English to Spanish translation

# About sexualized violence, boundaries, consent, supports and resources at UVic

## UVic está aquí para apoyarte

UVic asume el compromiso de prevenir la [violencia sexualizada](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php) (*sexualized violence*) en nuestro campus. Queremos que todas las personas conozcan las opciones disponibles de información, recursos y apoyo. La Oficina de Recursos sobre Violencia Sexualizada (*Sexualized Violence Resource Office*, SVRO), que forma parte de la Oficina de Equidad y Derechos Humanos (*Equity and Human Rights*), ofrece apoyo y opciones a toda la comunidad estudiantil, al personal y al profesorado afectados por la violencia sexualizada.

## Expectativas de UVic:

Queremos que en UVic se respire un ambiente seguro e inclusivo. Para lograr ese objetivo, es necesario que todas las personas conozcan y entiendan la [Política](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/resolution-options/index.php) de Prevención y Respuesta a la [Violencia Sexualizada](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php), así como las [leyes canadienses](https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/acts/C-46/index.html) relacionadas.

Sabemos que la violencia sexualizada se manifiesta de muchas formas y es una preocupación social en Canadá y en otras partes del mundo. La posición de UVic es que la violencia sexualizada es inaceptable y que todas las personas tienen el derecho humano fundamental a vivir, aprender y trabajar en un entorno libre de violencia sexualizada.

## Información importante para estudiantes internacionales:

* En UVic, la [violencia sexualizada](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php#ipn-sexualized-violence) está prohibida.
* Las y los estudiantes internacionales afectadas(os) por la violencia sexualizada tienen los mismos derechos que las (los) estudiantes canadienses.
* Si pasaste por una situación de violencia sexualizada, no tienes la culpa.
* Ofrecemos apoyo y asesoramiento confidencial.
* Está bien pedir ayuda; tu estatus de residente temporal no se verá afectado.

## En UVic tienes derecho a:

* Recibir un trato digno y respetuoso.
* Establecer límites y elegir las actividades sexuales y/o íntimas en las que deseas participar.
* Recibir [apoyo](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php) si tú o alguien que conoces ha pasado por una situación de violencia sexualizada.

## Quienes integran la comunidad de UVic deben:

* Tratar con respeto y aplicar el [consentimiento](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/consent/what-is-consent/index.php) en sus interacciones con otras personas.
* Conocer las expectativas de UVic establecidas en la [Política de Prevención y Respuesta a la Violencia Sexualizada](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/resolution-options/index.php).
* Hacer preguntas e informarse más si tienen dudas sobre las expectativas.
* Comprender que las diferencias culturales no justifican comportamientos que UVic define como violencia sexualizada.

## Preguntas y preocupaciones

Aquí respondemos algunas preguntas y preocupaciones específicas de estudiantes internacionales sobre la [violencia sexualizada](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php#ipn-sexualized-violence). Este documento proporciona información básica e importante sobre violencia sexualizada y consentimiento. Hay traducciones de esta importante información en chino simplificado, farsi, japonés, coreano, francés y español.

### P1. ¿Qué significa violencia sexualizada?

Respuesta: Así define UVic la violencia sexualizada:

* “Todo acto o comportamiento no consensuado, indeseado, ya sea real, intentado o amenazado, que se realice mediante medios sexuales o dirigido contra el sexo, la identidad sexual o la identidad o expresión de género de una persona”.
* “Serie de comportamientos que pueden ocurrir a través de cualquier forma o medio de comunicación (p. ej., en línea, medios sociales, verbal, escrito, visual) o por contacto físico”.
* “Puede darse entre personas independientemente de su orientación sexual, género, expresión o identidad de género”.
* “[Tiene la posibilidad de ocurrir] entre personas que mantienen o mantuvieron una relación íntima, quienes tienen una relación no íntima (p. ej., conocidos, amigos y compañeros de trabajo) y entre personas desconocidas”.

### P2. ¿Cuáles son algunos ejemplos de violencia sexualizada según la definición de UVic?

Respuesta: La violencia sexualizada puede manifestarse de varias formas y puede o no implicar contacto físico directo. Esto significa que la violencia sexualizada también puede ocurrir verbalmente, por escrito, mediante imágenes o en entornos digitales. La violencia sexualizada abarca comportamientos que incluyen, entre otros:

* Agresión sexual
* Explotación sexual
* Acoso (hostigamiento) sexual
* Acoso
* [*Stealthing*](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions-facts/index.php) (quitarse o alterar intencionalmente el condón u otro dispositivo anticonceptivo sin consentimiento de la otra persona)
* Exposición indecente de partes del cuerpo privadas
* Voyerismo
* Comentarios inapropiados con connotación sexualizada
* Difusión de imágenes, fotografías o videos sexualmente explícitos de una persona sin el consentimiento de quien aparece en la fotografía o el video

UVic utiliza una definición intencionalmente amplia de violencia sexualizada para abordar y prevenir múltiples formas de comportamientos nocivos. Puede que esta definición sea distinta a la de otras instituciones, regiones o países, y por eso alentamos a todas las personas a leer y entender [la definición de UVic](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php) y los ejemplos señalados.

