



Kit de herramientas de consentimiento

La visión general

El resumen

Las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo (IDD, por sus siglas en inglés) son perjudicadas por agresiones sexuales con más frecuencia que otras personas. Por lo general, son dañados por alguien que conocen. Esto puede incluir a miembros de la familia, otras personas con IDD y personal de apoyo. El consentimiento es crítico en todas las relaciones. Las personas con IDD a menudo entienden la idea del consentimiento. Pero algunas cosas lo hacen más confuso.

- El consentimiento se ve diferente en todas las relaciones. La necesidad de expresar el consentimiento puede ser clara con personas desconocidas. Pero cuanto mejor conocemos a alguien, más confuso puede ser el consentimiento.
- Muchas personas creen que el consentimiento no se puede retirar. Necesitan saber que el consentimiento puede ser retirado o cambiado en cualquier momento.
- A las personas con IDD se les enseña a ser obedientes. Esto es especialmente cierto en las relaciones de cuidado. Pueden tener dificultades para entender que se les permite dar o negar su consentimiento.
- Las personas con IDD tienen diferentes formas de comunicarse. Es posible que algunas personas no usen palabras. Todavía pueden dar o negar el consentimiento.

Para prevenir el asalto/abuso, debemos enseñar el consentimiento en todos los contextos. Las personas con IDD deben tener poder sobre sus cuerpos, incluso si les resulta inconveniente a quienes los cuidan. Las personas deben ser capaces de dar o negar el consentimiento utilizando sus formas de comunicación.



Kit de herramientas de consentimiento

Puede usar este kit de herramientas de muchas maneras.

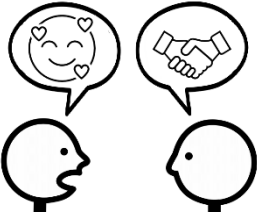
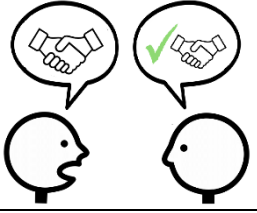
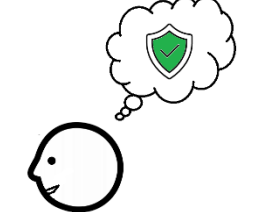
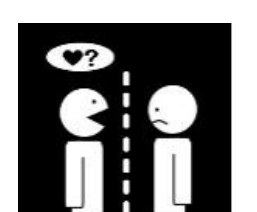
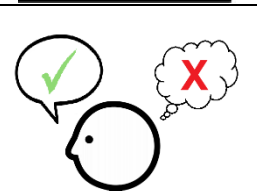
- Puedes revisar sus contenidos a su propio ritmo para aprender por su cuenta.
- Los equipos pueden trabajar juntos en persona o de forma remota para el desarrollo del personal.
- Puedes compartir los videos y actividades con los auto defensores con los que trabajas.



Kit de herramientas de consentimiento

El vocabulario

Comparta estas palabras, imágenes y definiciones antes de comenzar a trabajar con otros. Asegúrate de que todos entiendan lo que quieren decir. Revisa el vocabulario antes de comenzar cada módulo.

La palabra	La imagen	La definición
El consentimiento		Decir sí o no al contacto físico. Tú decides lo que le sucede a tu cuerpo. Puedes cambiar de opinión en cualquier momento.
El respeto		Preguntar si una persona está bien con un tipo de toque. Escuchar y aceptar lo que dicen.
Cómodo		Sentirse seguro y bien con algo.
El límite		La línea entre el comportamiento apropiado e inapropiado. Cuando el comportamiento de una persona no coincide con la relación, esa persona ha cruzado un límite.
Cumplimiento aprendido		Cuando a una persona se le enseña a decir sí. Se les enseña a no ser difíciles. Con el tiempo, pueden empezar a decir que sí a cosas que realmente no quieren hacer.

Símbolos usados/adaptados de: arasaac.org y www.sclera.be



Kit de herramientas de consentimiento

Enfoque con conocimiento de trauma

Muchas personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo son sobrevivientes de agresión sexual. Algunas personas no quieren que otros lo sepan. Algunos sí. Algunos no se dan cuenta de que son sobrevivientes hasta que empiezan a hablar de ello. Algunos sobrevivientes se emocionan cuando hablan de sexualidad y agresión sexual. Revive su trauma. Esto puede ser muy doloroso. Puede suceder sin aviso.

