

**DOCUMENTO RESUMEN** para la prevención de situaciones de acoso sexual y/o acoso por razón de sexo en entidades deportivas (Tomado de Emakunde – Guía para la prevención de acoso y abuso sexual a mujeres en el deporte)

## **PRESENTACION**

El deporte es uno de los ámbitos de nuestra sociedad en los que la desigualdad entre mujeres y hombres es más patente. Contribuyen a esta desigualdad la socialización distinta que reciben niños y niñas, los estereotipos masculinos y femeninos frente a los valores asociados al deporte, así como la masculinización de las actividades deportivas, la falta de profesionalización del deporte femenino, la escasa visualización del mismo que ofrecen los medios de comunicación, etc.

La violencia contra las mujeres es una manifestación de la desigualdad estructural entre mujeres y hombres, siendo una de sus expresiones el acoso sexual en el deporte. Por ello, es necesario identificar y reconocer la existencia del acoso y el abuso sexual en el deporte, y adoptar medidas para erradicar la violencia contra las mujeres en este ámbito, actuando contra las actitudes discriminatorias que posibilitan o promueven la misma.

Los objetivos fundamentales de este documento, son contribuir al conocimiento y la sensibilización de todas las personas vinculadas al deporte identificando las conductas que son inaceptables y proponiendo medidas para prevenir situaciones de acoso y abuso sexual a mujeres en el ámbito deportivo; así como proporcionar pautas para intervenir en los casos de acoso y abuso sexual a mujeres que se produzcan en este ámbito.

El deporte y la actividad física, por su potencialidad educativa, de promoción de la salud y mediática, deben constituir un motor de cambio social y contribuir a promover la igualdad de mujeres y hombres. Practicar deporte constituye también un ejercicio de empoderamiento para las mujeres. Que las mujeres puedan practicar deporte en todas las modalidades y practicarlo en libertad es un reto al que esperamos pueda contribuir este documento.

- 1.- Definiciones
- 2.- Situaciones, actitudes y comportamientos inadmisibles
- 3.- Consecuencias sobre las deportistas
- 4.- Factores de riesgo
- 5.- Prevención

## **1. DEFINICIONES**

A continuación, se proporciona la definición de términos relacionados con el acoso y abuso sexual en el ámbito del deporte a los que se hace referencia en este documento. Algunos de estos términos se encuentran definidos en la actual legislación autonómica, y otros han sido reconocidos internacionalmente por el Comité Olímpico Internacional.

### **Violencia contra las mujeres**

Se considera violencia contra las mujeres cualquier acto violento por razón del sexo que resulte, o pueda resultar, en daño físico, sexual o psicológico o en el sufrimiento de la mujer, incluyendo las amenazas de realizar tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad que se produzcan en la vida pública o privada.

### **Acoso sexista y acoso sexual**

Se considera acoso sexista en el trabajo cualquier comportamiento verbal, no verbal o físico no deseado dirigido contra una persona por razón de su sexo y con el propósito o el efecto de atentar contra la dignidad de una

persona o de crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo. Cuando dicho comportamiento sea de índole sexual se considera acoso sexual.

## **Abuso sexual en el deporte**

El abuso sexual es un comportamiento verbal, no verbal o físico con connotaciones sexuales hacia una persona o un grupo que se basa en el abuso de poder y de confianza. Puede ser intencionado o no intencionado. El abuso sexual implica una actividad sexual no consentida o para la que no se puede dar consentimiento (en el caso de las niñas menores de edad).

En la mayoría de los casos las deportistas se dan cuenta de que están sufriendo acoso o abuso sexual porque es humillante y ofensivo; en otras palabras, no deseado. Sin embargo, en ocasiones las deportistas no reconocen lo que está pasando porque se quedan enganchadas al acosador a través del proceso denominado "grooming" (preparación, acercamiento a la víctima, captación).

## **Grooming**

Según el COI, el proceso "grooming" (preparación, acercamiento o captación) se compone de cuatro fases:

- Selección de la víctima potencial:
  - Observar qué deportista es vulnerable.
  - Buscar momentos para saber si puede ser una persona de confianza, discreta, que guarde los secretos.
  - Comprobar que es una persona susceptible.
  - Comenzar a hacerse amigo de ella.
  - Ser agradable.
  
- Ganarse su confianza y establecer amistad:
  - Hacerle sentir especial.
  - Pasar tiempo con ella.
  - Escucharla.
  - Ser constante.
  - Establecer las condiciones mínimas para cada encuentro.
  - Comenzar a negociar "tienes que hacer esto porque yo he hecho lo otro".
  
- Desarrollo del aislamiento y el control; construir la lealtad:
  - Impedir a la niña estar con el resto de iguales o menospreciar otras amistades y apoyos de ésta.
  - Restringir la confianza a su madre, su padre o personas tutoras, pero en ningún caso se le permite tener confianza con sus compañeras u otras personas.
  - Ser incongruente y ambiguo al crear expectativas y actuar sin criterio a la hora de reprender o castigar a la deportista, generando dudas y ansiedad por no recibir la atención que necesita.
  - Comprobar reiteradamente el compromiso y la lealtad de la deportista a través de preguntas e interrogatorios.
  
