

# IGUALES EN DIGNIDAD

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL  
CONTRA LAS MUJERES



# PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA INTIMA

Dra. ELVIRA MÉNDEZ MÉNDEZ

JORNADA IGUALES EN DIGNIDAD

21 DE NOVIEMBRE DE 2025

PATI MANNING, BARCELONA

VIOLENCIA SEXUAL ES TODO ACTO SEXUAL REALIZADO **CONTRA LA VOLUNTAD** DE UNA PERSONA, CUANDO NO HAY CONSENTIMIENTO O NO PUEDE HABERLO PORQUE LA PERSONA ES UNA NIÑA O NIÑO, O ESTA DESMASIADO EBRIA O INCONSIENTE

# LAS CIFRAS DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- En España, 1.125.000 mujeres (6,7%) han padecido violencia sexual de su pareja a lo largo de la vida (Encuesta Europea de Violencia de Género, 2022).
- En España, 755.597 mujeres (4,5%) han padecido violencia física y/o sexual de su pareja a lo largo de los últimos cinco años (Encuesta Europea de Violencia de Género, 2022).
- Suecia, Escocia, Irlanda del Norte e Inglaterra y Gales registran el número más alto de delitos sexuales violentos y la violación sexual es más elevada en Inglaterra y Gales y Suecia (Encuesta Europea de Violencia de Género, 2022).
- En los últimos diez años (2014-2024) la violencia contra las mujeres en Europa apenas ha variado: Una de cada tres mujeres ha sido víctima.

# LAS CIFRAS DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- En España, el porcentaje de violaciones sexuales de pareja (7,8%) es más de tres veces superior a las que se sufrieron fuera de la pareja (2,2%) (Fuente: Intern J. Environ Res. Public Health 2022 19 (03)).
- En España, las características sociodemográficas más prominentes de las víctimas de violencia física y/o sexual de pareja son: 1) Tener una discapacidad 2) Haber nacido en un país extracomunitario 3) Nivel de instrucción ESO o inferior 4) El agresor suele ser una ex-pareja.
- En España, las víctimas de violencia física y/o sexual de pareja han recurrido a una persona cercana (68,7%), servicios sociales y sanitarios (29,9%) y denuncia policial (24,4%).

# AMPLITUD /PERPECTIVA/ INTENSIDAD DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA INTIMA

- La violencia sexual de la pareja íntima es una de las formas más **comunes y habituales** de violencia contra las mujeres.
- Como mínimo **1 de cada 5** mujeres en el mundo han experimentado agresiones sexuales a manos de su pareja.

# AMPLITUD /PERPECTIVA/ INTENSIDAD DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA INTIMA

- La violencia sexual de la pareja íntima es un tipo de violencia poco detectada, **invisibilizada e infradenunciada**.
- La violencia sexual puede tratarse de actos sexuales físicos y no físicos tales como mensajes sexualizados y sexting así como todas las tácticas no físicas de **coerción sexual** para conseguir contacto sexual con una mujer que no lo desea.

# EL MARCO CULTURAL DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA I

- LAS MUJERES ESTAMOS SOCIALIZADAS PARA GENERAR BIENESTAR Y SOSTENER LOS VÍNCULOS A COSTA DE NUESTRAS NECESIDADES Y ASPIRACIONES... HAY QUE **SUFRIR, SACRIFICARSE Y RENUNCIAR.**
- LOS HOMBRES ESTÁN SOCIALIZADOS PARA SER EMOCIONALMENTE POCO ACCESIBLES Y **SER ATENDIDOS.**

# EL MARCO CULTURAL DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA I

- LAS MUJERES SOLEMOS ESTAR EN POSICIÓN DE DEBILIDAD ASIMÉTRICA EN LAS RELACIONES DE PAREJA CUANDO LA EXISTENCIA Y LA VIABILIDAD DE LA RELACIÓN **NOS IMPORTA MÁS** QUE A NUESTROS COMPAÑEROS.
- LAS MUJERES HACEMOS “DUMPING AMOROSO”, NOS MOSTRAMOS MENOS **DE LO QUE SOMOS** PARA NO AHUYENTAR A LOS HOMBRES.

