

En los casos en donde el agresor fue la pareja, las consecuencias pueden ser más duraderas pues el mal lo infringió alguien en quien se confiaba. Si la violencia es continua y repetida en este contexto, las heridas emocionales pueden ser tan profundas y persistentes como las que se producen por efecto de tortura o experiencias de guerra.

Para recuperarse de la experiencia es muy importante que la persona pueda resolver dudas y temores. La mejor forma de hacerlo es hablando con un especialista o un psicoterapeuta. Al hacerlo, es más probable que comience a recuperar el sentido y el control de su vida. Sólo así podrá dejar lo ocurrido en el pasado y retomar una vida normal.

Una ayuda profesional contribuye a reducir la tendencia a la autculpabilización y a recibir información psicoeducativa sobre el proceso de recuperación. La experiencia de grupos de terapia y apoyo entre personas que también han vivido un trauma similar, es de gran beneficio. Pues permite descubrir a las víctimas que no son las únicas y que hay otras personas como ellas, que han podido sobrevivir a lo ocurrido y hasta lo han superado. A través de los grupos, con la ayuda de psicólogos y/o psiquiatras, se promueve un intercambio controlado y confidencial de testimonios entre las víctimas. Se movilizan recursos interpersonales para afrontar mejor y en forma menos problemática la vida siguiente y se produce la esperanza hacia el futuro.

**Tabla 1. Secuelas Psicológicas de una Violación**

• SEPT – Síndrome de trauma post-violación
• Depresión
• Ansiedad generalizada
• Ansiedad fóbica
• Disfunción sexual
• Abuso de sustancias psicoactivas
• Sentimientos de pérdida, dificultades para la intimidad y la confianza, minusvalía y vulnerabilidad, dependencia de terceros, irritabilidad y agresividad.

## PORQUÉ ES IMPORTANTE DENUNCIAR EL HECHO ASÍ SEA SÓLO PARA OBTENER ASISTENCIA MÉDICA?

Luego de sucedida una violación, sea que la víctima piense o no denunciar penalmente ante las autoridades, no debe dudar en asistir a un centro médico y obtener atención inmediata. Es importante que no se duche, ni se cambie de ropa, ni se cepille los dientes, ni se lave las uñas —así sienta un impulso urgente de hacerlo—, pues esto puede omitir evidencia para un examen forense posterior.

Hay lugares donde se emplean kits de recolección de evidencia post-violación (p.e. cabellos, líquidos corporales), los que se deben pedir al médico; así no se piense denunciar, podría ser útil en caso de cambiar de idea más tarde. Buscar asistencia médica es la mejor manera de obtener tratamiento preventivo y eficaz ante ETS/VIH, prevenir un embarazo y atender adecuadamente las lesiones adicionales. Los profesionales de la salud que atienden las crisis, además serán puente para obtener ayuda psicológica y psiquiátrica idónea y para remisión a centros especializados.

## CONCLUSIÓN

La complejidad de reacciones, sentimientos y experiencias producto de una violación sexual, supone un impacto masivo y sobrecogedor para las víctimas y sus familiares. Sin embargo, sus secuelas más traumáticas o duraderas se pueden evitar, si la persona recibe atención inmediata y adecuada, no sólo para aliviar síntomas físicos sino también y sobre todo, para disminuir el impacto emocional del ultraje. No debe mantenerse en secreto y su denuncia es el primer paso para protegerse de efectos más persistentes y dañinos. Con la atención médica, el afecto de los seres queridos, la consejería y el apoyo psicológico, la experiencia puede asimilarse e integrarse al curso de la vida, incluso con un sentido no incapacitante.