- Inicio del abuso sexual y asegurarse el voto de silencio:
  - Incursión gradual en límites sexuales ambiguos.
  - Si la deportista se resiste, engañarle diciendo "la última vez no te importó".
  - Pedirle que colabore: "me perteneces, es lo menos que puedes hacer".
  - Ofrecer protección: "no diré nada, es nuestro pequeño secreto".

- Desacreditar a la víctima de forma que no tenga otra elección que permanecer en esa situación: “el resto no lo entenderá”, “nadie te creerá”.
- Amenazar a la deportista: “si se lo cuentas a alguien te haré daño”, “haré daño a alguien que te importa”, “te echaré del equipo”.

## Novatadas

Las novatadas son conductas tradicionales que se llevan a cabo en el ejército, colegios mayores, equipos deportivos, etc. Se trata de obligar a las y los nuevos miembros a llevar a cabo actos de iniciación simbólica, en muchos casos, humillantes o vejatorios y de clara connotación sexual, que llevan a cabo compañeros o compañeras, cuya autoridad radica en el hecho de llevar más tiempo en el mismo grupo.

El COI considera las novatadas en el deporte como un ritual de tránsito que deben cumplir las y los nuevos miembros de un equipo para obtener la aceptación en el mismo. A menudo ocurre ante la falta de supervisión por parte de una persona adulta y en relación con el consumo de alcohol. Asimismo, estos rituales, con frecuencia, implican una actividad sexual indeseada.

## Testiga o testigo

Se consideran testigas o testigos aquellas personas que teniendo una sospecha o conocimiento acerca de una situación de abuso sexual a una deportista no hagan nada al respecto.

Las actitudes pasivas, la no-intervención, la negación o el silencio de las personas que se encuentran en puestos de toma de decisiones en el ámbito deportivo conllevan a que las consecuencias psicológicas del acoso y el abuso sexual sean mayores. La inacción por parte de las y los cómplices hace creer a las mujeres víctimas de acoso y abuso sexual que estos comportamientos son legales y socialmente aceptables, y que las personas que están en el ámbito del deporte no tienen poder para hablar sobre ello o hacer algo para erradicarlo.

## 2. SITUACIONES, ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS INADMISIBLES

Este documento muestra una relación de las situaciones, las actitudes y los comportamientos más generalizados relacionados con el acoso y abuso sexual a mujeres en el ámbito deportivo. Se ha elaborado a partir de:

La identificación de situaciones, actitudes y comportamientos inadmisibles está organizada en tres bloques que agrupan diferentes aspectos de la relación que se establece entre el entrenador y la deportista: el primero de índole **general**, donde se incluye la relación dual, que cobra especial relevancia en el caso de la deportista menor de edad; el segundo hace referencia a la **comunicación verbal y no verbal**; el tercero al **contacto físico**. Por último, se ha incluido una relación de las consecuencias del acoso y abuso sexual en las deportistas.

### SITUACIONES GENERALES

El entrenador no debe:

- Hacer preguntas incómodas a la deportista acerca de su vida privada con la intención de obtener información que resulta irrelevante para el adecuado desarrollo de la actividad deportiva.
- Hacer preguntas a la deportista acerca de su vida sexual.
- Inmiscuirse en la vida privada de la deportista: presionarla para obtener información, al objeto de ejercer cierto control sobre su vida o tratar de imponer su criterio acerca de las actividades y relaciones personales de la deportista.

- Efectuar llamadas de teléfono a la deportista de forma continua.
- Ejercer el control de la vida privada de la deportista erigiéndose en su “protector”:
  - Exigir información de dónde se encuentra en todo momento y de qué actividades lleva a cabo.
  - Ir a buscar a la deportista a la salida del centro educativo o del trabajo.
  - Provocar encuentros, aparentemente casuales, reiterados fuera del contexto deportivo: aparecer habitualmente en lugares frecuentados por la deportista.
- Compartir ducha y vestuario con las deportistas.
- Entrar en el vestuario de las deportistas sin pedir permiso.
- Permanecer en el vestuario mientras las deportistas no han terminado de ducharse o vestirse. A veces, el entrenador aprovecha estos tiempos para analizar aspectos de la competición o dar instrucciones
- Observar clandestinamente a las deportistas, mientras realizan actividades íntimas, en lugares reservados (vestuarios, servicios, etc.).
- Realizar propuestas, invitaciones e incitaciones explícitas de carácter sexual.
- Estimular o permitir el consumo de alcohol durante los viajes que realizan las deportistas para competir:
  - En los medios de transporte, sobre todo en los desplazamientos de vuelta de la competición.
  - Después de los encuentros, sobre todo para celebrar una victoria.
  - En las fiestas, ceremonias, recepciones y otros actos oficiales.

Las situaciones generales de acoso y abuso sexual, arriba indicadas, cobran especial relevancia cuando se producen encuentros entre el entrenador y una deportista, en cuya relación destacamos las situaciones de mayor peligro:

- Compartir vestuario con una sola deportista.
- Ducharse con una sola deportista.
- En los viajes, compartir habitación con una deportista.
- Convocar a una sola deportista para desarrollar sesiones de entrenamiento individuales.
- Invitar a una sola jugadora a su casa o provocar una situación análoga de intimidad fuera del contexto deportivo habitual.
- Ofrecer a la deportista recompensas o ventajas deportivas con el propósito de exigir o esperar servicios sexuales a cambio.

