

MUJERES VIOLADAS: REENCUENTRO SEXUAL CON LA PAREJA ^ã

Lic. Alicia Cortejarena *

Presentado en el XII Congreso Latinoamericano de Sexología y Educación Sexual
Chile - 2004

Resumen

La violación, a menudo definida como cualquier penetración sexual no deseada de cualquier parte del cuerpo, es un crimen devastador.

Algunas mujeres reciben lesiones físicas, algunas contraen VIH/SIDA u otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y algunas quedan embarazadas. Pero el trauma emocional puede ser peor que cualquier daño físico.

La vida de las mujeres violadas cambia física, cognoscitiva y emocionalmente.

Es necesario aunar recursos para dar una asistencia integral a las sobrevivientes de una violación. Existen programas de cuidado físicos y de seguimiento psicológico para ayudarla.

El objetivo es presentar una experiencia de trabajo en la cual, mediante entrevistas individuales y especialmente con la pareja la mujer violada es acompañada en el proceso de recuperar su plenitud sexualidad.

Palabras clave: Violación, sexualidad, pareja, VIH/SIDA, ITS

Abstract

Rape, often defined as any unwanted sexual penetration of any part of the body, is a devastating crime.

Some women are badly physically injured, some contract HIV/AIDS or another Sexually Transmitted Infections (STD) and some become pregnant. But the emotional trauma can be worse than any physical injury.

The lives of women who are raped change physical, cognitive and emotionally.

Is necessary the joint of the resources to give an integral assistance to the survivors. Exist programs of physical cares and of psychological follow-up her to help.

The objective is to present the work experience in which, by means of individual interviews and specially with her couple the woman violated is accompanied in the process of recovery of a full sexuality.

Key Words: Rape, sexuality, couple, HIV/AIDS, STD

^ã Publicado en la Revista Argentina de Sexualidad Humana; 2005; Volumen 18; N° 1; 7-12.

* Psicóloga. Especialista en Sexología Clínica de la Federación Latinoamericana de Sociedades de Sexología (FLASSES). Coordinadora Violencia Sexual – Hospital Muñiz. Integrante Consejo Consultivo del Programa de Asistencia a Mujeres Víctimas de Violación – Gobierno Ciudad de Buenos Aires. Pro-Secretaria de la Sociedad Argentina de Sexualidad Humana (SASH) y Co-Directora de su Curso de Formación en Sexología Clínica. Miembro de la Sociedad Argentina de SIDA (SAS).
E-mail: cortejarena@fibertel.com.ar

Introducción

La relación entre derechos humanos y violencia basada en género se ha desarrollado especialmente en los últimos años, pudiéndose registrar en los documentos resultantes de las Conferencias Internacionales de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), en las Declaraciones de derechos humanos y en las Convenciones internacionales de protección de tales derechos.¹

- ◆ La Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW, ONU, 1979) y la Recomendación General No. 19 del Comité de la CEDAW (1992) incluyen la violencia basada en el sexo en el concepto de discriminación contra la mujer.
- ◆ La Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer (ONU, 1993) contribuyó a la incorporación de la violencia de género en el marco conceptual de los derechos humanos y a consolidar la idea que las mujeres también son sujetos del derecho internacional.
- ◆ La Conferencia Mundial de Derechos Humanos (Viena, 1993) reconoció expresamente por primera vez, en su artículo 18, que *“los derechos humanos de mujeres y niñas son inalienables y constituyen parte integrante e indivisible de los derechos humanos universales”* y que la violencia de género es incompatible con la dignidad y el valor de la persona humana.
- ◆ La Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (El Cairo, 1994) en su Programa de Acción reconoció que *“los derechos reproductivos son derechos humanos y que la violencia de género es un obstáculo en la salud, los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, y para su educación y participación en el desarrollo”*.
- ◆ La Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Convención de Belem do Pará, OEA, 1994) es el único instrumento internacional específicamente diseñado para erradicar la violencia contra la mujer y legisla en el ámbito de Latinoamérica y el Caribe.
- ◆ La IV Conferencia Mundial sobre la Mujer (Beijing, 1995) señala que: *“la violencia contra la mujer constituye un obstáculo para alcanzar los objetivos de igualdad, desarrollo y paz, el cual viola y perjudica o anula el disfrute, por parte de ella, de los derechos humanos y libertades fundamentales”*.

