

PENSAMIENTOS Y COMPORTAMIENTOS SEXUALES

¿Qué es el consentimiento?

PALABRAS CLAVE

comunicación | respeto | límites



you have
the power
to say no!

is this
okay?

El consentimiento representa la luz verde para cualquier actividad sexual. Significa que **ambas partes están de acuerdo en participar de manera voluntaria**, usando tanto sus palabras como sus acciones. Es como una brújula que guía las relaciones saludables y respetuosas, especialmente cuando las cosas se vuelven íntimas.

- El consentimiento **se da en función de cada caso**, lo que significa que estar de acuerdo con una cosa no implica estar de acuerdo con todo.
- Además, el consentimiento es **reversible**, lo que significa que, si dijiste sí una vez en el pasado, eso no significa que tengas que decir sí siempre o en cualquier momento en el futuro.
- El consentimiento debe ser **informado**, lo que significa que ambos participantes están al tanto de los detalles exactos de su experiencia. Si alguien dice que va a usar un condón y luego no lo hace, esto no es consentimiento.

- El consentimiento **siempre se da de forma libre**, sin presión, manipulación ni bajo la influencia de drogas o alcohol.
- El consentimiento es **entusiasta**. En lo que respecta al sexo, solo debes hacer cosas que quieras hacer, no cosas que sientas que se espera que hagas.

Si quieres saber más sobre coerción sexual, consulta esta lección: "¿Debería sentir la obligación de tener sexo?"

¿Cómo pedir consentimiento?

Pedir consentimiento es lo responsable y lo correcto. Si no tienes la seguridad de si tu pareja está en la misma sintonía que tú, haz preguntas como: "¿Esto está bien para ti?" o "¿Podemos continuar?" La comunicación abierta es clave. También debes observar el lenguaje corporal. Si los gestos parecen inseguros o incómodos, es momento de hacer una pausa y asegurarte de que ambas partes sintáis comodidad.

Respetar la decisión de la otra persona

El consentimiento es un camino de doble sentido: si cualquiera de las personas cambia de opinión en cualquier momento, es completamente aceptable. Puedes cambiar de opinión en cualquier momento, y lo mismo se aplica a tu pareja.

Cuando hay duda:

- **El consentimiento no es un acuerdo que se da una sola vez** y, si alguien te dio su consentimiento en el pasado, tiene el derecho de decir que no y revocarlo en cualquier momento, incluso si esto ocurre solo un minuto después.
- **"Tal vez" no significa "sí."** Significa que necesitarás más comunicación y asegurarte. La ropa que alguien lleva puesta o cómo se comporta no implica consentimiento, por lo que siempre debes pedir que lo confirme. Si alguien está bajo la influencia de drogas o alcohol, no puede dar un consentimiento válido. Si no tienes la seguridad de que alguien pueda darte un consentimiento válido e indudable, no presiones.
- **Si todavía tienes dudas, pregunta.** Siempre es mejor tener absoluta certeza. Si la otra persona no quiere responder o no es clara, respeta su decisión y no la presiones. El consentimiento se trata de un acuerdo entusiasta, no solo de la ausencia de un "no."

El consentimiento es algo innegociable en cualquier relación saludable. Se trata de respetar los límites de cada persona, tener conversaciones abiertas y asegurarse de que ambas partes os sentís con comodidad y seguridad. Sin consentimiento, la actividad sexual (incluyendo todos sus tipos) es agresión sexual o violación. Recuerda, tienes el derecho de establecer tus propios límites y siempre debes respetar los límites de los demás.

Mantenlo consensuado, mantenlo respetuoso y prioriza siempre el bienestar de todas las personas.



**PENSAMIENTOS Y
COMPORTAMIENTOS
SEXUALES**