Si tienes preguntas sobre esta definición o estos ejemplos, contacta a la SVRO. Estamos disponibles para responder preguntas y apoyarte.

### P3. ¿Por qué la violencia sexualizada es un problema tan grave en Canadá y en otros lugares?

Respuesta: La violencia sexualizada es el resultado de actitudes y creencias conscientes e inconscientes de carácter discriminatorio. Por ejemplo, las mujeres y las niñas sufren violencia sexualizada con mucha más frecuencia que los hombres y los niños debido a creencias sexistas que consideran que las mujeres son inferiores a los hombres. Estas ideas se entrecruzan con otros sistemas de creencias sobre raza, sexualidad y ciudadanía (entre otros), lo que provoca que algunas poblaciones sufran violencia sexualizada con más frecuencia que otras.

Por ejemplo, sabemos que las mujeres indígenas, las niñas y las personas de Dos Espíritus (*Two Spirit*) tienen más probabilidades que las mujeres blancas de sufrir violencia sexualizada debido a la forma en que el sexismo y el racismo se conectan. Lo mismo sucede con el aumento de los índices de violencia sexualizada entre las mujeres inmigrantes y refugiadas: su género, raza y estatus de ciudadanía pueden hacer que sean victimizadas de forma diferente y más frecuente que las mujeres blancas. Para poner fin a la violencia sexualizada, debemos cuestionar *todas* las actitudes y sistemas de creencias perjudiciales.

Estos aspectos de la identidad de una persona (p. ej., raza, identidad étnica, sexo, género, sexualidad, edad, país de origen, etc.) también pueden determinar cómo afecta la violencia sexualizada a las personas. Por ejemplo, algunas personas tendrán más confianza para animarse a buscar apoyo, mientras que otras quizá no se sientan cómodas o seguras al hacerlo. Nuestro objetivo en UVic es crear un entorno en el que todas las personas busquen apoyo independientemente de su identidad personal.

## Establecer y respetar límites personales

Reconocer y respetar los límites de otra persona es fundamental para aplicar el consentimiento. Los límites personales son el conjunto de expectativas que cada persona establece sobre la forma en que desea ser tratada. Por ejemplo, los límites pueden incluir la necesidad de mucho espacio personal o no querer que otras personas le toquen. Cada persona puede tener límites personales y exigir que se respeten.

Los límites difieren de una persona a otra, y también varían de una cultura a otra. Por ejemplo, en algunas culturas es apropiado saludar con un beso en la mejilla, mientras que en otras lo normal es dar un abrazo. Aunque las tradiciones son importantes, no superan la importancia de respetar los límites personales. Jamás debemos dar por hecho que alguien quiere recibir un beso en la mejilla o un abrazo. En vez de eso, es importante pedir siempre el consentimiento para no incomodar a los demás.

Si alguien no te hace caso o no respeta tus límites, puedes decirlo claramente y establecer tus propios límites, por ejemplo: “¿Podemos darnos la mano mejor? No me gusta que me abracen”. Cuando alguien estableció sus límites, es importante escuchar y respetar sus necesidades.

Te compartimos un [video corto](https://youtu.be/fGoWLWS4-kU?si=ox9LldVNtcb8f-Jq) que explica los fundamentos del consentimiento y los límites, usando el té como ejemplo.

Dialogar de manera respetuosa y con un entendimiento claro del consentimiento es esencial para prevenir la violencia sexualizada. Esto incluye las interacciones en línea y en persona, con otros estudiantes, el personal, docentes y miembros de la comunidad. Si no conoces bien los temas sobre respeto y consentimiento, o si tienes dudas sobre qué comportamientos son apropiados o no en Canadá, te ofrecemos información adicional para estudiantes, personal y docentes internacionales [aquí](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/consent/index.php).

## La Oficina de Recursos sobre Violencia Sexualizada (SVRO)

La SVRO de UVic está disponible para apoyar a quienes hayan vivido experiencias de violencia sexualizada. Escucharemos, daremos información y orientación, y pondremos a la persona en contacto con la ayuda adecuada. Generalmente, esto ocurre después de que alguien haya revelado un incidente. **Revelar** un incidente significa simplemente hablar de tu experiencia de violencia sexualizada. Al conocer algunos detalles, la SVRO podrá determinar las opciones y apoyo que mejor se adaptan a tu situación. Tras revelar lo que viviste, tú eres quien decide qué hacer a continuación.

