

## 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**