No es recomendable establecer relaciones afectivas entre una deportista y su entrenador, sin embargo, cuando esto ocurra, si la relación es entre personas adultas y recíproca, la situación debe ser planteada y clarificada abiertamente tanto con el equipo como con el entorno deportivo cercano (club o federación).

## COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL

### VERBAL

La agresividad en la comunicación verbal: insultos, palabras soeces, expresiones sexistas, alusiones con clara connotación sexual, se asumen como parte integrante del deporte. Es un comportamiento copiado del deporte de alto nivel por todos los niveles de práctica, incluido el deporte en edad escolar. Incluso, hay cierta tendencia a creer que si se prescinde de ello el deporte perdería parte de su esencia, de su función catártica. Sin embargo, en un enfoque que respete los derechos humanos, favorable a la igualdad y a la diversidad, no debe confundirse la agresividad legítima en una confrontación física con las manifestaciones agresivas irracionales o innecesarias. Estos comportamientos provocan el rechazo al deporte de un importante sector de la población.

Algunos entrenadores tienden a utilizar un lenguaje sexista para comunicarse con las deportistas, a través de palabras soeces o frases despectivas y humillantes hacia las mujeres, así como con clara connotación sexual.

Además, si las expresiones van acompañadas de un estilo agresivo y peyorativo, con gritos, insultos e intimidaciones, indican una relación de poder y sumisión:

De las expresiones verbales que deben evitarse, las más frecuentes son las siguientes:

- Comentarios sexistas que ridiculizan a las mujeres en general.
- Comentarios sexistas que cuestionan o ridiculizan la actividad de las deportistas aludiendo a su condición de mujeres.
- Comentarios despectivos o inadecuados acerca de algún aspecto o característica corporal de la deportista (peso, forma, tamaño de una parte del cuerpo, etc.).
- Comentarios despectivos o inadecuados acerca de la forma de vestir y arreglarse de la deportista.
- Palabras soeces, tacos y expresiones de naturaleza sexual y sexista.
- Expresiones o comentarios de naturaleza sexual acerca de las características corporales de la deportista.
- Expresiones o comentarios de naturaleza sexual acerca de la forma de vestir y arreglarse de la deportista.
- Bromas, burlas o chistes que ridiculizan a las mujeres; mostrar un sentido del humor grosero o con contenido sexual.
- Expresiones, bromas y opiniones homófobas o lesbófobas, ya sean de carácter general o que hagan alusión a la orientación sexual de una deportista.
- Expresiones cargadas de agresividad que provocan malestar y crean un ambiente hostil.
- Expresiones cargadas de agresividad, que provocan miedo o temor y que indican abuso de poder.
- Pullas o insultos con connotación sexual.
- Correcciones táctico-técnicas groseras, con palabras soeces e insultos, tanto en situación de competición como en las sesiones de entrenamiento.
- Intimidación verbal a través de propuestas de carácter sexual.

#### NO VERBAL

- Miradas lascivas o quedarse mirando fijamente a una deportista con connotación sexual.
- Silbidos con connotación sexual.
- Gestos, insinuaciones y movimientos: expresiones faciales o corporales de naturaleza sexual.
- Mostrar imágenes pornográficas u objetos con contenido sexual.
- Visualizar con la deportista o prestarle vídeos o películas erótico-pornográficas.
- Utilización inadecuada de nuevas tecnologías:
  - Enviar a la deportista mensajes innecesarios y/o incómodos a través de aplicaciones de comunicación instantánea.
  - Comunicación o seguimiento no deseado por la deportista a través de las redes sociales.
  - Realización de llamadas perdidas insistentes.
  - Envío de correos electrónicos con contenido sexual

#### CONTACTO FÍSICO

El ambiente de desinhibición en el ámbito deportivo con respecto al contacto corporal, tanto durante la práctica como para expresar estados de ánimo, es bueno y deseable. Además, es cierto que las deportistas viven con naturalidad mostrar su cuerpo desnudo al compartir ducha o vestuario, pero, en ningún caso, debe interpretarse de manera errónea, ya que, las deportistas tienen pleno derecho a decidir quién y cuándo pueden tocar o tener acceso a su cuerpo. Por consiguiente, nadie puede aprovechar el ambiente de mayor libertad para satisfacer sus carencias o necesidades afectivo-sexuales. Por ello, es imprescindible establecer los límites, por un lado, entre lo



correcto e incorrecto en los casos más leves de extorsión y, por otro, establecer los diferentes niveles de gravedad de las acciones en relación con el acoso y abuso sexual.

Relación de actos inadmisibles:

- Excesivo e inadecuado acercamiento: contacto corporal, abrazos, apretones y acercamientos corporales no deseados por la deportista.
- Tocamiento de ciertas partes del cuerpo: nalgas, pechos, genitales, etc.
- Pellizcos y cachetes.
- Atraer con un abrazo en el intento de besar a la deportista.
- Besar a la fuerza.
- Actos sexuales no consentidos.
- Intento de violación.
- Violación.

