

¿Debería sentir la obligación de tener relaciones sexuales?

PALABRAS CLAVE

sexo | consentimiento | coerción | manipulación



No importa la atracción que sientas por alguien o la emoción que sientas por tu conexión, sentirte con la obligación de tener relaciones sexuales es una señal de alerta importante. La presión sexual (a veces denominada **coerción sexual**) puede ocurrir no solo cuando alguien **insiste en tener relaciones sexuales incluso cuando has dicho "no", sino también cuando has dicho "sí" pero realmente no te interesa.**

Si alguna vez te obligan o presionan para tener relaciones sexuales, es importante que nunca te culpes y se lo digas a un adulto o a otra persona de confianza lo antes posible. Incluso hablar con un médico o consejero puede ayudarte a entender cómo te sientes si alguna vez has tenido relaciones sexuales cuando no querías.

Recuerda: **solo tú debes decidir cuánta intimidación física quieres tener**, ya sea con tu pareja, alguien que te gusta, un amigo o alguien que acabas de conocer.

Presta mucha atención a estas señales de que alguien podría estar tratando de presionarte o coaccionarte para que tengas relaciones sexuales:

- **Intentar varias veces y presionar cada vez más.**

Esto significa que alguien está insistiendo en tener sexo, una y otra vez, hasta que te agotan. Esto es una forma de coacción porque no están respetando tus límites, los cuales puedes determinar para cada actividad, incluso si antes les has dicho "sí". La presión puede aumentar con el tiempo, y a veces la persona puede insistir en otra actividad después de haberte convencido de superar tu límite anterior.

- **Amenazarte.**

Si tienes miedo de decir "no", generalmente hay una amenaza directa o indirecta involucrada. Puede ser que tengas miedo a las consecuencias de rechazar a la otra persona, o esa persona podría decir algo como:

"Si tú no lo haces, encontraré a alguien que lo haga."

"Está bien si no quieres hacerlo, pero ya no saldré más contigo."

"Si no lo haces, compartiré fotos privadas tuyas."

- **Hacer las cosas de forma inesperada o "demasiado pronto".**

La vida real no es como en las películas, lo que significa que es raro que dos personas desconocidas estén tan de acuerdo que no tengan que consultar entre sí los límites que desean establecer. Cuidado con tomar decisiones apresuradas, especialmente si no conoces bien a alguien.

- **Cambiar tu entorno.**

Esta táctica consiste en llevarte inesperadamente de un lugar familiar, seguro y accesible a un lugar más aislado. Puede ser el primer paso para manipularte físicamente y forzarte a tener relaciones sexuales.

- **Presionarte para que tomes alcohol o drogas.**

El alcohol o las drogas pueden afectar la toma de decisiones sobre el sexo. Demasiadas personas jóvenes tienen relaciones sexuales sin querer cuando beben alcohol o consumen drogas.

- **Manipularte.**

Si tu pareja sexual te hace sentir que lo que ella quiere es lo mejor y te hace sentir que lo que tú piensas o sientes no es correcto, puede estar manipulándote para que hagas algo que no quieres hacer (coerción). Esto puede manifestarse de la siguiente manera:

- **Haciéndote sentir culpable** por establecer un límite sexual al quejarse.
- **Avergonzándote o castigándote**, diciéndote que "no das la talla en la cama", que "no sabes cómo tener sexo", etc. Puede insultarte de esta manera para manipularte y que lo vuelvas a hacer o para que realices un acto sexual diferente.
- Intentando convencerte de que deberíais tener sexo porque **se lo debes**.
- **Dándote "bombas de amor"**. Esta forma de manipulación incluye demostraciones de "amor", atención, halagos, cumplidos extremos y grandes promesas si decides tener sexo.

En conclusión, la respuesta es muy clara: **nunca, bajo ninguna circunstancia, debes sentir la obligación de tener relaciones sexuales**. Tú eres quien controla tu zona de confort: **¡tu cuerpo, tus reglas!** Cualquiera que valga la pena respetará eso.

**INCLUSIÓN Y
SEGURIDAD**