Es importante hablar honestamente sobre la sexualidad y la agresión sexual. También es importante mantener a todos seguros y apoyados. Use estas pautas cuando hable sobre la sexualidad y la agresión sexual.

Planear con anticipación

- Lea estas pautas. Compártelos con las personas que se unirán a la discusión.
- Tenga un espacio seguro listo. Podría ser una sala de reuniones de zoom. Podría ser una habitación o un espacio exterior donde estás hablando. Dile a la gente dónde está. Diles que pueden usarlo cuando lo necesiten. No necesitan pedir permiso.

Esté atento a los desencadenantes

- Observa caras y cuerpos. Es posible que veas signos de ira, miedo o tristeza.
- Una persona podría empezar a inquietarse. Podrían levantarse e intentar irse. Podrían mecerse o abrazarse a sí mismos.
- A veces, no se nota nada desde fuera.



Kit de herramientas de consentimiento

Dar apoyo

- Es posible que veas a alguien luchando. Pregúnteles si necesitan un descanso.
- Alguien podría compartir algo personal o molesto. Usa palabras de consuelo y apoyo:

“Te creo.”

“Eres valiente para compartir esto.”

“No es su culpa.”

“Me importas.”

“Lo siento que esto te haya pasado.”

“Estoy aquí para ayudar.”

Hacer seguimiento

- Ponte en contacto después de la discusión. Ponte en contacto más de una vez.
- Comparte buenos recursos como:
 - La Línea Nacional de Agresiones Sexuales:
800.656.HOPE (4673)
[RAINN Online Hotline-English](https://hotline.rainn.org) (https://hotline.rainn.org)
[RAINN Online Hotline-Spanish](https://hotline.rainn.org/es) (https://hotline.rainn.org/es)
 - Su centro local de crisis de violación. [Encuentre una lista en RAINN](https://centers.rainn.org) (https://centers.rainn.org)
 - Algunas actividades de autocuidado. [Encuentre unas en RAINN](https://rainn.org/articles/cuidar-de-si-mismo-despues-del-trauma) (https://rainn.org/articles/cuidar-de-si-mismo-despues-del-trauma)



Kit de herramientas de consentimiento

El ritmo

Hay tres módulos en el kit de herramientas de consentimiento. Recomendamos explorar estos recursos en tres sesiones de 30 minutos.

Sesión 1: Obtener y dar el consentimiento

1. Previsualiza el vídeo, 5 min.
2. Vea el vídeo, 5 min.
3. Usa el juego de roles, 20 min.

Sesión 2: Confusión de consentimiento

1. Previsualiza el vídeo, 5 min.
2. Vea el vídeo, 5 min.
3. Usa el juego de roles, 20 min.

Sesión 3: Consentimiento con los cuidadores

1. Previsualiza el vídeo, 5 min.
2. Vea el vídeo, 5 min.
3. Usa la guía de discusión, 20 min.



Kit de herramientas de consentimiento

Qué es el consentimiento

La vista previa

El consentimiento significa estar a cargo de lo que sucede con tu cuerpo. Incluye el toque sexual y romántico. Pero también es importante con amigos, familiares y otras personas. Cuanto más poder tengan las personas sobre sus propios cuerpos, más seguras y saludables serán.

Obtener y dar el consentimiento ayuda a las personas a saber qué esperar en una relación. Aprenden y respetan los límites de los demás. Se sienten cómodos el uno con el otro. Esto les ayuda a evitar malentendidos. Previene el daño emocional y físico.

Aprender y practicar el consentimiento es importante. Mantiene a las personas seguras y saludables. Debe incluir:

- Consentir el contacto físico con amigos y familiares. Esto podría incluir decir que no a un abrazo o pedir chocar los cinco en su lugar.
- Consentir el contacto romántico. Esto puede incluir el consentimiento para tomarse de la mano, besarse o tocar sexualmente.

Antes de ver el video, revisa la lista de vocabulario.

Mira el video

- Mira [Getting and Giving Consent](https://youtu.be/kiUTyM014fw?si=l8_HPKH--_0A9oit) en YouTube.
(https://youtu.be/kiUTyM014fw?si=l8_HPKH--_0A9oit)
- Recuerde usar el enfoque basado en el trauma descrito anteriormente.



Kit de herramientas de consentimiento

Usa el juego de roles

Trabaja a través de los juegos de roles.