SITUACIONES GENERALES Relación del entrenador con las deportistas	COMUNICACIÓN VERBAL Expresiones, Comentarios	COMUNICACIÓN NO VERBAL Gestos o actos de naturaleza sexual	CONTACTO FÍSICO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hacer preguntas incómodas acerca de su vida privada</li> <li>- Hacer preguntas acerca de su vida sexual</li> <li>- Inmiscuirse en su vida privada</li> <li>- Realizar llamadas de teléfono de forma continua</li> <li>- Ejercer el control de la vida privada</li> <li>- Ir a buscarla al centro educativo o de trabajo</li> <li>- Provocar encuentros, aparentemente casuales y reiterados</li> <li>- Entrar en el vestuario sin pedir permiso</li> <li>- Permanecer en el vestuario mientras no han terminado de ducharse o vestirse</li> <li>- Observar clandestinamente en vestuarios, servicios, etc.</li> <li>- Estimular o permitir el consumo de alcohol durante los viajes: en los medios de transporte; después de la competición; en fiestas o celebraciones</li> <li>- Relaciones duales entre el entrenador y una sola deportista: compartir vestuario, ducharse con ella</li> <li>- En los viajes compartir habitación</li> <li>- Convocar a sesiones de entrenamiento individual</li> <li>- Invitarlas a su casa</li> <li>- Propuestas, invitaciones e incitaciones explícitas de carácter sexual</li> <li>- Ofrecer ventajas deportivas a cambio de servicios sexuales</li> </ul>	<p>Comentarios sexistas, despectivos o inadecuados:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- que cuestionan o ridiculizan a las mujeres en general, así como a las deportistas por ser mujeres</li> <li>- acerca de algún aspecto o característica corporal</li> <li>- acerca de la forma de vestir y arreglarse</li> <li>- Palabras soeces, tacos y expresiones de naturaleza sexual</li> <li>- Bromas, burlas o chistes que ridiculizan a las mujeres</li> <li>- Expresiones, bromas y opiniones homófobas, ya sean de carácter general o que hagan alusión a la orientación sexual de una deportista</li> <li>- Expresiones cargadas de agresividad que provocan malestar y crean un ambiente hostil</li> <li>- Expresiones cargadas de agresividad que provocan miedo o temor</li> <li>- Pullas o insultos con connotación sexual</li> <li>- Instrucciones y correcciones táctico-técnicas de forma grosera, con palabras soeces e insultos</li> <li>- Intimidación verbal a través de propuestas de carácter sexual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Miradas lascivas o insistentes</li> <li>- Silbidos</li> <li>- Expresiones faciales o corporales</li> <li>- Mostrar imágenes pornográficas u objetos con contenido sexual</li> <li>- Visualizar vídeos o películas erótico-pornográficas</li> <li>- Utilización inadecuada de nuevas tecnologías: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mensajes incómodos a través de comunicación instantánea</li> <li>- Comunicación o seguimiento no deseado a través de las redes sociales</li> <li>- Correos electrónicos con contenido sexual</li> <li>- Llamadas perdidas insistentes</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Excesivo e inadecuado acercamiento en el contacto corporal, abrazos, apretones, etc.</li> <li>- Tocamiento de ciertas partes del cuerpo: nalgas, pechos, genitales...</li> <li>- Pellizcos y cachetes</li> <li>- Atraer con un abrazo en el intento de besar a la deportista</li> <li>- Besar a la fuerza</li> <li>- Actos sexuales no consentidos</li> <li>- Intento de violación</li> <li>- Violación</li> </ul>

### 3. CONSECUENCIAS SOBRE LAS DEPORTISTAS

A continuación, se enumeran las graves consecuencias que provoca el acoso y el abuso sexual en la salud integral y en la vida de las deportistas que lo sufren. Se han recopilado datos identificados por diversas investigaciones realizadas en el ámbito de la medicina del deporte y la sociología del deporte, así como la información aportada por el Comité Olímpico Internacional y el Comité Olímpico Noruego.

- Ansiedad y reacciones físicas relacionadas con el estrés:
  - Estrés físico.
  - Pesadillas.
  - Mojar la cama.
  - Infecciones de transmisión sexual.
  - Abuso de medicamentos y sustancias dopantes.
  - Desórdenes alimentarios con aumento o pérdida significativa de peso.
  - Desordenes o comportamientos obsesivo-compulsivos.
  - Ideas paranoides de hiper vigilancia.
  - Desorden acusado y crónico de estrés post traumático.
  - Sentimientos de ira, irritabilidad y confusión.
  - Sentimiento de vergüenza.
  - Efectos negativos sobre la imagen corporal.
  - Efectos negativos sobre la autoestima y la autoconfianza.
  - Disminución de la satisfacción con respecto al propio rendimiento deportivo.
  - Bajo rendimiento deportivo.
  - Disminución de la motivación por desarrollar la actividad deportiva o participar en la misma.
  - Abandono de la actividad deportiva.
- Depresión clínica:
  - Humor (triste, irritable).
  - Pérdida de interés (anhedonia).
  - Cambios en el apetito.
  - Insomnio y cambios en hábitos de dormir.
  - Disminución de la concentración.
  - Sentimiento de culpa.
  - Sentimiento de no tener esperanza.
  - Sentimiento de no tener ayuda.

Es muy importante que el personal médico, técnico y directivo, así como padres y madres, conozcan los síntomas y las consecuencias que el acoso y el abuso pueden acarrear a las deportistas para que, dado el caso, puedan identificarlo y colaborar en la erradicación del problema. El desconocimiento de los efectos que el acoso y el abuso sexual pueden producir en la salud física y psicosocial de las deportistas puede constituir en sí mismo un factor de riesgo para la detección y prevención del acoso y el abuso sexual en el deporte.

