume los costos de ayuda psicológica y médica. Tu organización de acogida te apoya.

Resulta importante comunicar estos incidentes a la organización de acogida o de envío, también el acoso sexual, para que estas puedan actuar para protegerte.



Opciones de asistencia anónima y gratuita

Además existen las siguientes opciones de obtener asistencia anónima y gratuita:

Asistencia telefónica

Asistencia anónima 24 horas: 0800 116 016

Línea de atención BIG: +49 (0)30 611 0300 (8.00–23.00 h)

Asistencia online por correo electrónico o chat

www.hilfetelefon.de

<https://big-hotline.beranet.info/e-mailberatung.html>

Centros de asistencia en Alemania

General:

www.frauen-gegen-gewalt.de/organisationen.html

Para hombres:

www.tauwetter.de o consultar en la BIG-Hotline

Para personas trans:

www.trans-nrw.de

Centros de asistencia a nivel global

www.hotpeachpages.net

Si al principio no quieres hablar con nadie

Presta atención si te sientes seguro o segura en tu entorno, busca contactar a personas de confianza y piensa qué cosas te han ayudado especialmente.

Si en unas cuatro semanas no estás mucho mejor, deberías buscar asistencia psicológica.



Engagement Global gGmbH
Service für Entwicklungsinitiativen

Friedrich-Ebert-Allee 40
53113 Bonn

Teléfono: +49 228 20 717-0
E-mail: sekretariat@weltwaerts.de
Sitio web: www.engagement-global.de
www.weltwaerts.de

Envía cualquier sugerencia de mejora
para este folleto a
sekretariat@weltwaerts.de

ENGAGEMENT
GLOBAL

Service für Entwicklungsinitiativen



Por encargo de



Ministerio Federal de
Cooperación Económica
y Desarrollo