- Si trabajas solo, reflexiona sobre las situaciones y las preguntas.
- Si trabajas en grupo:
 - Lea el juego de roles en voz alta si es útil.
 - Haz el juego de roles varias veces con diferentes voluntarios.
 - Luego discuta las preguntas.

Recuerde estar atento a los signos de traumas pasados. Recuerde a los participantes que está bien:

- Tomarse un descanso.
- Alejarse o dejar el grupo.
- Pedir hablar con alguien en privado sobre lo que están sintiendo.

Juego de roles 1: El consentimiento no romántico

Entrenador: ¡Ganamos el juego! ¡Estoy tan emocionada! ¿Puedo darte un abrazo fuerte?

Jugador: También estoy feliz que ganamos. Pero en realidad no quiero un abrazo.

Entrenador: Está bien. ¿Qué tal chocar los cinco?

Jugador: Sí, me gusta chocar los cinco.

Entrenador: *(Chocan los cinco.) ¡Eso fue increíble!*

Jugador: Gracias por entender. Me gusta que preguntaras primero.

Entrenador: No hay problema. Quiero que te sientas cómodo.



Kit de herramientas de consentimiento

Preguntas de discusión:

- ¿Cómo te gusta celebrar cuando sucede algo emocionante?
- ¿A todos les gusta celebrar de la misma manera?
- ¿Alguien te ha pedido un abrazo o un toque cuando no lo querías? ¿Cómo lo manejaste?
- ¿Alguna vez has dado un abrazo o tocado a alguien sin preguntar? ¿Qué pasó?
- ¿Qué pasaría si el entrenador hubiera abrazado al jugador sin preguntar primero? ¿Y cómo hubiera sentido el jugador?
- ¿Por qué es importante pedir el consentimiento antes de tocar a alguien?
- ¿Ambas personas eran respetuosas en la forma en que se hablaban entre sí? ¿Por qué es importante?

Juego de roles 2: El consentimiento romántico

Persona 1: Gracias por una buena noche. ¡Me divertí!

Cita: Me gustas mucho. ¿Puedo besarte?

Persona 1: Puedes besarme en la mejilla, pero no en la boca.

Cita: Gracias por decirme. Te besaré la mejilla.

Persona 1: Estoy bien con eso.

Cita: ¿Cómo fue eso?

Persona 1: Eso fue bueno. Me siento cómodo.

Cita: Me alegro. Quiero respetar tus límites.



Kit de herramientas de consentimiento

Preguntas de discusión:

- ¿Alguna vez alguien te ha pedido besarte o tocarte de una manera que no querías? ¿Cómo te sentiste y qué dijiste?
- ¿Cómo mostró respeto la cita al pedir consentimiento antes del beso?
- ¿Qué hubiera pasado si la cita no hubiera pedido primero el consentimiento? ¿Cómo podría haberse sentido la persona 1?
- ¿Cómo crees que se sintió la persona 1 después de ser escuchada y respetada?
- ¿Por qué está bien decir que no a algo, incluso si te gusta esa persona?
- ¿Cómo puedes saber si alguien está respetando tus límites, como en este juego de roles?



Kit de herramientas de consentimiento

Confusión del consentimiento

La vista previa

En la última sesión, exploramos situaciones comunes en las que el consentimiento es importante. Pero no siempre es tan blanco y negro. Las personas pueden estar bien con un cierto toque de un amigo o familiar, pero no de otro. Los toques con los que las personas están bien pueden cambiar con cómo se sienten. Las relaciones de las personas también cambian. El consentimiento debe poder cambiar también.

En esta sesión, exploraremos ejemplos más confusos del consentimiento. Hablaremos de cómo cada uno tiene derecho a controlar su propio cuerpo. Esto incluye cambiar o retirar el consentimiento cuando queramos. No tenemos que dar una razón para cambiar o retirar el consentimiento. Es nuestro derecho hacerlo.

Antes de ver el video, revisa la lista de vocabulario.

Mira el video

- Mira [En Español Why Consent Is Important](https://youtu.be/IrTwbTF2Iq8?si=dFDOJgONB_qbeXZd) en YouTube.
(https://youtu.be/IrTwbTF2Iq8?si=dFDOJgONB_qbeXZd)
- Recuerde usar el enfoque basado en el trauma descrito anteriormente.



Kit de herramientas de consentimiento

Usa el juego de roles

Trabaja a través de los juegos de roles.