### 4. FACTORES DE RIESGO

A continuación, se señalan los factores de riesgo que, según las investigaciones llevadas a cabo, pueden favorecer el acoso y el abuso sexual a mujeres deportistas.

En algunos casos, las situaciones que se describen guardan relación con la actitud oportunista del entrenador quien aprovecha el estado de vulnerabilidad de la deportista en momentos en que pudiera estar viviendo

relaciones afectivas insatisfactorias u otros problemas personales. Concretamente, en el caso de las más jóvenes o menores, puede tratarse de carencias afectivas con su madre y/o su padre, de manera que el entrenador tiene la oportunidad de desarrollar un mayor vínculo afectivo y de confianza con la deportista. Por ello, aunque identificar estos factores de riesgo es importante en todos los segmentos de edad, es necesario prestar especial atención a los casos en los que las deportistas son menores de edad.

## EN RELACIÓN CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

- Los viajes, sobre todo las concentraciones prolongadas, constituyen uno de los principales factores de riesgo por varios motivos:
  - Las deportistas pernoctan en el mismo hotel que el entrenador, los técnicos, directivos, etc.
  - En el caso de concentraciones o competiciones en que las deportistas pasan un tiempo prolongado fuera de casa, viven situaciones especiales: con tiempos diferentes, exentas de cumplir con horarios y actividades habituales.
  - Las estancias prolongadas fuera del hogar pueden dar lugar a un sentimiento de carencia afectiva y de soledad, lo que conlleva una mayor vulnerabilidad de la deportista ante situaciones de acoso y abuso sexual.
  - El consumo de alcohol u otras drogas, que provocan efecto desinhibidor o de pérdida de la conciencia.
- La sesión de masaje, cuando en vez de llevarse a cabo en ambiente profesional, se crean espacios de aislamiento con la intención de aprovechar la situación de relajación y de contacto con el cuerpo desnudo de la deportista para transgredir los límites éticos de esta actividad.
- El tiempo que el entrenador procura estar a solas con una deportista con la intención de llevar a cabo actos sexuales. Los lugares más frecuentes son: el coche, en el trayecto de retorno de un entrenamiento o partido; la casa, donde invita a la deportista con algún pretexto; y la habitación de un hotel.
- Cuando el entrenador se arroga el papel de representante de la autoridad, cuando asume el papel de padre, es habitual que se cree una relación de absoluta dependencia psicológica por parte de la deportista. El entrenador se convierte en protector y guía personal, dando consejos continuos y a quien las deportistas piden opinión antes de tomar cualquier decisión en su vida, tanto si es de índole deportiva como extradepportiva.
- Incapacidad por parte de las deportistas para identificar los indicadores de acoso y abuso sexual.
- La deportista carece de recursos psicológicos y emocionales para impedir, desde el inicio, las manifestaciones afectivo-sexuales o los intentos de seducción del entrenador.
- Es necesario tener gran personalidad y seguridad en sí misma para enfrentarse al entrenador que encarna el saber y el poder. Dado que no es habitual poseer las cualidades necesarias para actuar con autonomía personal, y mucho menos en el ámbito del deporte, una buena formación en coeducación aplicada al deporte es la herramienta más importante de que se puede dotar a la deportista. Esta formación debe incluir contenidos de educación afectivo-sexual desde la perspectiva de género y empoderamiento de las mujeres.
- Desconocimiento por parte de las deportistas de sus derechos y de cómo actuar cuando es objeto de acoso y abuso sexual.

- En relación con las deportistas de alto nivel, los factores de riesgo señalados anteriormente cobran mayor relevancia, debido a la gran dependencia del entrenador, que tiene capacidad de decisión en aspectos cruciales de su carrera deportiva. De manera que las deportistas están condicionadas por:
  - El deseo de ser seleccionadas.
  - El ansia de éxito.
  - La obtención o renovación de la beca.
  - Las estancias prolongadas en concentraciones y competiciones

## EN RELACIÓN CON LA ESTRUCTURA Y CULTURA ORGANIZACIONAL

- Falta de sensibilización acerca de la situación de discriminación en la que tienen que realizar la práctica deportiva las niñas y mujeres.
- Falta de sensibilización acerca de la situación de acoso o abuso sexual que están sufriendo las deportistas.
- Falta de formación de todas las personas del ámbito deportivo: puestos directivos, entrenadores, árbitros, personal médico, etc. La carencia de programas de formación en temas de género relega al ámbito deportivo a uno de los sectores sociales más androcéntricos.
- No aceptar la importancia que tiene la formación en temas de igualdad de género de todas las personas del ámbito deportivo como uno de los recursos más eficaces para erradicar la discriminación y violencia contra las mujeres en el mundo del deporte.
- Negar las situaciones de acoso o abuso sexual que están sufriendo las deportistas.
- No desarrollar códigos éticos acerca de los patrones de conducta.
- No tomar medidas efectivas para erradicar las situaciones indebidas o delictivas que soportan las deportistas y otras mujeres en el deporte.
- No sancionar en su justa medida actos públicos que denigran la persona y la labor deportiva de las mujeres, por ejemplo, la falta de respeto, comentarios machistas o insultos a las árbitras, juezas, directivas, etc.
- Silenciar, obstaculizar o evitar las actuaciones que pudieran derivar en sanciones penales relacionadas con el acoso y el abuso sexual.
- Carecer de una cultura de tolerancia a las distintas orientaciones sexuales.
- Utilizar la imagen de las deportistas como reclamo sexual. En los últimos años, se ha generalizado el hecho de que las deportistas de mayor belleza corporal son las que más aparecen en los medios de comunicación, con independencia de sus logros deportivos. Esto hace que socialmente se difunda la idea de que la importancia de las mujeres en el deporte no tiene relación con su pericia deportiva sino con un físico agraciado.
- Imponer a las deportistas una determinada vestimenta basándose en intereses relacionados con la audiencia televisiva más que en criterios deportivos.
  - Sancionar a las jugadoras que no acatan normas arbitrarias e injustificadas desde un punto de vista deportivo y que son perjudiciales para ellas.