### Comité Editorial:

- Dr. Martín Wartenberg
- Dr. Paulo José Llinás
- Dra. Marisol Badiel
- Dra. Sonia Jiménez Suárez
- Dra. Yuri Takeuchi
- Dr. Jaime Orrego
- Dr. Carlos Alberto Cañas
- Dra. Karen Feriz
- Dra. Diana Prieto
- Dr. Alfredo Sánchez
- Dr. Carlos Serrano Reyes
- Enfermera Ma. Elena Mosquera
- Dr. Pablo Barreto
- Dr. Jorge Madriñán

Los conceptos y opiniones contenidos en los artículos de la Carta de la Salud, corresponden únicamente al de los autores y editorialistas. Esta publicación pretende mejorar su información en temas de la salud en general. Las inquietudes que se relacionen con su salud personal, deben ser consultadas y resueltas con su médico.

Dirección: Carta de la Salud - Fundación Valle del Lili - Cr. 98 # 18-49 - Tel.: 331 9090 - Fax: 331 7499 - Santiago de Cali  
e-mail: cartadelasalud@fcvl.org

Esta publicación de 30.000 ejemplares, es cortesía de



**EL PAIS**  
El Diario de nuestra gente

FUNDACIÓN VALLE DEL LILI  
Excelencia en Salud al servicio de la comunidad

FUNDACION AYUDEMOS  
ALICE ECHAVARRIA DE GARCES

FUNDACIÓN VALLE DEL LILI  
Excelencia en Salud al servicio de la comunidad

CARTA DE LA SALUD

Número 159

www.valledellili.org

ISSN 1900-3560

Agosto 2009

# ABUSO SEXUAL Y VIOLACIÓN

Sonia Jiménez Suárez, M. Ed.  
Psicóloga

La violencia sexual, entendida en un sentido general y exhaustivo, es algo que va más allá de la violación como comúnmente se la entiende. Incluye cualquier acto sexual que se impone sobre otra persona, en contra de su voluntad o sin ella, sea que se emplee la fuerza física o cualquier otra forma de coerción como amenazas, chantajes, engaños o abuso de poder. A pesar de ser considerada una forma de violencia contra las mujeres, no significa que sea algo que se da solamente contra ellas, sino también contra niños y jóvenes o contra personas con menor rango jerárquico o en posición de inferioridad.

No sólo es infringida por desconocidos sino que con frecuencia el agresor puede ser la propia pareja sexual de una mujer o un familiar o conocido de la víctima. En el acto, además de una manifestación de superioridad sexual, hay expresión de desigualdad de poder. Por eso, la violación puede ocurrir dentro del matrimonio o convivencia de una pareja, en el hogar de la víctima, en la escuela, el trabajo o la comunidad inmediata.

Así entendida y ejercida, se la considera un problema de salud pública a nivel mundial, con una prevalencia comparable a la de otros problemas como la infección por virus de inmunodeficiencia humana VIH/SIDA, tuberculosis y enfermedades cardiovasculares, entre otras.

La agresión sexual es uno de los traumatismos más severos que pueda vivir una persona, pues se traduce en lesiones físicas, psicológicas y sociales, que son mayores y de mayor trascendencia vital y efectos devastadores, especialmente si ocurre en la niñez y en la adolescencia.

Los profesionales de la salud debemos reconocer que las víctimas de estos delitos requieren atención especial e integral. Ofrecerles un apoyo coordinado y multidisciplinario, que sin desconocer el aspecto legal de su situación, garantice el mejor tratamiento y rehabilitación de las consecuencias biopsicosociales de este flagelo.

Hay que tener especial cuidado porque estas personas con frecuencia son re victimizadas. Esto ocurre debido a comportamiento y lenguaje incorrecto o culpante por parte del personal de salud y de las mismas autoridades que reciben la denuncia o indagan lo sucedido, que al aproximarse a las víctimas, lo hacen de manera insensible, desconsiderada o nuevamente maltratante dada su situación de vulnerabilidad.

## QUÉ ES LA VIOLENCIA SEXUAL?



Según el Informe Mundial sobre Violencia y Salud de la OMS (Organización Mundial de la Salud), la violencia sexual es “todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona, mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”.

La violencia sexual puede ocurrir en cualquier momento del ciclo vital, y afectar a niños, mujeres, hombres y ancianos. Aunque aqueja a ambos sexos, con mayor frecuencia la ejercen personas del género masculino sobre las de género femenino.