# EL MARCO CULTURAL DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA II

- LAS MUJERES HEMOS SIDO EDUCADAS EN EL UNIVERSO MENTAL DE **LA VIDA A DOS** (amor romántico, necesidad de un hombre, etc.)
- LAS MUJERES **REBAJAMOS** LAS DEMANDAS DE RECIPROCIDAD UNA VEZ INSTALADAS EN LA RELACIÓN DE PAREJA.
- LAS MUJERES NOS **EMPEQUEÑECEMOS** EN LA RELACIÓN DE PAREJA LO QUE INCLUYE RENUNCIAR A EXPRESAR CON CLARIDAD EMOCIONES Y/O NECESIDADES POR TEMOR A QUE NO SEAN TENIDAS EN CUENTA O A QUE INCLUSO, SEAN UNA MOLESTIA.

# EL MARCO CULTURAL DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA III

- A LOS HOMBRES SE LES INVITA A FANTASEAR CON UN UNIVERSO DE SOLTERÍA, DE INDEPENDENCIA DONDE **CUALQUIER** DEMANDA O VULNERABILIDAD ES DIFÍCILMENTE TOLERABLE.
- LOS HOMBRES EJERCEN EL PODER EN LA RELACIÓN DE PAREJA **MARCANDO** LOS TIEMPOS Y LOS RITMOS Y DECIDIENDO QUE ES ACEPTABLE O NO.
- LAS RELACIONES SEXUALES ESTÁN DENTRO DE LAS MENTES DE HOMBRES Y MUJERES COMO UN ESPACIO DE **DESIGUALDAD** Y DE PODER (MASCULINO). A LOS HOMBRES SE LES CEDE EL CONTROL DE CUANDO, COMO, Y DE QUE FORMA TENER SEXO.

# EXPRESIONES DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- MANTENER RELACIONES SEXUALES POR TEMOR A LO QUE PUDIERA PENSAR, DECIR O HACER LA PAREJA.
- SENTIRSE OBLIGADA A REALIZAR ACTIVIDADES SEXUALES QUE UNA CONSIDERA DESAGRADABLES O HUMILLANTES.
- MANTENER RELACIONES SEXUALES CONTRA LA PROPIA VOLUNTAD.

# EXPRESIONES DE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- MANTENER RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN ANTICONCEPTIVA CUANDO UNA NO QUIERE QUEDARSE EMBARAZADA.
- MANTENER RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN CONTRA LAS ETS PARA COMPLACER A LA PAREJA.
- MANTENER RELACIONES SEXUALES COMO RESULTADO DE COACCIÓN Y CRÍTICAS PREVIAS PARA TENER SEXO.

# FACTORES DE RIESGO DE VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- ESTAR DE ACUERDO CON LA DESIGUALDAD DE GÉNERO EN LAS RELACIONES DE PAREJA.
- SUFRIR VIOLENCIA EMOCIONAL, VERBAL O DE CUALQUIER OTRO TIPO POR PARTE DE LA PAREJA.
- EXPERIMENTAR VIOLENCIA FAMILIAR.
- HABER SUFRIDO VIOLENCIA Y/O ABUSOS DURANTE LA INFANCIA.
- NIVELES EDUCATIVOS ESCASOS.
- INTENSA DEPENDENCIA SOCIAL Y EMOCIONAL DE LA PAREJA.

# ENTORNOS QUE PROPICIAN LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- EN LA RELACIÓN DE PAREJA Y EN LA FAMILIA **LA VOZ** DE LA MUJER NO EXISTE O ESTÁ SILENCIADA.
- EN EL ENTORNO DE PAREJA Y FAMILIAR HAY **UNA SUBESTIMACIÓN** DE LA CAPACIDAD DE LA MUJER EN CASI TODOS LOS ÁMBITOS DE LA VIDA.
- EN EL ENTORNO DE PAREJA SE EJERCE **LA COERCIÓN SEXUAL**, ES DECIR SE PRESIONA A LA MUJER PARA FORZAR SU VOLUNTAD Y CONDUCTA SEXUAL MEDIANTE **INSISTENCIA, CHANTAJE EMOCIONAL Y CULPABILIZACIÓN**.
- EXISTE UN AMBIENTE FAMILIAR QUE AMPARA UNA CULTURA DEL SUFRIMIENTO (femenino), IMPUNIDAD (masculina) Y NEGACIÓN (por ambas partes).

# ESTEREOTIPOS Y PREJUICIOS SOBRE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- El estereotipo de **la víctima ideal**: que se resista, que intente huir, que se dé prisa en denunciar, que exprese el impacto emocional y que tenga lesiones. Todo ello aumenta la credibilidad de la víctima.
- **El prototipo ideal** de violación sexual: la falta de consentimiento debe haberse expresado de forma clara, desde el principio y reiteradamente.