- Dificultar o no impulsar la creación de ligas femeninas profesionales. En consecuencia, la dignificación del estatus de las deportistas a través de la formalización de contratos profesionales queda a expensas de la voluntad de los clubes deportivos en los que éstas compiten.
- Carecer de procesos definidos y criterios objetivos para la gestión económica y organizacional: distribución de recursos, selección de personal, contratación y supervisión del personal técnico, etc.
- Adoptar una actitud paternalista con mujeres deportistas, lo que conlleva situaciones de riesgo señaladas anteriormente.
- Interpretar de manera errónea que el contacto personal cercano con las deportistas conlleva la posibilidad de contacto corporal no permitido ni deseado por éstas, ya sea durante la práctica deportiva o fuera de ella.
- Considerar normal el hecho de que el entrenador cite a una sola deportista fuera de los espacios deportivos con la disculpa de tratar asuntos deportivos.
- Considerar normal que el entrenador cite a una sola deportista con la disculpa de reforzar aspectos de su entrenamiento.
- Consumir alcohol en las recepciones y cenas que se celebran. En ocasiones el consumo de alcohol da pie a relaciones inadecuadas entre las deportistas y otros miembros del entorno deportivo. Estos se encuentran en situación de poder y utilizan la vulnerabilidad de las deportistas ante las posibilidades o promesas de mejora de la situación deportiva (obtención de becas, ayudas, selección para un evento, etc.).
- Los viajes aumentan las situaciones de riesgo en cualquier nivel de competición, pero en el caso de estancias largas a muchos kilómetros de casa, es necesario prestar atención a:
  - Los directivos que ven en estos encuentros deportivos situaciones fáciles para seducir u obligar a las deportistas a mantener relaciones sexuales.
  - Las deportistas más jóvenes y las menores de edad pueden estar en situación de mayor vulnerabilidad.
- No disponer de sistemas por el que las deportistas puedan canalizar sus discrepancias con garantías de no ser sancionadas por hacerlo.
- Carecer de políticas, procedimientos de información, vías de participación y mecanismos para interponer quejas o denuncias.
- Falta de asociacionismo entre las deportistas para defender sus derechos.

## 5. PREVENCIÓN

El principal modo de prevenir el acoso y el abuso sexual a mujeres en el ámbito deportivo es garantizar el desarrollo de un entorno deportivo saludable, respetuoso hacia todas las personas, y que abogue por la igualdad de mujeres y hombres en todos los niveles.

Es absolutamente necesario que las personas vinculadas al ámbito deportivo tengan una formación en materia de coeducación y en materia de igualdad de mujeres y hombres, y es sumamente importante aumentar la presencia de mujeres en todos los estamentos del ámbito deportivo.

Una vez identificadas las situaciones y actitudes inadmisibles, así como los factores de riesgo que pueden favorecer la existencia del acoso y abuso hacia las mujeres en el deporte, en base a las directrices establecidas por ONU Mujeres y el Comité Olímpico Noruego, a continuación se proponen una serie de medidas que se deben adoptar para promover la igualdad de mujeres y hombres en las organizaciones deportivas, entre otras, medidas contra el acoso y el abuso sexual y medidas en relación con la conducta de los entrenadores.

#### MEDIDAS GENERALES PARA PROMOVER LA IGUALDAD DE MUJERES Y HOMBRES

- Implantar planes que garanticen la igualdad de mujeres y hombres en las organizaciones deportivas.
- Promover y garantizar la formación en materia de igualdad y coeducación aplicada al deporte de todas las personas vinculadas al ámbito deportivo. Es urgente dedicar recursos a la formación de género en relación con el deporte, de los siguientes colectivos:
  - Mujeres deportistas para que tomen conciencia de su situación y sus derechos.
  - Entrenadores y entrenadoras de todos los niveles del deporte.
  - Personal técnico y directivo.
  - Periodistas, para que transmitan las noticias deportivas exentas de estereotipos sexistas

