

Hay salida...

Este manual está diseñado para brindarle información útil en aspectos tanto emocionales como físicos; le ofrece algunas recomendaciones sobre qué hacer y cómo buscar apoyo, protección y justicia ante un hecho de violencia sexual.

En la actualidad se reconoce que la violencia sexual es una violación a los derechos humanos, y constituye uno de los delitos más graves de nuestra sociedad porque ultraja y violenta la integridad de la persona.

Nuestras leyes castigan todas sus manifestaciones y, por lo tanto, las autoridades policiales, las del Ministerio Público y las de los juzgados, están en la obligación de atenderla adecuadamente y proceder judicialmente contra el agresor o agresores.

¿Qué es violencia sexual?

La violencia sexual contra niñas, niños y mujeres es una de las más crueles expresiones del poder masculino en sociedades como la hondureña donde el hombre se otorga el derecho de decidir sobre el cuerpo de la niña, del niño, de la adolescente o de la mujer por considerarlo de su propiedad. Aquí no importa la edad, relación de afecto, amistad o cercanía que el agresor sexual pueda tener con la persona agredida.

La violencia sexual es, en primer lugar, un problema de **abuso de poder**. Se refiere al “poder” que tiene un agresor sobre una persona y que pone a ésta indefensa ante el abuso sexual. Las posibilidades que ella tiene de protegerse en el momento de la agresión son escasas o nulas. Y cuando se dan estos hechos nadie

puede decir que existe consentimiento o igualdad de condiciones entre víctimas y agresores.

La violencia sexual es, entonces, una diversidad de actos de tipo sexual que de alguna forma someten la voluntad de una persona y atentan contra su integridad física, emocional o sexual.

¿Cómo se manifiesta la violencia sexual?

Se manifiesta a través de comportamientos o acciones de tipo sexual que ejerce una o varias personas en contra de la voluntad de la otra u otras personas. Con estos actos el agresor busca degradar, expresar su control y poder, usando la fuerza física o la intimidación como las amenazas, chantajes o el engaño.

No siempre hay violencia física o amenazas con arma. La intimidación emocional, el abuso de poder y de la confianza también son formas de violencia utilizadas por el agresor para lograr lo que quiere.

La violencia sexual se expresa a través de varios tipos de conductas o expresiones violentas que en nuestra ley penal se conocen como delitos sexuales y que consisten en los siguientes¹:

- *Violación*: Es el acceso carnal con persona de uno u otro sexo mediante violencia o amenaza de ocasionarle al sujeto pasivo, al cónyuge de éste o compañero de hogar o a uno de sus parientes dentro del cuarto grado de consanguinidad, segundo de afinidad, un perjuicio grave o inminente (Artículo 140 del Código Penal).
- *Actos de Lujuria*: Los comete aquella persona que valiéndose de las condiciones o empleando otros medios hace víctima a otra u otras personas de actos sexuales distintos del carnal (Artículo 141 del Código Penal). Ejemplos: Manoseos, frotamientos, los actos de masturbación contra

¹ Se utiliza sólo la parte de las definiciones del Código Penal de una forma sencilla para facilitar su comprensión; no se incluyen las modalidades que existen dentro de algunos delitos.

el cuerpo de otra persona, tocar los genitales, introducción del pene en la boca.

- *Estupro:* Es el acceso carnal con persona mayor de 14 años y menor de 18 años utilizando la confianza, jerarquía o autoridad y el engaño (Artículo 142 del Código Penal). Ejemplo: Un hombre mayor de 21 años que, abusando de la confianza que le tiene una familia, seduce y tiene relaciones sexuales con la adolescente de 17 años de la casa.
- *Incesto:* Es el acceso carnal con ascendientes (padres) o descendientes (hijos), entre hermanos, o en relación entre adoptante y adoptado, con madrastra o padrastro (Artículo 143 del Código Penal). Ejemplo: Un padre o padrastro que tiene relaciones sexuales con su hija o hijastra.
- *Rapto:* Lo comete quien con fines de carácter sexual y mediante fuerza, intimidación o engaño, sustrae o retiene a una persona (Artículo 144 del Código Penal). Ejemplo: Un hombre que se lleva a una mujer lejos de su familia para tener

relaciones sexuales con ella y que para lograrlo utiliza engaños como decirle que se van a casar o que se va a matar si ella no se va con él o que le va a hacer algún daño a ella o a sus familiares.