Revelar o hablar de un incidente no es lo mismo que hacer una **denuncia**. Una denuncia es un procedimiento formal que inicias si quieres que la universidad investigue y sancione a la persona que causó el daño. No es lo mismo que una investigación policial.

Si tú o alguien que conoces sufrió un incidente de violencia sexualizada, puedes:

* Hacer una [revelación de forma anónima](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php#ipn-anonymous-disclosure)
* Llamar, mandar un correo electrónico o acudir a la [Oficina de Recursos sobre Violencia Sexualizada](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php) (SVRO) en la Oficina de Equidad y Derechos Humanos para obtener más información y revelar el incidente en persona
* Ir acompañada/o de alguien que te apoye

La información que compartas con la SVRO será confidencial.

Si tienes dudas sobre los recursos disponibles para estudiantes internacionales, contacta al [Centro Internacional para Estudiantes (*International Centre for Students*)](https://www.uvic.ca/international-experiences/contacts/meet-the-ics-team/index.php).

[Otros apoyos a tu disposición.](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php)

## Qué hacer si alguien te revela un incidente

Si alguien comparte contigo su experiencia de violencia sexualizada, es probable que sea porque necesita apoyo. Si alguien te confía lo que vivió, lo mejor que puedes hacer es:

* Cree en lo que te dice. Es una de las cosas más importantes para apoyarle.
* Muestra bondad y empatía. Por ejemplo, puedes decir: “Siento mucho que hayas pasado por eso”.
* Pregúntale qué necesita. Averigua qué necesita a corto plazo y determina con honestidad cómo puedes ayudarle. Respeta su decisión sobre qué hacer a continuación.
* Respeta la confidencialidad. No hables de su experiencia con otras personas sin su autorización. Si algo te preocupa, contacta a la SVRO para pedir orientación confidencial. En algunos casos, quizá sea necesario romper la confidencialidad, por ejemplo, si nos preocupa que pueda volver a ocurrir lo mismo o que le ocurra a alguien más; en ese caso, te guiaremos para proceder de la mejor manera posible.
* Comunícate con la SVRO. Podemos ofrecer apoyo confidencial, opciones e información, incluyendo información sobre otros servicios de apoyo como el Centro de Apoyo para Casos de Agresión Sexual de Victoria (*Victoria Sexual Assault Center)*, el Centro de Bienestar Estudiantil (*Student Wellness*) o el Proyecto Contra la Violencia (*Anti-Violence Project*).

## ¿Qué es el consentimiento?

UVic define el consentimiento como “el acuerdo voluntario para tener contacto físico o actividad sexual y continuar con dicho contacto o actividad. Consentimiento significa que todas las personas involucradas muestran, con palabras o acciones, que aceptan de manera libre y mutua participar en un contacto o actividad. La responsabilidad de obtener el consentimiento de forma continua recae en la persona que inicia el contacto o la actividad sexualizada”.

## Cómo poner en práctica el consentimiento

Es importante saber la definición que UVic da al consentimiento, pero también cómo aplicarlo en tu vida cotidiana. Esto consiste en:

* **Comunicación clara** – decir clara y específicamente lo que quieres para que la otra persona pueda tomar una decisión informada sobre si también quiere hacerlo.
* **Preguntar antes de actuar** – interesarse en lo que quiere la otra persona haciendo preguntas al principio de una cita o interacción, durante la misma y, sobre todo, antes de cambiar de actividad (p. ej., pedir permiso para tomarle la mano y luego, si quieres darle un beso, pedirle permiso también).
* **Asumir la responsabilidad** – cuando quieres iniciar algo (p. ej., darle un abrazo o un beso), es tu responsabilidad pedir consentimiento.
* **Respetar los límites** – cuando alguien marca un límite (verbalmente o mediante su lenguaje corporal), tienes que detenerte, escuchar lo que dice y respetar sus decisiones. Nunca está bien presionar a alguien para que haga lo que tú quieres.
* **Aceptar el rechazo** – prepárate para un “no” y detente; puede ser que la persona no quiera hacer algo, o puede estar de acuerdo al principio y luego cambiar de opinión. Ese es su derecho y el tuyo.
* **Entender el lenguaje corporal** –las personas se comunican con palabras y acciones, y aprender las señales no verbales es parte importante de practicar el consentimiento.
* **Diálogo continuo** – el consentimiento no es como marcar casillas (sí o no); el consentimiento real implica mantener una comunicación clara, constante y abierta, sin importar el tipo de relación o historial sexual.
* **Entender el poder** – no hay consentimiento si la otra persona se siente presionada, coaccionada, forzada, intimidada o amenazada.

