



# ¿Qué es la violencia sexual?

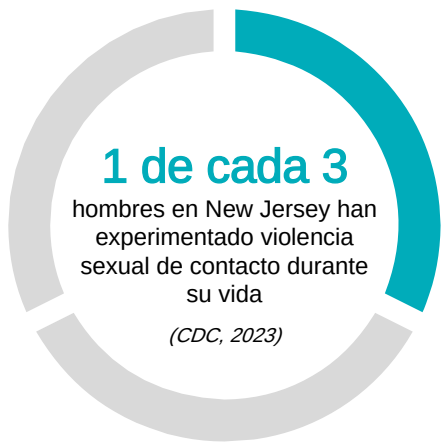
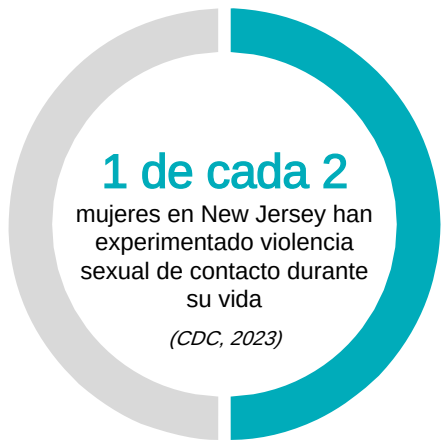
La violencia sexual es cualquier tipo de interacción sexual indeseada, que va desde comentarios sexuales indeseados hasta la agresión sexual. La violencia sexual puede ser un solo acto o situación, o una serie de eventos no verbales, verbales y físicos que hacen que una persona sienta miedo o se sienta en peligro. Es importante tener en cuenta que **cualquiera puede ser víctima de la violencia sexual u ocasionarla, independientemente de su edad, raza, origen étnico, género, religión, geografía, capacidad, apariencia, situación sentimental, orientación sexual e identidad de género.**

## PREVALENCIA Y CAUSAS

Aproximadamente 1 de cada 2 mujeres y 1 de cada 3 hombres en New Jersey experimentan violencia sexual de contacto durante su vida.<sup>1</sup> Aunque estas estadísticas demuestran que la violencia sexual es, desafortunadamente, un problema muy común y generalizado, muchas personas permanecen calladas al respecto debido a factores como el estigma social y cultural, la vergüenza y el miedo a ser juzgadas, todo lo cual tiene su origen en formas de opresión.

Otras formas de opresión, como las normas de género inflexibles, la masculinidad tóxica y la supremacía blanca, contribuyen al problema continuo de la violencia sexual, ya que estos constructos condonan la violencia y permiten de manera activa la violencia y el daño, sobre todo contra aquellos históricamente marginalizados y las identidades minoritarias, como las personas con discapacidades; las personas negras, indígenas y de color (BIPOC), y los miembros de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, queer, indefinidos y más (LGBTQ+), quienes enfrentan índices desproporcionados de violencia sexual y mayores obstáculos para acceder a la atención.

*Cualquiera puede ser víctima de la violencia sexual u ocasionarla, independientemente de su edad, raza, origen étnico, género, religión, geografía, capacidad, apariencia, situación sentimental, orientación sexual e identidad de género.*



# CÓMO PUEDE VERSE LA VIOLENCIA SEXUAL

La violencia sexual puede ocurrir de muchas maneras, incluyendo a través de la fuerza, amenazas, manipulación o coerción. A menudo, debido a las conductas y los estereotipos dañinos que normalizan la violencia, puede que las personas no se den cuenta de que una experiencia pasada o presente se considere violencia sexual. Entre muchas otras experiencias, la violencia sexual puede verse de la siguiente manera:

- Una pareja que le pide de manera reiterada participar en actos sexuales incluso cuando usted se niega. Siguen pidiéndolo y, al final, usted acepta porque siente que el otro no va a aceptar una respuesta negativa.
- Recibir fotografías con contenido sexual explícito o mensajes electrónicos (como en redes sociales o través de mensajes de texto) sin su consentimiento.
- Aceptar participar en un acto sexual con el uso de condón, pero su pareja entonces se lo quita sin que usted lo sepa o esté de acuerdo (también conocida como “stealthing” en inglés).
- Otra persona que hace chistes o comentarios inapropiados relacionados con el sexo o las partes íntimas del cuerpo.
- Una persona que inicia una actividad sexual con usted mientras usted está discapacitado/a o intoxicado/a con sustancia como drogas o alcohol.
- Cualquier contacto sexual con un niño por debajo de la edad legal para dar su consentimiento.

## EFECTOS

Las respuestas ante la violencia sexual varían significativamente, y es importante tener en cuenta que no hay una manera “correcta” para transitar el trauma. Tras un evento traumático, los sobrevivientes pueden experimentar efectos físicos (como moretones, infecciones de transmisión sexual y cambios en los patrones de alimentación y sueño), efectos psicológicos (como depresión y ansiedad) y efectos emocionales (como sensaciones de rabia, vergüenza y miedo), entre otras respuestas.<sup>2</sup> Estos factores pueden resultar en otros efectos a largo plazo, como consumo de sustancias, conductas sexuales arriesgadas y problemas laborales por motivos como la necesidad de más tiempo libre, una desmejora en el rendimiento o la incapacidad de trabajar.<sup>3</sup>

Aunque los sobrevivientes pueden verse profundamente afectados por la violencia sexual, es importante recordar que, con apoyo, ellos pueden tener vidas plenas. La violencia sexual no define a una persona ni su futuro, pero puede influir en su manera de vivir en lo sucesivo.

## TODOS DEBEMOS PONER DE NUESTRA PARTE

**La violencia sexual se puede prevenir.** Al hablar de las manifestaciones de la opresión y tomar medidas contra todas sus formas, podemos detener la violencia sexual antes de que ocurra. Sin embargo, esto exige que *todos* pongamos de nuestra parte. La violencia sexual es un problema comunitario, no un problema individual, y todos compartimos la responsabilidad de crear comunidades más seguras al promover el respeto, el consentimiento y las relaciones saludables.

---

## REFERENCIAS

<sup>1</sup>Smith, S. G., Khatiwada, S., Richardson, L., Basile, K. C., Friar, N. W., Chen, J., Zhang Kudon, H., & Leemis, R. W. (2023). The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey: 2016/2017 state report. Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Injury Prevention and Control. <https://www.cdc.gov/nisvs/documentation/NISVS-2016-2017-State-Report-508.pdf>

<sup>2</sup>National Sexual Violence Resource Center. (sin fecha). Impact of sexual violence [PDF]. National Sexual Violence Resource Center. [www.nsvrc.org/sites/default/files/NSVRC\\_Publication\\_Factsheet\\_Impact-of-sexual-violence.pdf](http://www.nsvrc.org/sites/default/files/NSVRC_Publication_Factsheet_Impact-of-sexual-violence.pdf)

<sup>3</sup>Centers for Disease Control and Prevention. (sin fecha). Sexual violence: Facts at a glance. U.S. Department of Health and Human Services. [https://www.cdc.gov/sexual-violence/about/index.html#cdcreference\\_10](https://www.cdc.gov/sexual-violence/about/index.html#cdcreference_10)

**nj coalition**  
against sexual assault

© New Jersey Coalition Against Sexual Assault 2024. New Jersey Coalition Against Sexual Assault (NJCASA) es la organización estatal de defensa y desarrollo de capacidades que representa a 21 centros condales contra la violencia sexual de New Jersey, a la Oficina de Prevención de la Violencia y Asistencia a las Víctimas de la Universidad de Rutgers (New Brunswick), y a un grupo de organizaciones culturalmente específicas.