- *Acoso u hostigamiento sexual*: Quien valiéndose de una situación de superioridad laboral, administrativa o académica, cause a la víctima inestabilidad laboral o académica como represalia al rechazo de actos indecorosos realizados a través de insinuaciones o solicitudes de carácter sexual para sí o para otro (Artículo 147-A del Código Penal). Ejemplo: Un maestro de un colegio que aplaza a una alumna si ella no acepta sus deseos sexuales.

- *Proxenetismo*: Quien promueva, induzca, facilite, reclute o someta a otras personas a relaciones sexuales y reciba por esta razón un pago o remuneración económica (Artículo 148 del Código Penal). Ejemplo: La dueña de un merendero a la que los clientes le pagan para que les consiga muchachas para tener relaciones sexuales.

- *Trata de Personas:* Quien facilite, promueva o ejecute el reclutamiento, la retención, el transporte, el traslado, la entrega, la acogida o la recepción de personas, dentro o fuera del territorio con fines de explotación sexual comercial (Artículo 149 del Código Penal). Ejemplo: Una menor de edad que mediante engaños es llevada lejos de su familia a un lugar desconocido para convertirla en objeto de abusos sexuales.
- *Pornografía:* Cualquier representación material –visual o auditiva- por cualquier medio, de una persona menor de edad involucrándola en actividades sexuales (Artículo 149-D del Código Penal). Ejemplo: Las fotos de un menor de edad, niña o niño, que reflejan una conducta sexual.

¿Por qué no hablamos de la violencia sexual

En nuestro país es común que las víctimas de violencia sexual y sus familiares callen o encubran estos actos. La persona sobreviviente de violencia sexual o sus familiares se quedan calladas por:

- El miedo o temor que provoca las amenazas del agresor.
- El temor a no ser creída, incluso por personas cercanas.
- El temor a provocar dolor o problemas a la familia cuando ésta se entere.
- El temor al rechazo social o a ser señalada.
- El temor a ser culpada de haber provocado los actos de violencia sexual.

- La vergüenza que le dejan los hechos vividos.
- Porque al contar los hechos se vuelven a vivir los sentimientos del momento en que se dio la violencia sexual y una forma de protegerse es negarlos o evitar hablar de ellos.
- La poca confianza que se tiene en las instituciones del sistema de justicia como la policía, los encargados de la investigación, fiscales o jueces.

Piense que el silencio no le ayuda a superar lo que ha vivido y sólo favorece al agresor pues no recibe castigo por lo que le ha hecho: sus actos de abuso quedan en la impunidad.

¡Anímese a hablar!
**Ninguna mujer, adolescente,
niña o niño debe guardar silencio
ante la violencia sexual.**

Las mujeres, víctimas frecuentes

Toda persona está expuesta a enfrentar hechos de violencia sexual, no importa su sexo, edad, posición social, educación, raza o etnia.

Sin embargo, en la mayoría de los casos, las víctimas son mujeres adultas, adolescentes, niñas y niños.

Cualquier mujer, por el solo hecho de ser mujer, puede enfrentar actos de violencia sexual.

Le puede pasar a cualquier mujer ya sea niña, adulta, anciana, rica, pobre, blanca, negra, bonita o fea, gorda o delgada, casada o soltera.

Los hombres, mayores agresores

La mayoría de los agresores son hombres.

Esto se da porque nuestra sociedad permite que

los hombres sientan que tienen derechos sobre las mujeres o las personas más vulnerables o débiles como las adolescentes y las niñas o niños.

Casi toda la gente piensa que los agresores sexuales son personas desconocidas; pero la experiencia señala que **los agresores sexuales suelen ser personas conocidas o familiares** como el padre, padrastro, abuelo, primos, tíos, hermanos o personas muy cercanas a la familia como el novio, los vecinos y las amistades. Los agresores también se encuentran entre conocidos como vigilantes, maestros o jefes.

También es importante tener en cuenta que la violencia sexual no es ocasionada por problemas mentales. Lo común es que se trate de personas a las que se considera personas “normales”: esposos, padres de familia, maestros, empresarios exitosos, hijos de familias de alto nivel económico, etc.