- Si trabajas solo, reflexiona sobre las situaciones y las preguntas.
- Si trabajas en grupo:
 - Lea el juego de roles en voz alta si es útil.
 - Haz el juego de roles varias veces con diferentes voluntarios.
 - Luego discuta las preguntas.

Recuerde estar atento a los signos de traumas pasados. Recuerde a los participantes que está bien:

- Tomarse un descanso.
- Alejarse o dejar el grupo.
- Pedir hablar con alguien en privado sobre lo que están sintiendo.

Juego de roles 1: Rechazar un abrazo en una fiesta

La persona 1 está en una fiesta navideña con familia. Se sienten abrumados por el ruido y el estrés. Su tía se acerca a abrazar. La persona 1 levanta la mano para detenerla.

Persona 1: Espera—No quiero un abrazo ahora.

Tía: Pero siempre abrazamos. ¿Algo está mal?

Persona 1: Me siento un poco abrumado hoy.

Tía: ¡Pero soy tu tía! ¡Deberías abrazarme!

Persona 1: Sé que estás decepcionado, pero dije que no.

Tía: OK, entiendo. ¿Te gustaría sentarte y hablar en su lugar?



Kit de herramientas de consentimiento

Persona 1: Eso suena bien. Gracias por entender.

Tía: Está bien. Solo quiero que te sientas seguro y tranquilo.

Preguntas de discusión:

- Imagina que la tía de la persona 1 no aceptaría un no por respuesta. ¿Qué palabras podría usar la persona 1 para mostrar que no va a dar un abrazo? ¿Qué acciones podrían tomar?
- ¿Por qué la persona 1 no quiso abrazar, a pesar de que se han abrazado antes?
- ¿De qué otras maneras podrían demostrar la tía que les importa?
- ¿Alguna vez te has sentido demasiado estresado o cansado para ser sociable? ¿Cómo lo manejaste?
- ¿Por qué debes respetar la decisión de una persona de decir que no, incluso si ha dicho que sí antes?
- ¿Cómo es que pedir y respetar los cambios en el consentimiento ayuda a las personas a sentirse seguras?

Juego de roles 2: Retirar el consentimiento al final de una cita

Dos personas están al final de su segunda cita. Ambos consintieron besarse en su primera cita. La cita se acerca para darse un beso, pero la persona 1 los detiene.

Persona 1: Para. No quiero besar esta noche.

Cita: Pero nos besamos la semana pasada. Debería poder besarte de nuevo esta noche.

Persona 1: Sé que nos besamos la semana pasada. Y yo estaba bien con eso entonces. Pero no esta noche.

Cita: Pero todo iba tan bien. ¿Por qué no?



Kit de herramientas de consentimiento

Persona 1: No tengo que dar una razón. Simplemente no quiero.

Cita: Está bien, lo entiendo. Estoy decepcionado. Pero respeto su decisión.

Persona 1: Gracias por entender.

Preguntas de discusión:

- ¿Alguna vez has tenido a alguien que te haya cambiado el consentimiento? ¿Cómo te hizo sentir eso?
- ¿Alguna vez no has querido un abrazo, un beso u otro toque, pero no lo dijiste? ¿Qué te impidió decir no?
- ¿Por qué es importante respetar las decisiones de una persona, incluso si no las entiendes?
- ¿Cuáles son algunas formas seguras y saludables de manejar la frustración cuando alguien te dice que no?
- ¿Estaba bien que la persona 1 dijera no sin explicar por qué? ¿Por qué es ese su derecho?
- ¿Cómo es que respetar las decisiones de alguien ayuda a construir confianza y seguridad con ellos?



Kit de herramientas de consentimiento

Consentimiento con los cuidadores

La vista previa

En las últimas sesiones, hablamos sobre dar y cambiar el consentimiento. En esta sesión, discutiremos cómo funciona esto con los cuidadores. Las personas con IDD a veces necesitan ayuda con el cuidado personal. Esto a menudo implica tocar el cuerpo de la persona. Pero todas las personas tienen derecho a decir que no si no se sienten cómodas con que alguien las toque.

El cumplimiento aprendido hace que el consentimiento sea aún más difícil. A las personas con IDD se les enseña a decir que sí. Se les enseña a no ser difíciles. Las personas con IDD deben practicar decir que no cuando algo no se siente bien. Los cuidadores deben pedir su consentimiento antes de comenzar una tarea. Deben escuchar y respetar la respuesta. Deben volver a consultar durante la tarea. Una persona tiene derecho a cambiar de opinión, incluso si dijo que sí antes.