Violencia contra la mujer es definida como “cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado.”²

Violencia sexual es todo acto de índole sexual donde no medie el consentimiento pleno de una de las personas. Se presenta de diversas formas que incluyen, entre otras: abuso, incesto, hostigamiento, violación.

Violación es cualquier contacto sexual forzado con penetración con una persona que no puede o no quiere dar su consentimiento.³ Asimismo, y con el propósito de utilizar un término neutro en cuanto a género, también se lo denomina “ataque sexual”.^{4 5}

¹ Pandjarijian Valeria; “La relación entre los derechos humanos y la violencia basada en género: Las convenciones y conferencias internacionales”; ponencia ¡Basta! América Latina dice no a la violencia de género: Un taller de disseminación de lecciones aprendidas; Antigua, Guatemala; 17 al 21 de marzo de 2003.

² Organización de los Estados Americanos (OEA); Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar, y Erradicar la Violencia contra la Mujer - Convención de Belem do Pará; Resolución de la Asamblea General del 9 de junio de 1994.

La Organización Mundial de la Salud, aun reconociendo las dificultades técnicas para recopilar información sobre el tema, estimó que en todo el mundo una de cada cinco mujeres, en algún momento de su vida, se ha visto forzada a tener relaciones sexuales contra su voluntad. El “Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud”, es el primer informe de estas características que aborda la violencia como un problema de salud pública en todo el mundo y señala que, en algunos países, el porcentaje de mujeres que declaran haber sido víctimas de agresiones físicas se eleva al 69%, y hasta un 47% de las mujeres señalan haber sufrido una iniciación sexual forzada.⁶

En la Argentina, teniendo en cuenta las cifras proporcionadas por las estadísticas policiales y considerando que las denuncias representan el 10% de los casos reales, se estima que por día se cometen 80 violaciones.

Violencia de género

Con la utilización de términos tales como: “violencia sexual”, “violencia conyugal”, “violencia doméstica” y “violencia intrafamiliar” se invisibiliza que la agresión está dirigida principalmente a las mujeres.

La *violencia basada en género* es un concepto que engloba diversas manifestaciones (incesto, abuso sexual, hostigamiento sexual, violación, prostitución forzada, trata de personas, etc.) cometidas contra las mujeres, las niñas y las adolescentes. El uso de este término resalta la direccionalidad de la violencia y reconoce que la misma o el riesgo de experimentarla, están asociados a la pertenencia al género femenino.⁷

El género es definido básicamente como la construcción social de la diferencia entre los sexos, es decir, las expectativas compartidas acerca del comportamiento adecuado de hombres y mujeres en una determinada sociedad. Joan Scott para su conceptualización, realiza una conexión integral entre dos ideas: como elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en la diferencia sexual (categoría social impuesta sobre un cuerpo sexuado) y como forma primaria de relaciones significativas de poder. O sea, el género, no sólo representa formas de socialización diferenciada, sino fundamentalmente relaciones de poder.⁸

La instrumentalización de esta conceptualización de género como categoría de análisis, permite visibilizar las formas en que se relacionan y articulan la violencia, el poder y los roles de género.

La violencia contra la mujer está presente en todas las culturas del mundo y en todos los estratos sociales, dado que, las mismas pautas y creencias socioculturales que le niegan la igualdad de derechos con el hombre la hacen también más vulnerable al maltrato físico y psicológico y a la violencia sexual. Esta vulnerabilidad es agravada por otras cuestiones, tales como: posición y/o clase social, edad, religión, origen racial, nacional o étnico y orientación sexual.

