

LA PALABRA MÁS

SEXY

ES...





**UN FANZINE CREADO POR
EL COLECTIVO DEL CONSENTIMIENTO**

Shaina Joy Machlus
Escritora y creadora

**Nuria Curran y
Cristian Pallejà**
Traductorxs

**Lucía Lijtmaer y
Marta Delatte**
Editoras

Petra Eriksson
Ilustradora y diseñadora

Marisa Kurk
Diseñadora

Andrea Valverde
Prensa



P. 4—6 IMAGINA QUE

P. 7—15 CONSENTIMIENTO

P. 16—19 LA GUÍA

P. 23 INFORMACIÓN DE EMERGENCIA





IMAGINA QUE ESTÁS ESCUCHANDO A PSY con alguien y le comentas a ese alguien que te gusta el Gangnam Style. En mitad de la noche, esa persona entra pegando saltos en tu habitación con Gangnam Style a todo volumen. Cuando le preguntas qué demonios está haciendo, responde algo parecido a "pero antes has dicho que la canción te gustaba, por lo que supuse que te gustaría escucharla en cualquier momento".

An illustration of a pink hand with red nail polish squeezing a yellow lemon into a glass of yellow juice. The glass is tilted, and a few drops of juice are falling. The word "O imagínate" is written in a large, black, sans-serif font across the middle of the illustration.

O **imagínate**

O **IMAGÍNATE QUE ES TARDE** y le preguntas a alguien si le apetece un poco de zumo recién exprimido y fresquito. Mientras seleccionas, cortas y exprimes cuidadosamente unas naranjas, te das cuenta de que ese alguien se ha dormido, o quizás haya empezado a beberse el zumo pero no ha querido terminárselo todo. No obligas a esa persona a beberse el zumo, ¿verdad?

AHORA SUSTITYE "GANGNAM STYLE" Y "ZUMO"

por **SEXO**



LAS SITUACIONES PUEDEN ser bastante diferentes. Pero no obligar a una persona a hacer una cosa –ya sea escuchar PSY o beber zumo de naranja– es algo que simplemente forma parte de unas habilidades sociales aprendidas y necesarias para vivir en sociedad. Así que, ¿por qué no hacemos lo mismo cuando se trata de sexo?

Mi cuerpo es mío y es mi derecho decir "sí" o "no" a todo lo que entra en contacto con él.

Estábamos bailando en un club y puso sus manos sobre mí. Cuando logré quitármelas de encima las volvió a poner. No quería que me tocaran de esa manera. No quería que me tocaran en absoluto.

Me agarró las manos y me obligó a que le tocara.

Estábamos teniendo sexo vaginal; de repente, se detuvo y, sin preguntar, empezó a practicar sexo anal.

Estábamos en la cama, besándonos, desnudos. Sin preguntarme antes, simplemente metió uno de sus dedos dentro de mí.

Una persona se acercó a mí en un concierto, me agarró la cara y me besó en la boca.

Me pidió que le hiciera una mamada y dije que no. Me lo siguió pidiendo; dijo "por favor". No dejó de pedírmelo hasta que finalmente dije que sí y le hice una mamada.

TODAS Y TODOS...

...tenemos historias en las que un fallo de comunicación propició que una experiencia sexual fuera, como mínimo, confusa o incluso indeseable. Quizás seguiste adelante con algo porque sentiste la presión de hacerlo; quizás la otra persona estaba tan borracha que no podías saber lo que de verdad le apetecía; o quizás después de llevar años acostándote con la misma persona diste por supuesto que probar algo nuevo y distinto en la cama sería totalmente aceptable.

Según la Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, una de cada cinco mujeres españolas ha sufrido violencia sexual en algún momento de su vida y, a mayor escala, una de cada dos mujeres europeas.

La buena noticia es que hay una manera de establecer con claridad si todas las partes involucradas en un acto sexual participan porque quieren y en total libertad: se llama consentimiento.





¿Sí?

¡Sí!

Sí

¿QUÉ ES EL CONSENTIMIENTO?

El consentimiento sexual se define como el acuerdo verbal o no verbal para participar en un acto sexual. El Código Penal español hace referencia a la edad de consentimiento sexual y, en su reforma de 2015, la elevó de los 13 a los 16 años. El término consentimiento proviene de la palabra consenso, la cual significa acuerdo mutuo, una forma infalible de asegurar la igualdad.

El consentimiento es una manera de establecer si todas las partes involucradas en la relación sexual lo hacen a gusto, de forma sana y consciente. Porque lo contrario de a gusto, sano y consciente jamás es aceptable. De hecho, muchas veces es peligroso.

¿POR QUÉ NECESITAMOS EL CONSENTIMIENTO?

Desgraciadamente, el sexo no consentido forma parte del día a día de nuestra cultura. Con tal de combatir el sexo no consentido y acabar con la cultura de la violación, debemos ampliar y crear unas pautas precisas hacia la cultura del consentimiento.

¡Combatir la cultura de la violación con la cultura del consentimiento!

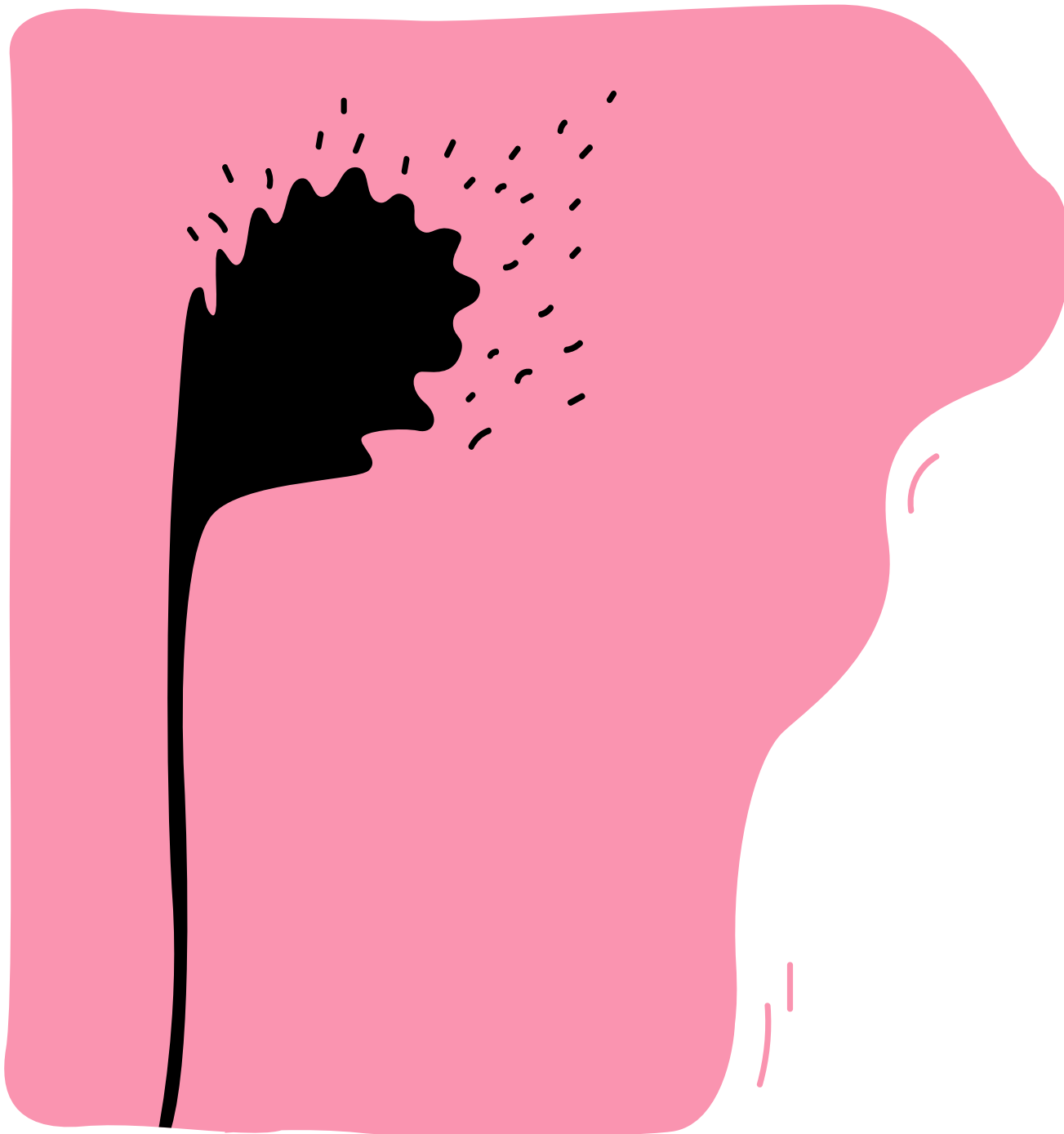
SEGÚN LAS ESTADÍSTICAS, “aproximadamente cuatro de cada cinco violaciones fueron cometidas por alguien que la víctima conocía. El 82% de los asaltos sexuales fueron cometidos por un conocido. El 47% de los violadores son amigos o conocidos. Un 25% es del círculo íntimo”. Estos datos son la muestra de que hacen falta unos límites que dejen claro qué constituye una relación sana y una insana. Ver que tantas violaciones y agresiones sexuales suceden entre personas que ya tienen algún tipo de relación indica que educar sobre el consentimiento puede hacer que estas relaciones nunca crucen a territorio violento.

Acabar con la cultura de la violación y de la agresión sexual significa dirigirse a exs posibles infractorxs. No se trata de educar

a las mujeres –trans y cis, femmes y a la gente en general– sobre cómo evitar las violaciones, sino de educar a todo el mundo para que éstas no se produzcan. La cultura de la violación, que culpa y avergüenza a las víctimas de abuso sexual, debe terminar. No importa qué ropa te pongas, con cuantas personas tengas relaciones sexuales, cuál sea tu género o tu orientación sexual, que seas una trabajadora o trabajador sexual o que practiques BDSM, tienes derecho a un espacio seguro y a sentirte sexy en todos los aspectos de tu vida, incluyendo tus experiencias sexuales.

Aprender a pedir permiso y saber comunicar cómo queremos que nuestros cuerpos interactúen es la idea básica sobre la cual podemos construir un movimiento fuerte para garantizar derechos sexuales fundamentales.





LAS SUTILEZAS DEL SEXO

HAY SITUACIONES EN LAS QUE una persona sigue adelante con un acto sexual o fuerza físicamente un acto sexual después de que le hayan dicho “no”: esto es un claro acto de violación y violencia sexual. Pero a veces la sutil línea entre el sí y el no puede parecer confusa. Esta es la razón por la que establecer consentimiento verbal es absolutamente esencial.

Con la emoción del momento también se nos puede hacer difícil pensar con claridad. Por ello, es muy importante tener, de antemano, buen conocimiento sobre qué es el consentimiento. Como con cualquier otra cosa, con la práctica, el proceso dialéctico de pensar, pedir y recibir permiso se convierte en algo más simple y natural. Y, la verdad, hay cosas peores que practicar cómo tener buen sexo.

Cuando se trata de sexo, entran en juego todo tipo de presiones sociales, especialmente para la mujer pero también para las personas trans y no-binarias. Muchas veces, las mujeres acceden a tener relaciones sexuales porque se sienten culpables al decir “no”, se sienten presionadas por su pareja o sus parejas o no están del todo seguras de cómo parar esa situación que se está dando. Creando un sistema abierto de comunicación hay más oportunidades para que la gente se sienta empoderada para poder dirigir su experiencia tal y como mejor le siente.

El principal objetivo del sexo es que todas las personas involucradas lo disfruten por igual.

¿QUIÉN DEBE RECIBIR CONSENTIMIENTO?

ES IMPORTANTE REMARCAR que el consentimiento debe ser alcanzado en todo tipo de parejas y para cualquier tipo de relación sexual; besar, tocar, al igual que para la penetración. Tanto si se trata de una, o varias, pareja(s) de una noche, o con la que llevas 43 años, el consentimiento es algo que nunca debe olvidarse ni darse por hecho. Despertarte después de una noche de sexo salvaje y consentido y asumir que querrán repetir por la mañana es sexo no consentido. Darte la vuelta en la cama que hace diez años que compartes con una persona y esperar que tu pareja, que no está interesada, satisfaga tus necesidades es sexo no consentido. Hay que marcar una línea severa entre el placer y el abuso.



LA GUÍA

CÓMO RECIBIR CONSENTIMIENTO

No os preocupéis, recibir consentimiento es fácil.



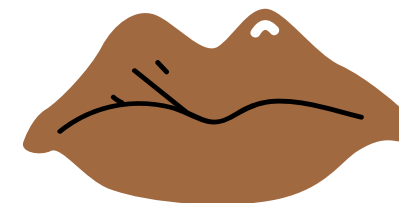
ES RESPONSABILIDAD de la persona que busca o inicia cualquier actividad sexual –ya sea besar, tocar, etc.– obtener consentimiento o permiso. La persona que recibe la actividad sexual nunca puede ser culpada o responsabilizada por las acciones del otro.

ASEGÚRATE DE QUE la persona en cuestión sea capaz de dar permiso conscientemente: si está drogada, borracha, durmiendo o inconsciente, no se la considera capaz de dar consentimiento.



HAZ PREGUNTAS TIPO, “¿estás a gusto?”, “¿te mola?”, “¿te puedo tocar aquí?”, “¿está bien esto?”. Si la respuesta es no, silencio, neutral o cualquier cosa que no sea un “sí”, debes parar de inmediato.

CUALQUIER TIPO DE PRESIÓN para que la persona diga que “sí” invalida la respuesta. Las dinámicas de poder juegan aquí un papel importante; alguien que ostenta un mayor poder social o físico por su edad, habilidades, puesto de trabajo, género, raza, clase, etc, debe asegurarse de que ello no influye en el consen-



Y CADA VEZ QUE SE empiece una nueva relación sexual, o algún tipo de actividad sexual, asegúrate de recibir permiso de nuevo. Una buena manera de comenzar un diálogo puede ser: “No pasa nada si dices que no, pero ¿te gustaría...?”.

DURANTE EL SEXO presta atención a las expresiones físicas y verbales de tu(s) pareja(s). Si en algún momento parece que le(s) está doliendo, no está(n) a gusto, o siente(n) molestias, pregunta si está(n) bien y espera a recibir un “sí” antes de continuar.

CÓMO DAR CONSENTIMIENTO

En la cultura del consentimiento, "sí" siempre significa sí y "no" siempre significa no. Siempre tienes derecho a decir "no", a parar, a esperar, etc. y a ser escuchada o escuchado. Tu cuerpo es tuyo y tú eres la única persona que decide qué hacer con él.



DAR CONSENTIMIENTO se hace dando un "sí" claro.



SILENCIO, NO RESPONDER, "quizás", indecisión o "no", no es dar permiso o consentir.



EL 'SÍ' PUEDE CAMBIAR a "no" en cualquier momento y esa persona no está en ningún modo obligada a seguir.



CUANDO PARTICIPAN en relaciones sexuales más de dos personas, es necesario que cada persona involucrada dé un claro consentimiento verbal.

SUGERENCIA PRO:

LENGUAJE OBSCENO

Pedir consentimiento también puede ser lenguaje obsceno, y el lenguaje obsceno es sexy. "Realmente quiero tocarte y besarte aquí y allá, ¿puedo?". "¿Puedo hacer que te corras al tocarte y besarte aquí?". "¿Dónde y cómo te gusta que te toquen?". "¿Te gusta eso, quieres más?"

SUGERENCIA PRO:

PALABRA DE SEGURIDAD

crear una "palabra de seguridad" con la(s) pareja(s) que se pueda utilizar en cualquier momento para detener la acción. Las palabras de seguridad se usan comúnmente en BDSM, donde la línea entre placer y dolor puede ser muy borrosa, pero pueden ser útiles en todo tipo de situaciones.

Elige una palabra que no sea sexy o que no tenga nada que ver con el sexo, una palabra que tú y tu(s) pareja(s) no soláis usar y que sea fácilmente reconocible. "Sí", "no", "stop", "ouch" son malas decisiones, pero "espárrago", "Oklahoma" y "púrpura" son excelentes palabras de seguridad.

Cuando cualquier persona involucrada en la experiencia sexual utiliza la palabra de seguridad, significa que la experiencia sexual debe detenerse inmediatamente. Esto es muy útil si alguien quiere tomar un descanso, restablecer el consentimiento, abandonar la experiencia o simplemente siente incomodidad.

RECIBIR CONSENTIMIENTO TOTAL DE ALGUIEN ES COMO COMPLETAR UN PUZZLE

Cuando recibes un "sí" afirmativo o un "claro que sí" o, por ejemplo, un "¡oooooooo, sí quiero tomar un zumo mientras escuchamos 'Gangnam Style' a todo volumen!" no cabe duda de que la puerta está totalmente abierta y que todas las partes involucradas podrán participar de lleno sabiendo que la otra persona está a gusto. Si lo piensas, recibir consentimiento muchas veces, básicamente, es ser buen o buena amante: comunicarte, observar, y tener interés en el placer de tu pareja. Todo es cuestión de práctica. Y ¿quién no quiere tener unas cuantas estrellitas doradas colgando de la cabecera de su cama?

QUÉ HACER SI SE SUFRE UNA AGRESIÓN SEXUAL

1) Ve a un lugar seguro y ponte en contacto con alguien de confianza. Es importante que te sientas segura o seguro y que estés en compañía de alguien que te pueda apoyar.

2) Cuando estés preparada o preparado, piensa en buscar atención médica. Si quieres un examen forense de agresión sexual (también conocido como un "kit para casos de violación") lo mejor es hacerlo lo antes posible y no ducharse antes de ir a un centro médico. Otras razones por las que puedes querer ver a personal médico son hacerse la prueba de ETS y tomar anticonceptivos de emergencia. Por lo general, las instalaciones médicas tienen personas especialmente capacitadas para ayudar a las víctimas de violencia sexual y violación. Nunca dudes en pedir visita con estos especialistas. Nunca es demasiado tarde para buscar atención médica.

3) Solo tú puedes decidir si deseas denunciar el crimen o no. Es posible denunciar la violación o la violencia sexual directamente a la policía o en un hospital. El plazo para denunciar una violación varía en diferentes lugares. Cuando sea posible, recomendamos hacer una búsqueda online de antemano para saber qué esperar durante el proceso de denuncia.

Nunca olvides que no es tu culpa y que no estás sola o solo. Nunca es demasiado tarde para comenzar la curación.

PUEDES AYUDAR A PREVENIR VIOLACIONES

AQUÍ TIENES ALGUNAS MANERAS DE CÓMO HACERLO:

1) Distracción: si ves a una persona que parezca sentirse incómoda, ve y pregúntale si quiere ir a comer o beber algo, si quiere bailar o ir al baño. A veces simplemente comenzando una conversación con la persona en riesgo ("El tiempo está loco, ¿no?") es suficiente para romper una situación peligrosa.

2) Preguntas directas: lleva a la persona a un lugar apartado y háblale con claridad: "¿Estás bien?" "¿Te sientes segura/seguro?" "¿Quieres irte?" "¿Con quién viniste?" "¿Puedo ayudarte de alguna manera?" "¿Quieres que me quede contigo?"

3) Acción grupal: pídele a un amigo o amiga que venga contigo y se acerque a la persona que está en riesgo. O habla con los amigos o amigas de la persona y hazles saber que su amigo o amiga está en riesgo. Pide a uno o una de los amigos o amigas de la persona que intervenga y la lleve a otro sitio, al baño o cualquier otro lugar seguro donde pueda hacer preguntas directas y verificar que esté bien.

4) Habla con las personas responsables del espacio y de su seguridad: expresa tus preocupaciones a empleados o empleadas, guardias de seguridad u otras personas con autoridad para ver si pueden intervenir. Recuerda, su trabajo es asegurarse de que allí la gente esté segura.

5) Hogar dulce hogar: no permitas que la persona en riesgo se aleje sola. Acompáñala a casa, acompáñala a un lugar seguro, insiste en llevarla a su destino final.

UNA GUÍA DE CONSENTIMIENTO SEXUAL

TODO LO QUE QUERÍAS saber sobre sexo divertido, seguro, sexy y consentido. Incluyendo una guía sobre lo que hace a un “sí” un “sí” y a un “no” un “no”.

El material en este zine es adecuado para personas mayores de 12 años de edad. Si eres más joven y quieres leer lo que hay dentro, sólo tienes que preguntar a tus padres, madres o cuidadorxs.

¡Por favor, fotocopia y distribuye este zine tanto como sea posible! Descarga el PDF (¡gratis!) o compra una copia original en **consentzine.com**. Para cualquier otra pregunta envía un correo electrónico a **consentzine@gmail.com**

Cada encuentro sexual debe ser divertido y agradable para todo el mundo. Hablemos de cómo hablar sobre sexo. ¡Difunde la palabra para terminar con la cultura de la violación!

El Colectivo de Consentimiento es un grupo de personas que creen firmemente en el feminismo interseccional. Somos personas antirracistas, pro-descolonización, anticapitalistas, pro LGBTQA, anticapacitistas y antigordofobia.

Ricarda
Editorial