Antes de ver el video, revisa la lista de vocabulario.

Mira el video

- Mira [Feeling Unsafe Without Consent](https://youtu.be/k7qp-BSAiSY?si=Bdm9Xl-4tTgxGC1E) en YouTube. (<https://youtu.be/k7qp-BSAiSY?si=Bdm9Xl-4tTgxGC1E>)
- Recuerde usar el enfoque basado en el trauma descrito anteriormente.



Kit de herramientas de consentimiento

Usa la guía de discusión

Trabaja a través de las preguntas de discusión.

- Si trabajas solo, reflexiona sobre las preguntas.
- Si estás trabajando en un grupo, discútelos con tus compañeros o los auto defensores con los que estás trabajando.

Recuerde estar atento a los signos de traumas pasados. Recuerde a los participantes que está bien:

- Tomarse un descanso.
- Alejarse o dejar el grupo.
- Pedir hablar con alguien en privado sobre lo que están sintiendo.

1. ¿Por qué los cuidadores deben pedir el consentimiento antes de ayudar con el cuidado personal?

- ¿Cómo te sentirías si alguien no te preguntara antes de ayudarte con algo personal, como bañarte?
- ¿Cómo puede un cuidador pedir el consentimiento de forma respetuosa?
- ¿Cómo puedes decirle que no a un cuidador de manera respetuosa, si no te sientes cómodo?

2. ¿Por qué está bien cambiar de opinión sobre el consentimiento, incluso si dijiste que sí antes?

- ¿Alguna vez has aceptado algo y has cambiado de opinión más tarde? ¿Cómo funcionó?
- ¿Por qué es importante que los demás te escuchen cuando cambias de opinión?



Kit de herramientas de consentimiento

3. ¿Qué es el cumplimiento aprendido? ¿Cómo puede hacer que sea más difícil decir que no?
 - ¿Alguna vez has dicho que sí a algo porque pensabas que no podías decir que no?
 - ¿Por qué crees que algunas personas con IDD sienten que no pueden decir que no a sus cuidadores?
 - ¿Cómo pueden los cuidadores vigilar el cumplimiento aprendido? ¿Qué deberían hacer si piensan que una persona se siente incómoda, pero está diciendo que sí de todos modos?
4. ¿Cómo pueden los cuidadores pedir el consentimiento de las personas con las que trabajan?
 - ¿Qué debe hacer un cuidador si le dices que no a algo con lo que quiere ayudarte?
 - ¿Por qué es importante que los cuidadores pidan su consentimiento cada vez que ayudan, no solo una vez?
 - ¿Qué pasa si una persona tiene un mal día y necesita espacio de los demás?
5. ¿Cómo podemos ser mejores aliados de las personas con IDD para dar y recuperar el consentimiento?
 - ¿Qué puedes hacer si ves a alguien siendo presionado a decir que sí cuando no quieren?
 - ¿Cómo podemos ayudar a las personas con IDD a sentirse seguras de decir que no cuando se sienten incómodas?
 - ¿De qué manera ayudarlos a decir que no cuando se sienten incómodos los ayuda a mantenerse seguros?



Kit de herramientas de consentimiento

Para más información

Visita [Seen and Heard: IDD Community](https://www.youtube.com/@SeenHeardIDD)

(<https://www.youtube.com/@SeenHeardIDD>) en YouTube. Encontrarás más videos sobre este tema. Encontrarás videos sobre temas relacionados.

Los créditos

Este kit de herramientas fue desarrollado por [Strategic Education Solutions](https://www.strategiceducationsolutions.com) (<https://www.strategiceducationsolutions.com>) en asociación con [UMass Chan Medical School](https://www.umassmed.edu) (<https://www.umassmed.edu>).

Un agradecimiento especial a Brandy Ríos y Paz García por compartir sus historias.

Este trabajo cuenta con el apoyo del Consejo de Texas para Discapacidades del Desarrollo mediante una subvención de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL) de los Estados Unidos, Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS), Washington, D.C. 20201, con una subvención 100% financiada con fondos federales por un total de \$6,121,860. Los esfuerzos del Consejo son los del beneficiario y no representan necesariamente los puntos de vista oficiales o un aval de ACL, HHS o el gobierno de los Estados Unidos.