³ World Health Organization (WHO); “World report on violence and health”; Krug EG et al. eds.; Geneva; 2002.

⁴ American Medical Association (AMA); Strategies for the Treatment and Prevention of Sexual Assault; Chicago; 1995.

⁵ *International Planned Parenthood Federation (IPPF/RHO); Estrategias para el tratamiento y la prevención de la violencia sexual; s.l.; 1995.*

⁶ World Health Organization (WHO); “World report on violence and health”; Krug EG et al. eds.; Geneva; 2002.

⁷ Organización Panamericana de la Salud (OPS); “Violencia Sexual Basada en Género y Salud. Sistematización Taller Introductorio Violencia Sexual y Salud”; *Serie Género y Salud Pública*, San José, Costa Rica; No. 13; octubre 2002.

⁸ Scott, Joan; “El género: una categoría útil para el análisis histórico” ; en Lamas, M. *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*; México; Porrúa; 1996.

Violencia sexual

Históricamente, la violación se ha intentado explicar, como un problema de naturaleza sexual, en el cual el hombre satisfacía impulsos irrefrenables. Sólo recientemente se ha comenzado a analizar como un atentado contra la integridad psicofísica de las mujeres, considerándose como la manifestación extrema de la desvalorización y discriminación de la mujer, de la falta de respeto por sus derechos humanos y su autodeterminación.

En esencia, es un acto en el que se manifiesta e impone una relación de poder desigual entre hombres y mujeres producto de una socialización diferenciada que considera un sexo inferior y más débil que el otro.

Es factible observar que, en general, la sociedad aborda los casos de violencia sexual con conceptos estereotipados basados en una imagen desvalorizada de lo femenino.

Ante la violación de una mujer se suelen escuchar expresiones tales como: “se viste provocativamente”, “que estaba haciendo sola”, “con esa cara debería dar las gracias que la violaron”, “algo habrá hecho”, “seguro que disfrutó y ahora se arrepintió y viene a pedir ayuda”. Las razones que surgen intentan, desde una cultura machista y patriarcal, minimizar y/o justificar la violencia sexual. Paralelamente, al introducirse la representación que la agresión es provocada por el comportamiento de la mujer, se juzga su conducta en lugar de la del violador.

Estos mismos patrones socioculturales operan también en la lógica de las propias mujeres, quienes luego de la violación intentan buscar en sus conductas alguna razón que la justifique, cuestionándose: “cómo no lo vi antes”, “debí haber tenido más cuidado”, “debí haber resistido más”. Así, a lo traumático de la violación le agregan sentimientos de culpa, vergüenza y autocastigo.

Asimismo, la repercusión de estas creencias puede observarse en el silenciamiento que rodea a la violación lo que impide, no sólo brindar la atención necesaria en tiempo y forma, sino también disponer de información confiable. Es común que las mujeres vivan la violencia sexual en silencio por los costos sociales involucrados.

A continuación, y a modo de ejemplo, se exponen algunas de las creencias observadas con mayor frecuencia:

Creencia	Realidad
La violación es un acto impulsivo.	La mayoría son planeadas en detalle, lo cual dificulta la posibilidad de defensa.
La violación está motivada por el deseo sexual.	El motivo es demostrar dominio y poder. El violador utiliza el sexo como una forma de causar dolor y humillación.
Las violaciones ocurren de noche, en zonas oscuras, despobladas y todas las mujeres son jóvenes y atractivas.	Pueden ocurrir en cualquier momento y lugar, no importando edad, clase social o apariencia física.
Las mujeres que se visten con ropa seductora, andan solas por la calle, van a lugares de diversión o toman alcohol, provocan que los hombres las violen.	Ninguna de estas conductas hace merecedora a la mujer del ataque. Lo que se intenta es minimizar y justificar el accionar del hombre, a la vez que se humilla e ignora aún más a la mujer.
Las mujeres dicen “no” cuando en realidad quieren decir “sí”.	Cuando una mujer dice “no” significa “no”, aunque haya quienes pretendan interpretar otra cosa.