Lo fundamental es saber que el **único responsable** de la violencia sexual es el **agresor** y que la **agredida** no tiene porque hacerse responsable del comportamiento de otra persona.

La violencia sexual se da en todas partes

Los actos de violencia sexual pueden ocurrir en cualquier lugar: en la casa de la víctima o de sus agresores, en la calle, en la escuela y centros de estudios o trabajo o en los sitios de recreación. Además, se pueden producir a cualquier hora del día o de la noche.

La violencia sexual se da en todas las clases sociales y en todos los niveles.

El daño que ocasiona la violencia sexual

La naturaleza agresiva de la violencia sexual se evidencia en el daño físico, emocional o sexual que se deja a la persona sobreviviente de la misma.

Los efectos y daños de los actos de violencia se dan, principalmente, sobre la sexualidad y la autoestima y conducen a desarrollar sentimientos de impotencia y de haber sido traicionada.

La gravedad y severidad del daño en violencia sexual dependerá en gran parte de los siguientes factores:

- De la magnitud de los actos de la agresión sexual.
- Del tipo de relación que se tiene con el agresor; por ejemplo, es más dañino que la agresión venga de alguien en quien se tiene

confianza o que está en la obligación de dar protección.

- Del tipo de personalidad de la sobreviviente o víctima.
- De la edad de la sobreviviente.
- De los contactos personales que la sobreviviente tenga después de la agresión.
- De las redes de apoyo con las que cuente la sobreviviente.
- De la percepción que la sobreviviente tiene sobre lo que vivió.

Las reacciones o secuelas de los actos de violencia sexual después del momento de la agresión varían y son diferentes en cada persona.

No hay un patrón único de respuesta o reacción ante la violencia sexual, no todas las personas reaccionan de la misma forma.

Las reacciones, sentimientos y conductas más comunes e inmediatas al evento de violencia sexual son:

- Miedos y temores.
- Desconfianza.
- Inseguridad.
- Disminución del apetito.
- Baja autoestima.
- Aislamiento.
- Preocupaciones sobre la seguridad personal y la de la familia.
- Insomnio o falta de sueño y /o pesadillas frecuentes.
- Tristeza y llanto frecuente.
- Problemas de concentración y atención.
- Bajo rendimiento estudiantil.

- Cólera e irritabilidad.
- Sentimientos de culpa.
- Ansiedad y angustia.
- Olvidos o problemas en la memoria.
- Vergüenza.
- Náuseas, dolores de cabeza, temblores corporales, malestares en todo el cuerpo.
- Fatiga o cansancio.
- Asco.
- Sentimientos de impotencia.

Las reacciones, sentimientos y conductas, que pueden durar mucho tiempo después de los hechos de violencia sexual, no desaparecen espontáneamente y, por lo general, requieren atención emocional, psicológica o psiquiátrica de una o un profesional. Algunas de estas reacciones son:

- Depresión.
- Fugas del hogar o del trabajo.
- Huir de algo pero no estar consciente de qué se está huyendo o evitando ese algo.
- Problemas relacionados a la sexualidad como múltiples parejas sexuales, embarazos no deseados y adolescentes, infecciones de transmisión sexual, VIH-SIDA, incapacidad de disfrutar las relaciones sexuales y prostitución.
- Conductas autodestructivas como el abuso de drogas, alcohol, las ideas e intentos suicidas y la auto-mutilación.
- Pánico.

- Miedo intenso ante situaciones concretas.
- Desórdenes alimenticios.
- Miedo y rechazo generalizado a lo hombres.

La recuperación es posible

Los diferentes actos de la violencia sexual son experiencias difíciles de olvidar.

Sin embargo, es posible recuperarse aunque esto lleve tiempo. Para lograrlo, va a necesitar muchos tipos de ayuda de parte de sus familiares o amistades y de profesionales.

Si usted es una sobreviviente de violencia sexual, es víctima de un delito y de una injusticia.

Merece todo el apoyo que necesite y las instituciones del Estado están en la obligación de dárselo.

¡No se rinda, no caiga en el aislamiento y la desesperación, puede seguir adelante!

Recomendaciones para las víctimas de violencia sexual

Recuerde que el primer paso es hablar, es romper con el silencio.

- Busque apoyo en las personas que la rodean o en las que tenga confianza. Lo necesita y se lo debe.
- Recuerde que sentimientos como la cólera, culpa, vergüenza y los miedos son normales en su situación. Por eso es muy importante que hable de ellos ya que esto le permitirá desahogarse así como enfrentarlos y superarlos.
- Tenga presente que no es culpable de lo que le ha pasado y que nadie tiene el derecho de hacerle pasar por esta experiencia.

- Piense que no es la única persona que ha pasado por esto y que, como otras, podrá salir adelante.
- No deje de pensar que tiene un gran valor como persona y que merece que se haga justicia, es su derecho.



Lo que debe tomar en cuenta en el momento de la denuncia:

1. Denuncie ante la posta policial más cercana o de forma directa en cualquier oficina del Ministerio Público.
2. En el Ministerio Público deberán recibir su denuncia y remitirla a la Fiscalía del Menor o de la Mujer. Si estas Fiscalías no existen en su municipio, cualquier Fiscalía tiene la obligación de atenderla.
3. Al presentar la denuncia, haga lo posible porque la acompañe una persona de su confianza para que la apoye.

4. Anote en un cuaderno u hoja toda la información que va recibiendo o las inquietudes que le vayan surgiendo. Es muy importante anotar los nombres de las personas que la atienden y los horarios de trabajo de éstas; pida los números de teléfono de las distintas oficinas a las que acuda.
5. Exija que le tomen la declaración en privado.
6. Lo más indicado es que acuda inmediatamente a poner su denuncia. Si cuando tome su decisión ya ha pasado un tiempo (horas, días, meses, años) será más difícil contar con pruebas pero no imposible; existen muchas formas de probar las agresiones sexuales y, además, mucho depende del tipo de violencia sexual y de la forma en que traten su caso en las oficinas a las que acuda.
7. Nadie puede exigirle testigos. Los operadores de justicia (policías, fiscales o agentes de investigación y jueces) tienen la obligación

de saber que los delitos sexuales ocurren la mayor parte de veces sin la presencia de testigos.

8. Cualquier prueba es importante para que prospere una denuncia o acusación; por lo tanto, no debe asearse, bañarse, hacerse duchas vaginales, no tome medicinas, no lave la ropa y guárdela. Cuénteles a las personas que tenga cerca lo que le ha pasado y pida que la acompañen.
9. Proporcione toda la información que tenga sobre el agresor como su aspecto, estatura, color de piel, ojos, tipo de cabello o vestimenta. Trate de explicar los hechos tal como se dieron y los recuerda. Piense en los posibles testigos y demás detalles que puedan ayudar a aclarar el hecho.
10. No tiene obligación de brindar información sobre aspectos de su vida sexual o personal que no estén relacionados con los actos de violencia sexual.

11. La Fiscalía que la atienda debe remitirla, sin demora, a la Dirección General de Medicina Forense o adonde se ejerzan estas funciones en los municipios.
12. En Medicina Forense le harán un examen médico, psicológico y psiquiátrico. Además, deben hacerle pruebas de enfermedades de transmisión sexual, VIH/SIDA y de embarazo.
13. En todo el proceso de denuncia, usted y las personas que la apoyan tienen el derecho de ser informadas sobre cualquier decisión que tomen las autoridades y de lo que pueden hacer si no están de acuerdo.
14. Después de presentar la denuncia, acuda inmediatamente al hospital o centro de salud más cercano para que le atiendan las lesiones y le den tratamiento.
15. Para evitar un embarazo producto de la agresión sexual, puede acudir a los Centros de Salud, Hospitales Públicos

u organizaciones de mujeres, a solicitar la píldora de anticoncepción de emergencia (PAE). Este tratamiento sólo tiene efecto si se realiza **dentro de las 72 horas** después de la violación u otro tipo de violencia sexual.

16. Llame a la línea de emergencia 114 de la Policía Nacional para más información.
17. Llame o acuda a una organización de mujeres como el Centro de Derechos de Mujeres.

Sus derechos

Una persona que acude al sistema de justicia tiene derechos y deben de ser respetados por la Policía, el Ministerio Público o los Fiscales, los Jueces y los Agentes de Investigación.

- Los que la atiendan deben respetar su dignidad personal.
- Deben tratarla como víctima de una agresión sexual, independientemente del tipo de relación que tenga con el agresor.
- Le deben la misma consideración e importancia que le dan a otros delitos. Los delitos sexuales son delitos graves por los daños que ocasionan.
- Cada que vez que lo solicite, los que la atiendan tienen el deber de darle información

sobre sus derechos, el procedimiento a seguir, el estado de sus trámites y otros apoyos.

- Acceso a apoyo legal, médico y emocional.
- Exigir que su nombre e identidad sean manejados con privacidad.
- A que no la confronten con el o los agresores.

No permita que la violencia sexual no se castigue o quede impune.

La importancia de denunciar

- La violencia sexual, en cualquiera de sus manifestaciones, constituye un **DELITO y el delito hay que denunciarlo.**
- Con la denuncia tiene la posibilidad de protegerse y prevenir que le causen más daño. Al mismo tiempo estará protegiendo a otras personas, como sus familiares, para que no agraven la situación acudiendo, por ejemplo, a la venganza.

- La denuncia puede contribuir a su proceso de recuperación.
- Con la denuncia contribuye a que el Gobierno y la sociedad tomen conciencia de la gravedad del problema y desarrollen acciones para eliminar la violencia sexual contra las mujeres.

No se dé por vencida

Vivimos en una cultura donde domina la forma de pensar de los hombres; esta situación fomenta la creencia de que los hombres son dueños de las mujeres, adolescentes, niñas y niños. Este pensamiento todavía se encuentra en mucha gente y lo más probable es que va a tener que lidiar con estas personas.

Por otro lado, tenemos un sistema de justicia que ha tratado en forma deficiente los delitos sexuales contra las mujeres y no es raro que tenga que enfrentarse a actitudes de cuestionamiento en el momento de la denuncia. Pero no se desespere porque algunas cosas van cambiando y mejorando a favor de las mujeres.

No se dé por vencida, recuerde que en el lugar donde vive hay personas que pueden entenderla y que están dispuestas a apoyarla. Busque apoyo y lo encontrará. Quizá no reciba todo el que se merece, pero siempre encontrará a alguien que sabrá escucharla y estar a su lado. No está sola.

... quiero expresar mi sentir, y creo que ni diez, ni veinte años, ni todo el tiempo del mundo podrá reparar el daño, el sufrimiento, el tiempo perdido, las cosas dejadas de vivir, la felicidad apartada, las sonrisas interrumpidas.

Pero también creo que esta experiencia debe servir para otras tantas mujeres que se encuentran en casos iguales o peores que el mío, para que se den cuenta que sí se puede, que no hay marcha atrás, que hay que atreverse a denunciar, que es Tiempo de Hablar. (sobreviviente de una violación)

Lugares donde puede recibir apoyo

- Centro de Derechos de Mujeres,
Tegucigalpa: 221-0459 y 221-06-57
San Pedro Sula: 552-84-98 y 553-49-79.
- Fiscalía Especial de la Mujer
del Ministerio Público:
 - Tegucigalpa: 221-56-20 al 36
 - San Pedro Sula: 556-68-87
 - Choluteca: 882-59-85 y 882-69-30.
- Dirección General de Investigaciones
Criminales:
 - Tegucigalpa: 220-18-44 y 220-18-45
 - San Pedro Sula: 556-52-12 al 18
 - La Ceiba: 441-40-86
 - Choluteca: 882-44-30 al 32.

- Comisionado Nacional de Protección de los Derechos Humanos, Tegucigalpa: 235-76-97 y 235-35-32.
- Líneas de Emergencia de Policía Nacional: 114 y 199.
- Oficina Municipal de la Mujer de su comunidad.
- Juzgados de Paz y de Letras de su comunidad.
- Cualquier organización de mujeres.

Notas

Producido por el Programa del CDM
de Prevención y Atención a la Violencia
contra las Mujeres

Este manual fue hecho posible gracias al apoyo
de ACSUR Las Segovias y a la Agencia Española de
Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID)

Diseño gráfico: Comunica