#### MEDIDAS CONTRA EL ACOSO Y EL ABUSO SEXUAL

- Instaurar un código ético que garantice la igualdad real en las federaciones y clubes. Establecer los límites entre las conductas aceptables y las que no lo son, aun a pesar de la fuerza de la costumbre.
- Desarrollar políticas y procedimientos para la prevención del acoso y el abuso sexual.
- Impartir formación a las deportistas en temas de sexualidad que incluya: el derecho al control de su propio cuerpo; aprender a poner límites en el consentimiento y tipo de prácticas en las relaciones sexuales; identificar el acoso y abuso sexual; los diferentes aspectos que influyen en las relaciones sexuales entrenador-deportista y la repercusión para su vida deportiva.
- Fomentar la colaboración de padres, madres y otras personas al cuidado de las menores con respecto a la prevención del acoso y el abuso sexual.
- Desarrollar procedimientos para interponer quejas o denuncias e intervenir ante un posible caso de acoso sexual garantizando la privacidad.
- Proteger los derechos legales de las deportistas y los entrenadores, así como protegerles contra las posibles represalias.
- Realizar el seguimiento de las políticas y procedimientos que se van implantando para garantizar la igualdad.
- Evaluar el impacto de estas políticas en la identificación y reducción del acoso y el abuso sexual.
- Impulsar y apoyar la investigación en materia de acoso y abuso sexual en el deporte.

## MEDIDAS EN RELACIÓN CON LA CONDUCTA DEL ENTRENADOR

- Diseñar e implantar códigos éticos y de conducta para entrenadores, que éstos deberán firmar y acatar en el momento que accedan al puesto, tanto si trabajan con niñas como si lo hacen con mujeres adultas.
- Establecer relaciones respetuosas y libres de abuso del poder entre entrenadores y deportistas.
- Garantizar que los equipos técnicos sean mixtos; que estén conformados por hombres y por mujeres: “la prevalencia del acoso sexual es menor cuando hay un número igual de mujeres y hombres en los entornos deportivos”.
- Evitar el consumo de alcohol.
- Utilizar un lenguaje verbal apropiado y respetuoso.
- Evitar los gestos que no sean apropiados, respetuosos y libres de estereotipos sexistas.
- Realizar un uso adecuado de las nuevas tecnologías a la hora de comunicarse con las deportistas.
- Respetar y no entrometerse en la vida sexual y privada de las deportistas.
- Respetar la orientación sexual de las deportistas.
- Contribuir al desarrollo integral de las deportistas: adoptar estilos formativos de entrenamiento que colaboren a mejorar su autonomía y responsabilidad.
- Fomentar un clima de discusión abierta sobre los temas relacionados con el acoso y el abuso sexual para que las deportistas se sientan con confianza para hablar o exponer sus dudas al respecto.
- En caso de que sea necesaria la mejora técnica de una sola deportista, el entrenador convocará también a otra compañera del equipo a la misma sesión.
- En caso de que el entrenador deba hablar a solas con una deportista, se asegurará de que el entorno sea seguro para la deportista, por lo que la citará en el polideportivo, en el club o en la federación.
- En los casos en los que las deportistas menores de edad viajen a concentraciones o competiciones, se deberá informar a madres, padres, o personas tutoras acerca del plan de viaje, estancia, entrenamientos y competición, asimismo, se establecerán los horarios en que pueden contactar con las deportistas.
- Si una menor se insinúa sexualmente al entrenador es responsabilidad de éste negarse a llevar a cabo ninguna conducta sexual con la menor.

Estas medidas de obligado cumplimiento para el entrenador, deben ser supervisadas por parte de la Junta Directiva de la Federación o Club, Dirección del Centro Escolar u Órgano de Dirección competente de la organización deportiva.

En la siguiente tabla se relacionan los factores de riesgo con las medidas de prevención que deben adoptarse en cada situación:

FACTORES DE RIESGO	PREVENCIÓN
<p><b>Viajes y concentraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pernoctar en el mismo hotel que el entrenador, los técnicos, directivos, etc.</li> <li>- Estancias prolongadas fuera del hogar.</li> <li>- Consumo de alcohol u otras drogas.</li> <li>- La sesión de masaje.</li> </ul> <p>Estos factores de riesgo cobran mayor relevancia cuando la deportista es menor de edad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar el consumo de alcohol y otras drogas.</li> <li>- Informar a madres, padres o personas tutoras acerca del plan de viaje, cuando las deportistas menores de edad viajen a concentraciones o competiciones.</li> </ul>
<p><b>Relación entre la deportista y el entrenador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El tiempo que el entrenador procura estar a solas con una deportista, con la intención de llevar a cabo actos sexuales. Los lugares más frecuentes son: el coche, la casa y la habitación de un hotel.</li> <li>- El entrenador se arroga el papel de padre, lo que habitualmente aboca a la deportista a una relación de absoluta dependencia psicológica con él.</li> <li>- En relación con las deportistas de alto nivel: <ul style="list-style-type: none"> <li>- El deseo de ser seleccionadas.</li> <li>- El ansia de éxito.</li> <li>- La obtención o renovación de becas.</li> <li>- Las estancias prolongadas en concentraciones y competiciones.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diseñar e implantar códigos éticos de conducta para entrenadores.</li> <li>- Garantizar que los equipos técnicos sean mixtos.</li> <li>- Erradicar las siguientes conductas por parte del entrenador: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar entrenamientos a solas con una deportista.</li> <li>- Quedar con una jugadora fuera del espacio deportivo.</li> <li>- Ducharse con una deportista.</li> <li>- Compartir habitación con la deportista.</li> </ul> </li> <li>- Establecer relaciones respetuosas y libres de abuso de poder entre el entrenador y la deportista.</li> <li>- Contribuir al desarrollo de la autonomía de las deportistas.</li> <li>- Respetar y no entrometerse en la vida sexual y privada de las deportistas.</li> <li>- Respetar la orientación sexual de las deportistas.</li> <li>- Evitar los gestos irrespetuosos y sexistas.</li> <li>- Utilizar un lenguaje libre de estereotipos sexistas.</li> <li>- Realizar un uso adecuado de las nuevas tecnologías, a la hora de comunicarse con las deportistas.</li> <li>- Negarse a llevar a cabo ninguna conducta sexual con la deportista, especialmente si es menor de edad. Si una menor se insinúa sexualmente es responsabilidad del entrenador negarse.</li> </ul>
<p><b>Las deportistas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Carecer de formación en temas de igualdad.</li> <li>- Incapacidad para identificar los indicadores de acoso y abuso sexual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impartir formación a las deportistas en temas de sexualidad que incluya, entre otros temas: el derecho al control de su propio cuerpo; aprender a poner límites en las relaciones sexuales; identificar el acoso y abuso sexual; los diferentes aspectos que</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desconocimiento de sus derechos y de cómo actuar cuando es objeto de acoso y abuso sexual.</li> <li>- Carecer de recursos para impedir las manifestaciones afectivo-sexuales o los intentos de seducción.</li> <li>- Miedo a mostrar disconformidad y a oponerse a las decisiones arbitrarias que impone el club o la federación.</li> </ul>	<p>influyen en las relaciones sexuales entrenador-deportista y la repercusión para su vida deportiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar un clima de discusión abierta sobre los temas relacionados con el acoso y el abuso sexual.</li> </ul>
<p><b>La entidad deportiva:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Negar las situaciones de acoso o abuso sexual que están sufriendo las deportistas.</li> <li>- Carecer de códigos éticos de conducta en relación con el acoso sexual.</li> <li>- Carecer de medidas efectivas para erradicar las situaciones de acoso y abuso sexual que soportan las mujeres en el deporte.</li> <li>- No sancionar actos públicos que denigran la labor deportiva de las mujeres.</li> <li>- Carecer de procesos definidos y criterios objetivos para la gestión económica y organizacional.</li> <li>- Dificultar la creación de ligas femeninas profesionales, lo que obstaculiza la dignificación del estatus de las deportistas.</li> <li>- Carecer de criterios claros y objetivos sobre los sistemas de obtención o retirada de una beca.</li> <li>- Dificultar la creación de ligas femeninas profesionales, lo que obstaculiza la dignificación del estatus de las deportistas.</li> <li>- Silenciar o evitar las actuaciones que pudieran derivar en sanciones penales relacionadas con el acoso y el abuso sexual.</li> <li>- Carecer de formación de todas las personas del ámbito deportivo en temas de igualdad y coeducación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Instaurar un código ético que garantice la igualdad real en las federaciones y clubes. Establecer los límites entre las conductas aceptables y las que no lo son, aun a pesar de la fuerza de la costumbre.</li> <li>- Desarrollar políticas y procedimientos para la prevención del acoso y el abuso sexual.</li> <li>- Desarrollar procedimientos para interponer quejas garantizando la privacidad.</li> <li>- Proteger los derechos legales de las deportistas y los entrenadores, y protegerles contra las posibles represalias.</li> <li>- Promover y garantizar la formación en materia de igualdad y coeducación aplicada al deporte, de todas las personas vinculadas al ámbito deportivo.</li> <li>- Implantar medidas para impulsar la igualdad de mujeres y hombres en las organizaciones deportivas:</li> <li>- Órganos de decisión.</li> <li>- Comisión de igualdad.</li> <li>- Selección de personal.</li> <li>- Distribución de recursos económicos, humanos y materiales.</li> <li>- Comunicación y publicidad.</li> <li>- Etc.</li> <li>- Fomentar la colaboración con padres, madres y otras personas al cuidado de las menores, con respecto a la prevención del acoso y el abuso sexual.</li> <li>- Realizar el seguimiento de las políticas y procedimientos que se van implementando para garantizar la igualdad de mujeres y hombres.</li> <li>- Evaluar el impacto de estas políticas en la identificación y reducción del acoso y el abuso sexual.</li> <li>- Impulsar y apoyar la investigación en materia de acoso y abuso sexual en el deporte.</li> </ul>



- Carecer de sensibilización y de toma de conciencia de la situación de discriminación en que realizan la práctica deportiva las niñas y mujeres.
- Carecer de sensibilización y de toma de conciencia acerca de la situación de acoso o abuso sexual que están sufriendo las deportistas.
- Carecer de procedimientos de información, participación, asociacionismo, y para la defensa de los derechos de las deportistas.
- Aprovechar la imagen de las deportistas como reclamo sexual; imponer a las deportistas una vestimenta diseñada en función de criterios estereotípicamente femeninos.
- Intolerancia hacia las distintas orientaciones sexuales.
- Adoptar una actitud paternalista con las deportistas.
- Interpretar de forma indebida la cercanía en la relación con las deportistas.
- Considerar normal que el entrenador cite a una sola deportista, tanto para un entrenamiento como fuera de los espacios deportivos.
- Consumir alcohol en las recepciones y cenas que se celebran.