# ESTEREOTIPOS Y PREJUICIOS SOBRE LA VIOLENCIA SEXUAL DE LA PAREJA ÍNTIMA

- No se contempla el amedrentamiento y la sumisión provocada por el temor. A las mujeres se les atribuye la responsabilidad de **poner límites** y de hacer pedagogía con el agresor, cerciorándose que este ha comprendido que le has dicho que no quieres.
- El **prejuicio sobre el daño** provocado por la violencia sexual: la violación y el abuso sexual por parte de la pareja íntima no es tan mala como la de un desconocido.

# EL CONSENTIMIENTO SEXUAL

- El consentimiento se entiende como estar **activamente** de acuerdo con mantener relaciones sexuales sin haber sido sometida a presiones, amenazas o engaños. El consentimiento es **reversible y específico**.
- La **coerción sexual** más habitual consiste en insistencia, chantaje emocional y culpabilización. En ese marco emocional, ¿es lo mismo consentir que ceder?.

# EL CONSENTIMIENTO SEXUAL

- Todavía muchas mujeres creen que mantener relaciones sexuales con su pareja es una obligación/ débito. En ese marco se consiente **sin deseo**.
- Con todo, el **consentimiento sexual con deseo** existe y se da cuando hay vidas en pareja amables donde la corresponsabilidad y la carga mental está más repartida y se comparten ratos de intimidad y conexión interpersonal.

# BIBLIOGRAFÍA

- Cholet, M (2022) “Reinventar el amor”. Ediciones Paidós.
- Cobo Badía, R (2024) “La ficción del consentimiento sexual” Libros La Catarata.
- Deçue, S y Di illo, D (2010) “Are all perpetrators Alike? Comparing risk factors for sexual coercion and aggression” Sexual abuse 22 (4) pp 402-406.
- Delegación del gobierno contra la violencia de género (2019) Macroencuesta de violencia contra la mujer 2019, Madrid.
- Encinas, Sonia (2025) “El sexo de las madres”, Roca Editorial.
- Jefatura del Estado (2004) Ley Orgánica 1/2004 de 28 de diciembre de Medidas de protección Integral contra la violencia de género, BOE Núm. 313, 2004.
- Jefatura del Estado (2002) Ley Orgánica 10/2022 de 6 de septiembre de garantía Integral de la Libertad Sexual, BOE núm. 215, 2022.
- Jefatura del Estado (2007) Ley Orgánica 3/2007 de 22 de Marzo, para la Igualdad Efectiva de Mujeres y Hombres, BOE núm. 71, 2007.
- Marcos, Ana (2025) “A mi no me ha pasado nada”, Editorial Debate.
- Krug EG (2003) Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud Organización Mundial de la Salud.

EN  
LA FIESTA  
NO TODO VALE

# IGUALES EN DIGNIDAD

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL  
CONTRA LAS MUJERES

“ EN LA FIESTA CABEMOS TODOS.  
LA FIESTA TAMBIÉN ES PARA MÍ ”

“ SALGO DE NOCHE PARA PASARLO BIEN.  
QUE NADIE ME ARRUINE LA FIESTA ”

Associació **SALUD** y Asociación **FAMILIA**



MINISTERIO  
DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO  
DE IGUALDAD  
Y PARA LA ERRADICACIÓN  
DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO  
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

EN  
**LA FIESTA**  
NO TODO VALE

# IGUALES EN DIGNIDAD

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL  
CONTRA LAS MUJERES

“ EL ESPACIO DE **LA FIESTA** ES DE TODOS POR IGUAL.  
QUE NADIE INTENTE LLEVARME DONDE YO **NO** QUIERA IR”

“ EL TIEMPO DE **LA FIESTA** ES PARA DISFRUTARLO.  
"QUE NADIE ME META PRISA, **NO** VOY A APRESURARME"

Associació **SALUD** y Asociación **FAMILIA**



MINISTERIO  
DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO  
DE IGUALDAD  
Y PARA LA ERRADICACIÓN  
DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO  
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

EN  
LA FIESTA  
NO TODO VALE

# IGUALES EN DIGNIDAD

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL  
CONTRA LAS MUJERES

“ EN **LA FIESTA**, NADA NI NADIE ME HARÁ PERDER  
LA ALEGRÍA Y LA **CAPACIDAD** DE REACCIÓN”

“ EN **LA FIESTA**, NO ME PIERDO NADA  
POR IR A LA MÍA Y **NO** SER SIEMPRE COMPLACIENTE”

Associació **Asociación**  
**SALUD Y FAMILIA**



MINISTERIO  
DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO  
DE IGUALDAD  
Y PARA LA ERRADICACIÓN  
DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO  
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO