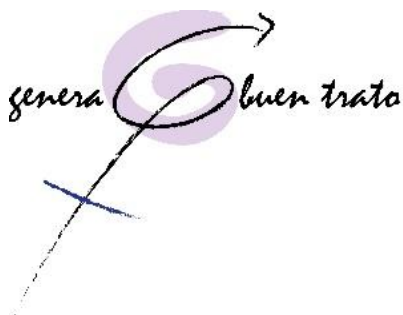

GUÍA PROFESIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE



- 1.- Hacia la igualdad de oportunidades en el ámbito deportivo. Pág. 3
2. Desmontar la violencia contra las mujeres en el ámbito deportivo: sexismo, acoso y abuso sexual. Pág. 4
3. El cuerpo de la mujer, ¿hábito de salud o violencia sexista? Pág. 5
4. Acoso y abuso sexual: manifestaciones. Pág. 7
5. Manifestaciones y consecuencias en las víctimas de abuso sexual. Pág. 11
6. Claves y Medidas para evitar el acoso y el abuso sexual en el deporte. Pág. 13

1.- *Hacia la igualdad de oportunidades en el ámbito deportivo.*

La actividad deportiva se ha considerado un ámbito tradicionalmente masculino donde se han asumido, justificado y perpetuado estereotipos por razón de sexo, que han limitado la práctica deportiva de las mujeres y las oportunidades en el acceso, entrenamiento y elección de actividades.

3

Si bien se ha avanzado notablemente en el desarrollo de un escenario de verdadera oportunidad para mujeres y hombres, niñas y niños, todavía se reproducen situaciones de desigualdad y discriminación por razón de sexo.

Aún existen diferencias constatables como: menor reconocimiento social de los logros deportivos femeninos en ciertas actividades con preponderancia masculina, asignación de menos recursos al deporte femenino, las dificultades de acceso y permanencia en ciertas actividades deportivas, etc. El tipo de deporte practicado por sexo sigue siendo distinto, y aunque la participación de las mujeres en el deporte federativo se ha incrementado sigue siendo menor que la de los hombres.

La violencia sexista y sexual son manifestaciones máximas de esta discriminación, a menudo silenciada y ocultada socialmente. Esta *Guía* es una herramienta dirigida principalmente a Clubes, profesionales y equipos de entrenamiento del ámbito deportivo para promover la igualdad de oportunidades y la no discriminación por razón de sexo y, en especial, para detectar y prevenir el acoso y el abuso sexual en el ámbito deportivo.

2. Desmontar la violencia contra las mujeres en el ámbito deportivo: sexismo, acoso y abuso sexual.

La violencia de género se define como 'cualquier acto violento por razón de sexo que resulte, o pueda resultar, en daño físico, psicológico o sexual, o en el sufrimiento de la mujer, incluyendo las amenazas, coacciones o privación de libertad de realizar tales actos, que se produzcan en la vida pública o privada'.

4

ACOSO SEXISTA: Cualquier comportamiento verbal, no verbal, o físico no deseado, dirigido contra una persona por razón de su sexo y con el propósito de atentar contra la dignidad de una persona o de crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante, u ofensivo.

Algunos ejemplos de acoso sexista son: comentarios humillantes o degradantes hacia el trabajo de árbitras; las miradas lascivas hacia las chicas deportistas mientras realizan actividad física, comentarios inadecuados o elección de equipación o vestimenta femenina escasa, etc.

ACOSO SEXUAL: es igual que el acoso sexista solo que dichos comportamientos son de carácter sexual y atentan contra la libertad e indemnidad sexual de la persona.

Por ejemplo, palmadas o cachetes en las nalgas a las mujeres como excusa para motivar a la realización del ejercicio, comentarios sobre el desarrollo de los pechos en adolescentes, etc.

VIOLENCIA SEXUAL: Todo acto o tentativa de llevar a cabo un acto con carácter sexual, así como comentarios o insinuaciones no deseadas –sin consentimiento- o acciones para utilizar de

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

cualquier modo la sexualidad de una persona mediante coacción o amenaza, con independencia del ámbito en el que se esté produciendo, incluyendo el hogar y el lugar de trabajo.

Ejemplos: búsqueda de favores sexuales a cambio de beneficios o ascensos en su carrera deportiva; voyeurismo en los vestuarios; extorsión a través de redes sociales con fotos o imágenes en situaciones íntimas tomadas sin el consentimiento o enviadas dentro de una relación (cambiándose de ropa, duchándose...)

5

ABUSO SEXUAL: El abuso sexual es una manifestación de violencia sexual definido como 'atentado contra la libertad sexual de otra persona, sin violencia o intimidación pero sin que medie consentimiento alguno'.

Pueden considerarse todos los anteriores y más específicamente: tocamientos, visualización de pornografía bajo amenaza, violaciones, etc.

3. El cuerpo de la mujer, ¿hábito de salud o violencia sexista?

La práctica del deporte femenino, su mayor reconocimiento, y su profesionalización hace que muchas chicas jóvenes entiendan el entrenamiento del cuerpo como instrumento de empoderamiento: cómo mejorar su competencia motriz para beneficio personal además de para tener éxito en el deporte si se trata del deporte de élite.

De esta manera, existe cierta tendencia evidente a romper el ideal de feminidad tradicional que reproducía la asociación "cuerpo-objeto", tan vinculado al reconocimiento del "otro" y del canon de belleza estandarizado. Resulta muy

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

positivo que las mujeres adolescentes sean capaces de asumir su cuerpo como entidad activa, capaz de actuar y conseguir logros con la práctica de actividad física, y no centrado en su adecuación a los cánones de belleza sino en el aspecto de la salud y de actividad personal y/o profesional.

Pero no siempre es así, y subsiste la tendencia de jóvenes y mujeres adultas de utilizar la actividad deportiva como canal para alcanzar el ideal de belleza marcado. La utilización de la actividad deportiva como modelaje del cuerpo genera conductas insanas, que llevan a muchas mujeres a estar obsesionadas con conseguir una silueta delgada y tonificada. Inconscientemente se reproducen los cánones estéticos dominantes: la cultura estereotipada de la mujer como 'objeto' de belleza (y no como sujetos activos que incorporan el deporte como hábito de salud).

Por este motivo, es muy importante que se transmita el concepto de salud del cuerpo frente al de la belleza 'impuesta': una "imagen de mujer". Se evita así auto-violencia hacia el cuerpo y el uso insano de la actividad deportiva.

En la edad adolescente estas nociones de cómo es el canon de belleza del cuerpo femenino o masculino pueden acentuarse. Así, las mujeres sufren mayores trastornos de la imagen corporal al asociar el cuerpo a variables como el peso o el atractivo sexual. Al no asociarse a un hábito saludable puede abandonarse en mayor medida, ya que se identifica como esfuerzo y como una motivación externa, y no como salud.

Desde el ámbito deportivo es importante:

- Frenar la "cultura del cuerpo estereotipado".

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

- Enseñar desde la infancia y, especialmente en la adolescencia, el cuidado y respeto al cuerpo (empoderamiento de la imagen personal y corporal).
- Motivar para el desarrollo de habilidades y capacidades personales y brindar las oportunidades de encontrar la actividades físico-deportivas más adecuadas a cada persona.

7

4. Acoso y abuso sexual: manifestaciones.

Independientemente de que el acoso o el abuso sea hacia menores o mujeres, genera un daño en el desarrollo evolutivo y en la sexualidad. Las consecuencias psicológicas que se producen en las niñas y las mujeres adultas indican que estamos ante una grave violación de los derechos humanos y de la libertad e indemnidad sexual de la persona.

Tanto el acoso como el abuso sexual es 'abuso de poder' de una persona respecto a otra, la cual manipula aprovechando una situación de inferioridad o vulnerabilidad. Este abuso puede ser ejercido por tener más fuerza, edad, autoridad, etc. pero también por contar con el afecto o admiración de la persona o mediante amenazas e intimidaciones basadas en el miedo.

El acoso y el abuso se produce de manera velada y silenciada hacia el exterior, pero detrás de lo que no se habla o se ve, se esconden situaciones de verdadera violencia. Algunos comportamientos que pueden indicar que algo está pasando son:

- **Bromas, humillaciones e insinuaciones de carácter sexual.** Esto incluye alusiones al desarrollo (o falta de él), en especial en la adolescencia, tanto por parte de personas adultas como de otros chicos y chicas. Las novatadas con

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

contenido sexual sin contacto también entran en este ámbito. Implica a su vez alusiones a aspectos físicos o de la imagen, vestimenta, etc. Burlas sexistas sobre las mujeres y/o las deportistas.

- **Voyeurismo y/o exhibicionismo.** Mirar a un niño, niña, adolescente o adulta con poca o ninguna ropa (mientras se ducha, mientras se cambia, mientras está en el baño...) para satisfacción propia. Mostrar los genitales.

- **Besos, caricias y/o gestos o actos de naturaleza sexual** inapropiados y con connotaciones sexuales como puedan ser: miradas lascivas, insistentes o intimidatorias, silbidos, expresiones faciales o corporales que insinúen carácter sexual. El contacto físico también puede ser inadecuado cuando hay un excesivo y no procedente acercamiento corporal que excede lo profesionalmente necesario, o por expresión de alegrías o logros entre compañeros que implican tocamientos inapropiados. Asimismo, se hace referencia a tocamientos en ciertas partes del cuerpo, más específicamente en nalgas, pechos, o genitales, pellizcos y cachetes, y, en general, cualquier acto de carácter sexual no consentido (besos, caricias, actos sexuales, intentos de violación, violación...)

El abuso sexual lleva a exponer a la persona abusada y, en especial a menores, a situaciones violentas entre las que pueden destacarse:

- **“Grooming”.** Establecimiento de “relaciones de índole sexual”, falseando la propia identidad o haciéndose pasar por un menor, con niños, niñas y adolescentes mediante las redes sociales.

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

9

- **Mostrar pornografía.** El visionado de pornografía en la infancia puede causar mucho daño en el desarrollo afectivo y sexual por falta de comprensión de aspectos de la sexualidad, que a menudo se interpretan como violentos y agresivos. En la adolescencia, el consumo de imágenes y grabaciones de pornografía, especialmente cuando son extremas e implican daño para las personas, puede causar una distorsión de la realidad afectivo-sexual. El visionado sin consentimiento ni gratificación hacia mujeres adultas es una forma de violentar e intimidar a la persona.

- **Realizar fotos o grabaciones** de niños, niñas y adolescentes en ropa interior, sin ropa o en posiciones que sugieran actividad sexual. El daño psicológico generado será aún mayor ante el hecho de publicarlas en las redes sociales o utilizarlas a modo de chantaje. En el caso de mujeres adultas, este hecho supone un atentado contra su intimidad, identidad personal e imagen pública.

- **Frotamientos, tocamientos** del que abusa hacia la persona abusada y viceversa, puesto que no existe consentimiento ni voluntad, al realizarse en un contexto de abuso de poder, confianza, o autoridad.

- **Masturbación.** Hacer que el niño, niña, adolescente o adulta se masturbe delante de otra persona o masturbarle. Hacer que masturbe a una tercera persona.

- **Mantener relaciones sexuales** con menores, adolescente o adulta (por vía oral, vaginal o anal) sin consentimiento. Con o sin violencia o intimidación, y valiéndose de una situación de desventaja.

El acosador y/o abusador normalmente selecciona a la víctima, genera confianza, le hacer sentir especial (pasa

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

tiempo con ella, la escucha). Una vez alcanzado el acercamiento se construye la lealtad en la relación mediante el chantaje ("tienes que hacer esto por mí después de lo que yo hago por ti"), el aislamiento (ejemplo: impedir que establezca relación con el resto del equipo) y el control (ejemplo: ser incongruente al premiar o castigar a la deportista). Utilizará estrategias como las siguientes:

10

- Ejercer control de la vida privada.

Uso inadecuado de su teléfono, dirección o redes sociales sin relación con la actividad deportiva o fuera del ámbito deportivo. Preguntas incómodas acerca de su vida privada, de su sexualidad. Llamadas de teléfono de forma continua. Ir a buscarla al centro de trabajo o acompañarla a casa tras entrenamientos. Provocar encuentros aparentemente casuales y reiterados.

- Aprovechar situaciones concretas.

Entrar en el vestuario sin pedir permiso. Permanecer en el vestuario mientras no han terminado de ducharse o vestirse. Observar clandestinamente en vestuarios, servicios... ("voyeurismo"). Estimular o permitir el consumo de alcohol durante los viajes, en traslados, en fiestas o celebraciones, o después de las competiciones.

- Generar relaciones duales inadecuadas.

Compartir vestuario, ducharse con ella. Compartir habitación durante los viajes. Convocar a sesiones de entrenamiento individual. Invitación a su casa por motivos externos a la actividad deportiva. Propuestas, invitaciones e incitaciones

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

explícitas de carácter sexual. Ofrecer ventajas deportivas a cambio de servicios sexuales.

Para ocultar el abuso, el silencio de la víctima se logra mediante la incursión en límites sexuales ambiguos, el chantaje relativo a la lealtad, ofrecer protección; y, sobre todo, desacreditándola ante los demás, amenazándola y haciéndola sentir culpable.

Por todo ello, es muy importante que todos los agentes implicados en el ámbito deportivo estén formados para que puedan prevenir y realizar detecciones precoces.

5. Manifestaciones y consecuencias en las víctimas de abuso sexual.

El acoso y el abuso sexual genera consecuencias muy negativas para la salud integral y de la vida de las niñas, adolescentes y mujeres que lo sufren. Abarca distintos niveles de intensidad y gravedad, dependiendo de ciertas variables tales como: el tipo de abuso, la frecuencia del mismo, la duración en el tiempo, la relación establecida con el abusador y las reacciones del entorno más cercano.

En cualquier caso, es indiscutible la necesidad de una intervención para poder tratar y prevenir el malestar asociado a dichas vivencias, que tendrán una repercusión negativa tanto en su vida cotidiana como en su carrera deportiva. La vivencia de su propio cuerpo, su identidad y su capacidad para establecer relaciones afectivo-sexuales se verán dañadas.

El abuso sexual se manifiesta en una serie de síntomas que a menudo son difusos, siendo complicado establecer un

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

12

diagnóstico claro a menos que exista un desvelamiento por parte de la víctima. Dicho desvelamiento tiene la particularidad de que no suele presentarse en un único momento sino en varios, y los relatos suelen caracterizarse por lagunas mentales- propias de una defensa psicológica necesaria- y por contradicciones y modificaciones posteriores en el mismo, que en muchas ocasiones dificultan la intervención, la denuncia, y el proceso judicial derivado de la misma.

Es importante reseñar que no existe un cuadro clínico concreto asociado al acoso y al abuso sexual por lo que no debemos obviar situaciones que percibimos extrañas o atípicas o comportamientos que no comprendemos.

- Síntomas de ansiedad y reacciones físicas de estrés.

Estrés postraumático (pesadillas, re-experimentación, disociación, recuerdos intrusivos...), sentimientos de ira, irritabilidad, confusión, sentimiento de vergüenza, hipervigilancia, desconfianza, cambio en las relaciones con compañeros/as y entrenador/a, aumento o pérdida significativa de peso que puede ser el inicio de trastornos alimentarios; comportamientos auto-lesivos (atracones de comida, cortes en la piel, etc.), bajo rendimiento deportivo que puede asociarse a lesiones físicas o puede ser debido a una dificultad de concentración y focalización en la actividad, propios de un estado de ánimo depresivo o apático, disminución de la motivación para la realización de la actividad deportiva.

- Desarrollo de una depresión clínica

Caracterizada por uno o varios de los siguientes síntomas: estado de ánimo apático, falta de motivación, tristeza o

irritabilidad, pérdida de interés (anhedonia), cambios en el apetito y en los hábitos de sueño, sentimiento de culpa, sensación de no tener ayuda, fantasías suicidas e ideación suicida, pérdida de la energía, fatiga

- Consecuencias sobre las relaciones.

Deterioro de las relaciones de amistad, cambios en las relaciones familiares, cambio en la relación con compañeros/as de equipo, deterioro de la relación entrenador-deportista, problemas en las relaciones íntimas, dificultades para las relaciones sexuales o bien exposición a relaciones sexuales de riesgo y maltrato, impacto negativo en las actividades sociales.

6. Claves y medidas para evitar el acoso y el abuso sexual en el deporte.

Los Clubes, equipos de entrenamiento y demás profesionales del ámbito deportivo pueden transmitir las siguientes claves a fin de que si una persona, sobre todo un/a menor, está sufriendo acoso o abuso sexual pueda identificarlo:

- El respeto debe ser una de las reglas en el deporte.
- La actividad físico-deportiva debe ser una actividad donde nos sintamos bien, que fomente el crecimiento y las relaciones igualitarias y de cooperación.
- El cuerpo de cada persona es un espacio íntimo al que decidimos dar o no acceso. Es muy importante preservar la intimidad propia y respetar la de los demás.

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

- Hay silencios que hacen daño y secretos que no deben ser guardados: si algo preocupa o hace sentir mal se debe decir.

El Consejo Superior de Deportes propone la adopción de las siguientes medidas en su *Protocolo para la prevención, detección y actuación frente al acoso y al abuso sexual* de distintas federaciones deportivas:

14

Sala fisioterapia	<ul style="list-style-type: none"> • Tratamiento fisioterapéutico. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hacer público el horario de utilización de la Sala, indicando el nombre del profesional y el del paciente. • No cerrar con llave la puerta de la sala durante su utilización.
Despachos	<ul style="list-style-type: none"> • Reuniones entre técnicos. • Reuniones con deportistas. • Reuniones con otros adultos (padres, árbitros, entrenadores...) 	<ul style="list-style-type: none"> • No cerrar con llave los despachos durante su uso. • Controlar mediante un registro el uso del despacho, en el que constará el horario y las personas que acceden al mismo.
Habitaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Lugar de descanso y pernocta durante una concentración. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los menores de edad deben estar separados del resto de deportistas. • Las habitaciones de los menores, serán dobles. • Controlar las visitas por el responsable de concentración. • Prohibición de compartir habitación adultos y menores de edad
Entrenamientos	<ul style="list-style-type: none"> • Lugar de entrenamiento y calentamiento en competición. 	<ul style="list-style-type: none"> • No cerrar los espacios de entrenamiento o calentamiento de menores. • Controlar las zonas de entrenamiento y calentamiento en competición por el responsable.

En la línea del compromiso adquirido con las anteriores cuestiones desde las distintas organizaciones y entidades deportivas, los clubes son los primeros que deben ser informados ante sospecha o conocimiento de situaciones de abuso sexual a una deportista. Como organismo que está en

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO Y ABUSO SEXUAL A MUJERES EN EL DEPORTE

contacto directo con las/los deportistas, supone la primera medida a adoptar para poder iniciar el procedimiento adecuado que lleve a la intervención en este tipo de casos.

Algunas federaciones cuentan además con un protocolo de actuación específico para cada disciplina deportiva, en el que se indica el procedimiento a seguir en caso de detectar un caso de acoso o abuso sexual.

Además, el Consejo Superior de Deportes –sensibilizado con el acoso y el abuso sexual- cuenta con un procedimiento de actuación específico, compuesto por la figura del Delegado/a de protección a los que cualquier persona –y en especial los clubes deportivos a los que les lleguen sospechas o conocimiento de un caso- puede dirigirse.

Es necesario saber que las actitudes pasivas, la no-intervención, la negación o el silencio de las personas que se encuentran en puestos de toma de decisiones en el ámbito deportivo, conducen a que las consecuencias psicológicas del acoso y el abuso sexual sean mayores. De ahí la importancia de la implicación de los clubes y del compromiso que estos muestran con el bienestar de sus deportistas.

La inacción por parte del entorno – bien sea familiar, social o deportivo- hace creer a las niñas y mujeres víctimas de acoso y abuso sexual que estos comportamientos son legales y socialmente aceptables.

INFORMACIÓN Y ATENCIÓN

CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

Procedimiento de actuación frente a situaciones de acoso y abuso sexual: compuesto por dos delegados de protección, que son personas de distintos sexos conocedoras del entorno deportivo y con especial sensibilidad y capacidad de comunicación para temas relacionados con acoso y abuso sexual (delegado.proteccion@cds.gob.es)

16

CENTRO DE LA MUJER DE GUADALAJARA (PROGRAMA CONTIGO)

Intervención en Situaciones de Agresiones Sexuales a mayores de 18 años.

Dirección: C/ Julián Besteiro, 2. Teléfono: 949.22.07.88
Mail: centromujerguadalajara@yahoo.es

PROGRAMA REVELAS

Prevención e Intervención en Abuso Sexual Infantil dirigido a menores y familiares.

Tel. 949 88 58 17 / 949 88 58 00 revelas.bs@jccm.es

SERVICIOS SOCIALES MUNICIPALES DE ATENCIÓN PRIMARIA

Cita Previa: 949 010 358 (CMI) - 949 010 382 (Cífuentes)

TELÉFONO 24 HORAS, ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

Tel 016 (Sin dejar rastro en la factura)

Tel. 900 10 01 14 del Instituto de la Mujer de Castilla La-Mancha
www.navegadora.castillalamancha.es
noestassola@navegadora.es