La mujer que realmente se resiste no puede ser violada. Si no se defendió lo suficiente es que lo deseaba.	En general, cuando una mujer es violada, evalúa en cada instante sus alternativas de protección y la viabilidad de las mismas. Los daños y lesiones recibidas dan cuenta de los errores en este análisis.
Se va a recuperar fácilmente porque no tiene lesiones físicas importantes.	En general el traumatismo físico es escaso o nulo. Pero dado que a mayor intimidación menor es la lesión física, el daño psicológico es enorme.
Si la mujer no era virgen, entonces no es importante el daño.	La violación es una experiencia traumática cuyas secuelas marcan la vida de las mujeres, especialmente sus relaciones íntimas.
Algunas mujeres denuncian falsas violaciones.	Usualmente ocurre lo contrario dado que la mujer se siente humillada y teme no ser creída.

El estigma⁹ que frecuentemente recae sobre ellas determina que las denuncias sean una mínima expresión de los casos reales. La escasa información es el resultado de una cultura de silencio y las estadísticas oficiales representan así la punta del iceberg de esta problemática.

Sólo la mujer violada puede realizar la denuncia legal y debe respetarse su decisión. Denunciar lo ocurrido, si bien es una experiencia difícil porque deberá revivir lo ocurrido frente a varias personas y responder muchas preguntas, la ayuda a percibirse con derechos y, contrariamente a lo podría suponerse, en la mayoría de los casos, el móvil no es la esperanza que el violador reciba algún castigo, sino evitar que otra mujer atravesase por una experiencia similar.

Independientemente de la denuncia, es importante y necesario para las mujeres violadas romper el silencio, poder hablar de lo ocurrido y solicitar ayuda.

Con frecuencia, aquellas instituciones que deben protegerlas y atenderlas de la violencia de género, como parte integrante de esa misma sociedad, reflejan sus valores culturales, sus normas morales y sus prejuicios, generando una revictimización.

Cuando una mujer, superando patrones sociales, nos relata que fue violada, es esencial que nos abstengamos de juzgarla. La responsabilidad debe recaer en el violador.

Debemos estar todos (instituciones, equipos de salud, familia, pareja, amigos) socialmente preparados para poder escucharla sin que se interpongan prejuicios personales y brindarle la asistencia adecuada.

Mujeres sobrevivientes de violación

Desde la perspectiva de género se aboga por reemplazar el término “víctima” por el concepto de “sobreviviente” que permite¹⁰:

- Visibilizar y valorar las estrategias implementadas, de forma consciente o inconsciente, para impedir la violación y/o disminuir sus efectos,
- Evitar construir identidades de pasividad, sometimiento o poca capacidad de defensa,
- Reconstruir el significado de la experiencia como un proceso activo, de tensión entre padecimiento y resistencia, y

⁹ Goffman, Erving; *Estigma. La identidad deteriorada*; Buenos Aires; Amorrortu; 1995.

¹⁰ Velázquez, Susana; *Violencias cotidianas, violencia de género. Escuchar, comprender, ayudar*; Buenos Aires; Paidós; 2003.

- Enfrentar el proceso de recuperación desde un lugar con recursos, 'ho es lo mismo el sometimiento sin resistencia que ejercer la resistencia posible en condiciones adversas".¹¹

Ante una situación traumática cada persona responde diferente, variando tanto la magnitud de las reacciones como su duración.^{12 13} La violación es una experiencia traumática que requiere contención familiar e intervención profesional especializada.

Luego de este doloroso hecho, a la mujer suele resultarle difícil continuar con su rutina habitual y a veces el proceso le demanda algún tiempo. Las reacciones más frecuentes son: negación, vergüenza, pérdida de autoestima y de control sobre su vida, inseguridad, sentimiento de desamparo e incomprensión, culpa, disminución del interés sexual, temor a salir a la calle, a estar sola, al VIH/SIDA, a otras infecciones de transmisión sexual (ITS) y a la posibilidad de embarazo.