La Fundación Valle del Lili es una institución privada sin ánimo de lucro que pertenece a la comunidad; organizada para ofrecer servicios de salud de alta tecnología a todas las personas sin distinción de su condición socio-económica.

## QUÉ ES UNA VIOLACIÓN?



Desde el punto de vista legal, una violación ocurre cuando una persona fuerza a otra sin su consentimiento, usando la violencia o amenazando con ejercerla, a tener relaciones sexuales o cualquier forma de actividad sexual. La misma definición aplica, si la persona es agredida sexualmente cuando está en posición de desventaja o vulnerabilidad, sea esto durante estados de sueño, inconsciencia, intoxicación o discapacidad física o mental.

### Puede diferenciarse según el tipo de agresor:

- Violación por un extraño o desconocido: si éste ataca en un espacio externo al lugar de residencia o si irrumpe en el hogar de la víctima.
- Violación por un familiar o conocido: cuando el victimario y la víctima tienen una relación casual o por parentesco.
- Violación en grupo o por pandillas: como ritos de iniciación o pertenencia a grupos de antisociales o como forma de desquite y opresión sobre una víctima que ha mostrado independencia o agresividad. O como forma de delincuencia colectiva.
- Violación marital: si un esposo impone la relación sexual a pesar de la negativa de su compañera o si amenaza con violencia, divorcio u otra represalia.

## EFFECTOS DE UNA VIOLACIÓN

### 1. Efectos Físicos.

Lesiones comunes luego de una violación son golpes, heridas, rasguños, irritación y contusión en el área de los genitales; sangrado vaginal o rectal y flujos. Según el ataque, la víctima experimenta golpes, hematomas y heridas en otras áreas del cuerpo. Como consecuencia, luego pueden presentarse fibrosis de tejidos, infecciones urinarias, dolor durante la actividad sexual, dolor pélvico crónico y pérdida del deseo sexual.

El riesgo de embarazo y de enfermedades de transmisión sexual (ETS), constituye la amenaza más inmediata; debido a las heridas sangrantes en la zona genital y anal, se facilita la entrada del virus del VIH a través de las mucosas. Todo esto hace necesaria la asistencia médica inmediata, pues existen tratamientos de profilaxis para después de la exposición como la anticoncepción de emergencia y las intervenciones preventivas que combaten agentes patógenos antes que tengan tiempo de asentarse en el cuerpo (especialmente los gérmenes y los virus causantes de las ETS).

### 2. Efectos Psicológicos.

- Shock o impacto emocional: estado de embotamiento y ausencia de emociones. Es la defensa natural del cerebro siempre que necesita protegerse de una intensa impresión o sobrecarga emocional. La persona se comporta como si no le hubiese sucedido a ella.
- Negación o incredulidad: Cuesta creer que algo así haya pasado realmente. No es un indicador de trastorno mental sino también, una reacción defensiva y de autoprotección, previa a la asimilación de lo ocurrido.
- Miedo: Debido a causas múltiples como son las amenazas hechas por el violador durante el asalto; posibles reacciones de la sociedad o que se le culpe por lo sucedido; que sus familiares y amigos no lo crean. Pueden generalizarse miedos ante personas o situaciones. Por ejemplo, hacia los hombres, andar solo(a) en la noche, la sexualidad, los riesgos de enfermedades venéreas, etc.
- Vergüenza: Que se manifiesta por tener que informar a las autoridades y dar detalles de lo ocurrido, incluso a familiares y amigos, pues las cuestiones del cuerpo y la sexualidad pertenecen a la intimidad de una persona.
- Culpa: Por el mito social internalizado por la víctima, según el cual lo ocurrido es algo que ella provocó o que pudo haber evitado si hubiese opuesto mayor resistencia o hecho algo distinto.
- Depresión: Los recuerdos de lo sucedido en el momento del ataque y momentos siguientes, producen sentimientos masivos de minusvalía, impotencia, dolor y desesperación.
- Rabia: Referida contra el atacante, otras personas o la vida en general. Debida al tratamiento recibido después de lo que le pasó o por el ultraje al que se le sometió.