Si alguien habla arrastrando las palabras o dice incoherencias, no puede mantenerse de pie, se desmaya, se duerme o vomita, entonces está incapacitada y no puede dar su consentimiento.

Una persona puede estar incapacitada por haber consumido alcohol y/o sustancias o drogas. El alcohol y otras sustancias pueden inhibir la habilidad de procesar información y resolver problemas, afectando su capacidad de dar su consentimiento.

Otras personas pueden quedar incapacitadas debido a una respuesta traumática, como revivir un incidente doloroso, perturbador y/o aterrador del pasado, y podrían paralizarse o actuar de forma diferente y parecer no comprender lo que ocurre a su alrededor.

## El alcohol y consentimiento

En la mayoría de las situaciones de violencia sexualizada en estudiantes de UVic, también hay presencia de alcohol (y a veces drogas/sustancias). Esto no significa que el alcohol sea la causa de la violencia sexualizada, pero sí que el alcohol y otras sustancias complican y hacen más difíciles algunas interacciones. Por ejemplo, cuando alguien ha estado bebiendo alcohol, podría resultarle más difícil identificar las señales de comunicación no verbal de los demás (p. ej., desviar la mirada o guardar silencio para mostrar incomodidad y falta de consentimiento). La persona que ha estado bebiendo o consumiendo sustancias es responsable de sus actos, y debe pedir y asegurarse de recibir el consentimiento.

Datos importantes que necesitas saber:

* En B.C., la edad legal para consumir alcohol y cannabis es 19 años.
* Incluso una pequeña cantidad de alcohol puede reducir las inhibiciones y afectar cómo tomamos decisiones y nuestra capacidad para identificar límites y aplicar el consentimiento.
* Beber alcohol puede afectar nuestra capacidad para hablar sobre consentimiento y captar los cambios en las señales verbales y no verbales de consentimiento (p. ej., hacer contacto visual o evitarlo).
* Consumir exceso de alcohol y combinarlo con otras sustancias es aún más incapacitante y altera la capacidad de las personas para aplicar el consentimiento.

Estar en estado de ebriedad o bajo los efectos de sustancias no es excusa para no aplicar el consentimiento. Si estás demasiado ebrio/a o bajo los efectos de sustancias como para pedir consentimiento, tienes que detenerte.

Si alguien traspasa tus límites cuando estás bajo los efectos del alcohol o sustancias/drogas, nunca es culpa tuya. No importa si consumiste alcohol o sustancias/drogas, la Oficina de Recursos sobre Violencia Sexualizada está para ayudarte.

[Consulta más información](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/consent/alcohol-consent/index.php) sobre alcohol, cannabis y otras sustancias y el consentimiento.

## Consentimiento como práctica diaria

Para la mayoría, sentirnos conectados con otras personas es importante. Quizá busquemos amistades y/o relaciones románticas con otras personas. La manera de llevar a cabo estas actividades varía de una cultura a otra. Lo que es bien recibido y esperado en una cultura puede no serlo en otra. Hacer suposiciones, malinterpretar el lenguaje corporal y no entender los matices del idioma de otra persona son errores comunes en la comunicación intercultural y en las interacciones diarias.

La comunicación clara y la práctica del consentimiento son fundamentales para evitar incomodar a otras personas y para prevenir todas las formas de violencia sexualizada. Respetar significa, por ejemplo, pedir permiso antes de sentarse muy cerca de alguien o de ponerle un brazo sobre los hombros. En lugar de suponer, pregunta a la otra persona: “¿Puedo abrazarte?” Si la otra persona no responde, parece incómoda o cambia de tema, no debes abrazarla.

Ten en cuenta que existen dinámicas de poder en nuestras relaciones con los demás que pueden influir en la capacidad de decir “sí” o “no” y otorgar libremente el consentimiento. Por ejemplo, un estudiante de pregrado podría sentir presión para aceptar salir con un/a profesor/a de posgrado por miedo a las repercusiones de decir que no. En estas situaciones, la persona que tiene el poder es responsable de NO exponer a una situación incómoda a quien no tiene poder.

El choque cultural, o la desorientación de llegar a un entorno nuevo o diferente, puede ser difícil. Esto ocurre especialmente al tratar de aprender y desenvolverse con nuevas expectativas culturales sobre el consentimiento, las citas y las relaciones. La SVRO está a tu disposición; puedes hablar con nosotros confidencialmente para recibir más información, recursos y apoyo.

[**Formación y talleres sobre consentimiento disponibles**](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/workshops/index.php)