La violencia sexual contra las mujeres genera afecciones inmediatas y con inicio demorado. Además de las posibles lesiones físicas, ocasiona múltiples trastornos a nivel psicológico.

Atención psicológica

En la atención psicológica de las mujeres sobrevivientes de violación es factible observar: síntomas intrusivos o de re-experimentación ("flashbacks"), síntomas depresivos, de evitación fóbica relacionados con la violación, de hipervigilancia con trastornos en el sueño, como asimismo, trastornos sexuales, de ansiedad generalizada, en la alimentación, de concentración y memoria.

En el Hospital Francisco Muñiz funciona un grupo de trabajo en Profilaxis Post Exposición No Ocupacional al VIH y otras ITS, y desde el año 1999 se asiste a sobrevivientes de violencia sexual.

Cabe destacar que las personas que solicitaron atención luego de la violación (aproximadamente 300) son todas mujeres (100%). Por otra parte, la mayoría fueron interceptadas de día, en la vía pública, mediante intimidación y/o amenazas con arma.

Por la particularidad del hospital, único especializado en enfermedades infecciosas, las mujeres sobrevivientes de violación concurren motivadas por su temor al contagio de VIH y otras ITS, y en segunda instancia surge el temor a un embarazo.

Paralelamente a la admisión efectuada por una médica infectóloga, se realiza una primera entrevista psicológica y sexológica de evaluación, contención y esclarecimiento. En la misma, se ofrece un espacio para dialogar, el cual se hace extensivo a su pareja y familia.

Los daños de la violación son amplios, y no solo afectan a la mujer violada sino también a su pareja, familia y a sus relaciones sociales y laborales, quienes suelen consultar preocupadas por no saber como actuar.

Con frecuencia, en un primer momento, se observa en la mujer violada cierta dificultad en contactarse con la experiencia traumática, pero el solo hecho de hablar de lo sucedido, de romper el silencio puede ayudarla.

¹¹ Ruffa, Beatriz; Ponencia realizada en la Jornada Interdisciplinaria sobre delitos contra la integridad sexual y trata de mujeres, niños y niñas; realizada en la Cámara de Diputados de la Nación; noviembre de 2004.

¹² American Psychiatric Association; Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM IV) ; Masson; Barcelona; 1995.

¹³ Cía, Alfredo; *Trastorno por Estrés Postraumático. Diagnóstico y tratamiento integrado*; Buenos Aires; Imaginador; 2001.

Por otra parte, ella necesita recuperar el control sobre sus acciones y re-ubicarse en su propio ritmo. Una forma de ayudarla es evitarle cualquier situación en la cual se pueda sentir presionada. No nos olvidemos que fue recientemente obligada a tener una experiencia sexual contra su voluntad.

Algunas veces acciones simples se transformarán en situaciones amenazantes para la mujer que esta intentando superar las consecuencias de una violación. Por ejemplo, que le hablen o se le acerquen fuera del ámbito de su vista, puede resultarle atemorizante.

Otra dificultad que enfrentan algunas mujeres violadas es el temor a reanudar su vida sexual. A veces ni siquiera toleran ser tocadas.

En la intimidad

Con frecuencia las mujeres sobrevivientes de una violación tienen dificultades al reestablecer relaciones con sus parejas o, si no las tienen, de iniciar una relación que implique algún acercamiento de tipo sexual.

Algunas mujeres con pareja estable refieren que durante el contacto sexual suelen dispararse sentimientos no placenteros y atemorizantes acompañados, en algunos casos, de recuerdos vívidos del evento traumático ("flashbacks"). En este estado, si la mujer si siente respetada por su pareja y puede dialogar al respecto, es factible que, con ayuda profesional, pueda reconocer y explorar otras alternativas de acercamiento.

Una adecuada reacción de la pareja supone, entre otras cosas, creerle, no acusarla, respetar sus tiempos, escucharla cuando necesite hablar de lo que pasó, como así también respetar su silencio. Por ello, en la asistencia psicológica de la mujer violada se debe considerar la atención de su pareja.