## QUÉ ES EL SÍNDROME DE TRAUMA POR VIOLACIÓN?

Aun cuando carece de evidencia científica que lo sustente como categoría diagnóstica, se emplea para describir y definir en primera instancia, el conjunto de síntomas físicos, conductuales y emocionales que vive una persona víctima de una violación. En sí, se entiende como una variante de la categoría de síndrome de estrés postraumático (SEPT).

En general, se pueden describir dos etapas en su desarrollo: una inmediata o aguda tras la sucesión del hecho y otra que transcurre a más largo plazo, meses y años después de lo ocurrido.

La fuerza física no siempre se emplea ni resultan secuelas físicas como consecuencia. Para las víctimas, las principales consecuencias se relacionan con su salud reproductiva, mental y su bienestar psicosocial. Aun cuando se identifican reacciones comunes en víctimas de asaltos sexuales, esto no quiere decir que todas las personas las tengan. Si ocurren, se deben entender como la respuesta normal ante un evento anormal o traumático, sin que nadie pueda asegurar por cuánto tiempo la persona sufrirá los síntomas ni cuándo empezará a recuperarse. Cada persona vive el ataque y sus efectos de acuerdo con las características del hecho, pero también según su situación e historia previa particular. Asimismo, cada una debe buscar su propio camino de recuperación y superación de lo ocurrido. No obstante, si la persona se siente agobiada o consumida por sus síntomas o éstos duran por mucho tiempo e interfieren con su funcionamiento, debe buscar ayuda profesional.

## ETAPA UNO. Fase Aguda o de Desorganización.

Reacciones Comunes Inmediatas. Ocurren días o semanas después de la violación y tienden a disminuir en los siguientes 6 meses. La tendencia inmediata se puede expresar con intensos miedos, ansiedad, rabia y desesperación; o puede ser controlada, donde el shock emocional y el embotamiento enmascaran todos los demás sentimientos.

- Las reacciones físicas incluyen trastornos del sueño (insomnio o pesadillas o por el contrario sueño excesivo), trastornos del comer (generalmente pérdida del apetito y dolores de estómago, pero también ingesta compulsiva de alimentos) y síntomas específicos en las partes del cuerpo que fueron foco del ataque.
- Reacciones emocionales con cambios bruscos debido a la gran intensidad y variedad de sentimientos como humillación, vergüenza, rabia, deseo de venganza y dolor. La persona puede pasar de un estado de ánimo a otro o bloquearlos totalmente, ante la multiplicidad de recuerdos y el esfuerzo por asimilar lo que le pasó. En este último caso, quizá presente un estado de embotamiento emocional o ausencia de reacción.
- Reacciones conductuales, en especial tendencia a evitar todo tipo de situaciones asociadas o evocativas de lo sucedido (p.e. personas, lugares, actividades, etc.). Puede mostrarse pasiva, apática o activa y agitada.
- Presencia frecuente de “flashbacks” que son pensamientos, visualizaciones o recuerdos automáticos sobre la experiencia traumática, que aparecen en forma intrusa y sin control voluntario, lo que genera malestar por imposibilidad de sustraerse de la situación u olvidar lo sucedido.

## ETAPA DOS. Proceso de Reorganización y Resolución.

Las reacciones a más largo plazo pueden durar por un año o más e incluyen efectos como baja autoestima y disfunción sexual. Los mecanismos de defensa como la disociación se emplean cuando ante el abuso físico y psicológico, la persona no puede escapar, de manera que se abstrae del momento como si “abandonase” su cuerpo. Así, el trauma se hará difícil de recordar, sobre todo en los detalles, y por momentos o de manera más permanente, pareciera que la personalidad de la víctima cambiara.

La depresión puede durar mucho y hacerse tan intensa como para llegar a la ideación suicida. La severidad de los síntomas llevará a que en mayor o menor grado, la vida de la víctima se altere con conductas de evitación, menor capacidad de trabajo, pérdida de disfrute de las actividades, conflicto en las relaciones interpersonales y familiares.