Para la gran mayoría de los hombres es difícil dar apoyo, porque se movilizan en ellos sentimientos y reacciones que les resulta difícil reconocer y controlar. Algunos perciben la violación como un atentado a su masculinidad, como otro hombre se atrevió a abusar de "su mujer", y surgen inquietudes del tipo: la habrá hecho gozar, le habrá gustado, será mejor que yo, etc.

En otros hombres surgen fuertes sentimientos de impotencia, rabia y frustración, que si no se canalizan correctamente, son volcados mediante reproches y agresiones sobre la mujer violada (revictimización), lo que puede agudizar su cuadro.

Otros, que no saben que actitud tomar, minimizan el hecho o intentan invisibilizarlo, y prefieren alejarse en lugar de hablar de lo ocurrido.

Reinicio de relaciones sexuales

El objetivo de la terapia sexual luego de una violación, es promover una relación íntima sin que la mujer se sienta atemorizada o incómoda.

Durante los días siguientes a la violación, mientras el hombre desea reiniciar las relaciones sexuales de inmediato, con frecuencia la mujer prefiere abstenerse de cualquier tipo de actividad sexual. Así, en una primera etapa, es probable que se sentirá más cómoda si su pareja se limita a abrazarla o acariciarla.

El tema es que quizás tenga inconvenientes para plantear su decisión tanto por las pautas socioculturales adquiridas al respecto, como por estimar que, si no pudo interponer una resistencia tal que impidiera la violación, como le va a negar tener sexo a su pareja. Es de destacar que, la actitud de la pareja en cuanto a conocer y respetar su voluntad contribuirá para facilitar una pronta y total recuperación

Si bien no se le puede ordenar al deseo que surja en un momento determinado, si se puede crear un escenario que facilite su aparición. En un principio resulta beneficioso que los acercamientos se realicen a plena luz, para ir luego graduando la intensidad de acuerdo al gusto de ambos. Esto le permite a la mujer reconocer que está con la persona que ella eligió y poder entregarse al juego amoroso. Es necesario que el ambiente sea adecuado, le brinde seguridad, tranquilidad y le permita así actuar y sentir libremente.

Según Helen Kaplan, “En primer lugar, una mujer no puede responder a menos que sea estimulada adecuadamente. En segundo lugar debe estar suficientemente relajada como para ser capaz de responder a esta estimulación y abandonarse a la experiencia.”¹⁴ Para el caso especial de la mujer sobreviviente de una violación es conveniente invertir este orden. De esta forma, el objetivo primario del tratamiento consiste en reducir al mínimo la ansiedad de la mujer mediante una desensibilización que se realizará en forma gradual, sin exigencias y sin prisa.

El reencuentro con los sentidos se hace indispensable para deconstruir el cuerpo violado. La vista, el tacto, el oído, el olfato y el gusto, que son sensaciones básicas, con la colaboración de la pareja permitirán la co-construcción de una sexualidad plena y gratificante.¹⁵

Entre las estrategias a desarrollar, se encuentra la prescripción de tareas eróticas, para las cuales se deberá prestar especial atención al tipo de violación sufrida, para evitar así un efecto contraproducente al objetivo deseado.

Nuestros sentidos nos proporcionan todo tipo de sensaciones y el tacto implica comunicación, acercamiento y estímulo. El masaje es un medio para liberar ansiedades y tensiones, siendo su verdadera esencia, quizás, el contacto humano que posibilita: constituye una experiencia en la que damos y recibimos, en la que nos conocemos y conocemos a nuestra pareja. Es factible que, las mujeres mediante el masaje, vuelvan a sentirse bien con su cuerpo al redescubrir el placer que pueden obtener a través del mismo.¹⁶

En el masaje de relajación se establece un contacto corporal suave y delicado que crea una atmósfera de intimidad y confianza. La piel es la mayor zona erógena del cuerpo y puede ser fuente de inmenso placer, aunque en ocasiones también puede provocar malestar y/o evocar recuerdos desagradables.

El masaje sensual incorpora los movimientos destinados a estimular a la mujer, intensificar sus sentidos y revitalizar cada una de las zonas del cuerpo. El modo de tocar, de mover las manos, todo cambia, combinándose caricias suaves y reconfortantes con otras llenas de seducción.

Las caricias sensuales contribuirán a aumentar la sensibilidad de la mujer, estimulando tanto el cuerpo como sus fantasías sexuales. El tocar y acariciar despierta sensaciones que perturban y excitan, algunas parejas creen que es solo un disparador para el inicio de la relación sexual, sin embargo, constituyen un fin en sí mismo. Las caricias, como comunicación no verbal o analógica,

¹⁴ Helen Kaplan; *La Nueva Terapia Sexual – II*; Madrid; Alianza; 1993; pág. 478.

¹⁵ Sonntag, Linda; *Sexo sensacional. Guía definitiva del sexo y la pasión*; Madrid; Libsa; 2000.

¹⁶ Mumford, Susan; *Guía del masaje sensual para relajar y estimular*; Barcelona; Blume; 1994

permiten transmitir sentimientos con bajo grado de abstracción, por lo cual, evitan la trampa de las palabras al tiempo que expresan sentimientos.

Para que cada caricia constituya una fuente de placer es importante que la pareja preste atención a las reacciones del cuerpo de la mujer. Por su parte, ella deberá tomar la responsabilidad de su propio goce sexual, manifestar con sinceridad sus sensaciones y comunicar sus necesidades eróticas de forma clara y sencilla, sin vergüenza, culpa, ni temor al rechazo.

Palabras suaves y amorosas susurradas al oído, junto a otras que por su carga afectiva evoquen códigos compartidos crean un clima especial que facilita explicitar los deseos sensuales/sexuales. Poder transmitir los deseos y ser escuchado ofrece la posibilidad de compartir secretos y fantasías. Es importante comunicar tanto las cosas que gustan y como aquellas que no, dado que el deseo es dinámico y fluctuante.

El perfume natural del cuerpo de la persona elegida suele ser por sí solo estimulante, e incorporando el uso de aceites y fragancias podrá convertirse en una experiencia enriquecedora y gratificante.

Durante la terapia sexual se le ofrece la posibilidad de aprender a negociar sexualmente, a decir no al otro y pedir lo que se desea. Es de esperar que, como resultado del proceso, la mujer violada y su pareja mejoren su intimidad y aprendan a comunicarse de una forma más auténtica y profunda.

La mayoría de las mujeres sobrevivientes de violación, con una adecuada asistencia profesional, se recuperan del trauma de la violación y pueden volver a reintegrarse plenamente a su vida amorosa.

Discusión

La violencia basada en género es un problema silenciado a lo largo de los siglos y afecta el bienestar de mujeres, adolescentes y niñas, con graves consecuencias para su salud sexual y reproductiva, afectando su capacidad de prevenir el embarazo no deseado y de protegerse contra las infecciones de transmisión sexual.

Representando un problema de salud pública de enormes proporciones, el sistema de atención de salud no está en particular preparado para abordar esta problemática y sus consecuencias. Es importante contar con políticas integrales que incluyan no sólo redes de servicios interdisciplinarios claros y precisos, sino también programas de prevención.

Las organizaciones de mujeres de todo el mundo vienen luchando hace años para prevenir y combatir la violencia contra la mujer, habiendo logrado modificar los términos del debate y analizarla como violación de derechos humanos.

A partir de allí se han implementado estrategias que permiten, no solo acudir en apoyo de aquellas mujeres que han sido atacadas, sino también ejercer las acciones tendientes a visibilizar la violencia con sesgo de género con miras a lograr una prevención adecuada.

Para que estas acciones sean eficaces, será necesario que la sociedad asuma la violencia contra la mujer como el resultado de relaciones desiguales e inequitativas construidas culturalmente.

Bibliografía

- American Medical Association (AMA); *Strategies for the Treatment and Prevention of Sexual Assault*; Chicago; 1995.
- American Psychiatric Association; *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM IV)*; Masson; Barcelona; 1995.
- Caldiz, Laura; Resnicoff, Diana; *Sexo, mujer y fin de siglo. La intimidad redescubierta*; Buenos Aires; Paidós; 1997.
- Chang, Jolan; *El Tao del amor y del sexo. La antigua vía china hacia el éxtasis*; Colombia; Plaza & Janes; 1991.
- Cía, Alfredo; *Trastorno por Estrés Postraumático. Diagnóstico y tratamiento integrado*; Buenos Aires; Imaginador; 2001.
- Elkefi, Saï da; *El arte de la sexualidad energética. Los secretos de las técnicas orientales del amor*; Barcelona; Robin Book; 1995.
- Friday, Nancy; *Mi jardín secreto*; Barcelona; Ediciones B; 1993.
- Gallotti, Alicia; *Kama-sutra para la mujer. Cómo hacerle perder la cabeza*; Buenos Aires; Martínez Roca; 2001.
- Gallotti, Alicia; *Placer sin límites. Las mejores técnicas sexuales*; Buenos Aires; Martínez Roca; 2000.
- Giambroni, Carlos; Cortejarena, Alicia; Budich, Paula; "Pasión: that forgotten pleasure"; trabajo presentado en el 16th World Congress of Sexology; La Habana; Cuba; 2003 [Abstract 388].
- Gindin, Roberto; *La nueva sexualidad de la mujer*; Buenos Aires, Grupo Editorial Norma; 2003.
- Goffman, Erving; *Estigma. La identidad deteriorada*; Buenos Aires; Amorrortu; 1995.
- Helen, Kaplan; *La Nueva Terapia Sexual – II*; Madrid; Alianza; 1993.
- Helen, Kaplan; *Trastornos del deseo sexual*; Barcelona; Grijalbo; 1982.
- International Planned Parenthood Federation (IPPF/RHO); *Estrategias para el tratamiento y la prevención de la violencia sexual*; s.l.; 1995.
- Masters, Williams; Johnson, Virginia; *El vínculo del placer. Un nuevo enfoque del compromiso sexual*; Barcelona; Grijalbo; 1985.
- Mumford, Susan; *Guía del masaje sensual para relajar y estimular*; Barcelona; Blume; 1994
- Organización de los Estados Americanos (OEA); *Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar, y Erradicar la Violencia contra la Mujer - Convención de Belém do Pará*; Resolución de la Asamblea General del 9 de junio de 1994.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS); "Violencia Sexual Basada en Género y Salud. Sistematización Taller Introductorio Violencia Sexual y Salud"; *Serie Género y Salud Pública*; San José, Costa Rica; No. 13; octubre 2002.
- Pandjarian Valeria; "La relación entre los derechos humanos y la violencia basada en género: Las convenciones y conferencias internacionales"; ponencia ¡Basta! América Latina dice no a la violencia de género: Un taller de disseminación de lecciones aprendidas; Antigua, Guatemala; 17 al 21 de marzo de 2003.
- Ruffa, Beatriz; Ponencia realizada en la Jornada Interdisciplinaria sobre delitos contra la integridad sexual y trata de mujeres, niños y niñas; Cámara de Diputados de la Nación; noviembre de 2004.
- Scott, Joan; "El género: una categoría útil para el análisis histórico"; en Lamas, M. *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*; México; Porrúa; 1996.
- Sonntag, Linda; *Sexo sensacional. Guía definitiva del sexo y la pasión*; Madrid; Libsa; 2000.
- Velázquez, Susana; *Violencias cotidianas, violencia de género. Escuchar, comprender, ayudar*; Buenos Aires; Paidós; 2003.
- World Health Organization (WHO); "World report on violence and health"; Krug EG et al. eds.; Geneva; 2002. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/full_en.pdf