

UNA FAMILIA MAS SEGURA. UN MUNDO MAS SEGURO.

Una Guía Para Padres y Responsables del Cuidado de Niños Entre 0-12 Años Sobre la Prevención del Abuso Sexual

El presente folleto es para que padres, tutores y demás responsables del cuidado de menores puedan ayudar a prevenir el abuso sexual en niños. El mayor temor de muchos padres es que sus hijos puedan ser lastimados o abusados. Hay que reconocer que no siempre existe control sobre la manera en que otras personas tratan a nuestros niños, ni tampoco nuestros niños pueden controlar como son tratados. Sin embargo, nosotros podemos controlar nuestro comportamiento, y podemos ayudar a nuestros niños enseñándoles a hacer lo mismo. Como padre o cuidador de niños, usted es la mejor persona para enseñar a un niño cómo debe ser tratado, y cómo ellos deben tratar a los demás. ¡Ellos le ven a usted hacerlo día a día!

En este folleto, se encontrarán ideas de cómo hablar sobre el abuso sexual y la seguridad. Estas pláticas pueden fortalecer las relaciones y ayudar en la prevención de abuso. Pero, incluso cuando las familias hablan sobre estas temáticas, en ocasiones los niños aún así pueden ser abusados. Este folleto explica qué puede hacer usted en caso de que ocurra un abuso sexual.

Todos tenemos un lugar importante en la creación de familias más seguras y, por lo tanto, un mundo más seguro. Por favor contáctenos si usted necesita ayuda; nosotros siempre estamos para hablar y acompañarlo.

Harborview Center for Sexual Assault and Traumatic Stress

www.hcsats.org

206-744-1600



¿CÓMO PODRÍA...?

- ▶ Es de gran ayuda enseñar a sus niños **el nombre apropiado de las partes del cuerpo**, incluyendo sus genitales. Mostrándoles las nominaciones correctas, les hace saber que está bien utilizar estos términos y ellos pueden decirle cuando tienen un problema con cualquier parte de su cuerpo.
- ▶ Enséñeles que ciertas **partes del cuerpo son privadas**; generalmente las mismas partes que cubre el traje de baño.
- ▶ Los niños con frecuencia preguntan dónde vienen los bebés, cómo se desarrollan, cómo van al baño, las partes de su cuerpo, y cómo se mantienen sus cuerpos limpios. **Ellos necesitan respuestas a estas preguntas.** Es una buena idea pensar antes de tiempo sobre cómo queremos responder a estas preguntas en un modo que sea sencillo y apropiado para su edad.
- ▶ ¿Cómo se sabe cuando un niño está listo para hablar sobre estas temáticas? **Si ellos comienzan a preguntar, es una buena señal de que ellos están listos.** Está bien si sólo da un poco de información básica a un niño pequeño y se puede esperar a ver si surgen más preguntas. Es importante estar seguro de que lo que dice es correcto y honesto.
- ▶ El **comportamiento sexual ocasional y durante el juego** es común en los niños pequeños, como representar roles familiares o jugar al doctor. Un niño explorando y tocándose su propio cuerpo también es usual. Se puede establecer límites y enseñar reglas de contacto físico, según se hablará en la siguiente sección. Si usted no está seguro si el comportamiento sexual de un niño sea normal o preocupante, puede comunicarse con nuestro centro.
- ▶ Hay **gran número de libros** que las familias puedan leer juntos sobre el cuerpo, los bebés y la seguridad. Se puede revisar nuestro sitio web **www.hcsats.org** dando clic en "Resources" para un listado de libros.

"El cuerpo de cada persona es diferente y especial."

"Tú cuerpo te pertenece; es importante cuidarlo y mantenerlo sano y limpio."

"No estoy seguro de cómo contestar a tu pregunta, pero agradezco que me preguntes. Voy a buscar un libro donde podamos aprender juntos."

"El bebé crece en el útero de la mujer."

"Está bien si te tocas y observas tu cuerpo. Puedes hacerlo en tu habitación o en el baño."

...HABLAR SOBRE UNA SEXUALIDAD SALUDABLE

Busque oportunidades para modelar el consentimiento. Puede ser útil para el menor tener la oportunidad de decidir cómo quiere compartir su cuerpo, o si éste quiere hacerlo o no.

“Espero que pases buen día en la escuela hoy. Me gustaría darte un abrazo, pero también podemos chocar nuestras palmas. ¿Cómo quieres decirme adiós?”

“Él se ve muy triste. ¿Quieres preguntarle si quiere un abrazo o qué es lo que puedes hacer para ayudarlo a sentirse mejor?”

Enseñe a los niños a entender el lenguaje que significa “no” y cómo reconocer los sentimientos de los demás.

“Al gato generalmente le gusta estar acariciado en su espalda. Pero si el gato camina lejos, o si coloca sus orejas hacia atrás, significa que no le gusta y tienes que parar de hacerlo.”

“Cuando estás jugando de manera pesada con alguien mira su cara. ¿Puedes ver si aún está pasándolo bien? ¿Está sonriendo o riéndose? Cuando tú te detienes, ¿él te dice que quiere continuar con el mismo juego?”

Incluya normas de seguridad del cuerpo con las demás reglas de seguridad familiar.

“No está bien tocar las partes privadas de otras personas o enseñar las propias. Por eso se llaman partes privadas. Otras personas también deben seguir las mismas reglas.”

“Si tienes un sentimiento de que algo no es seguro o es incómodo, está bien crear una razón para irte.”

Deje la conversación abierta para que los niños se lo reporten.

“Si alguien te toca las partes privadas o si rompe una regla de nuestra familia, siempre puedes hablar conmigo (o con otro adulto de confianza) sobre el tema. No vas a estar en problemas.”

“Mi trabajo es mantenerte a salvo. Siempre puedes hablar conmigo si alguien te hace sentir herido, triste, confundido o incómodo. Incluso cuando es alguien que me simpatiza o te simpatiza a ti.”

Cuénteles a otras personas lo que le está enseñando al niño. Comparta esta información con otros padres, profesores, proveedores de cuidado infantil, niñeras, abuelos y los demás parientes.

“Estamos tratando de educar a nuestro niño sobre el consentimiento. Nos gustaría que tú le preguntaras antes de darle un abrazo o un beso, así podrá aprender que tiene la opción de cómo compartir su cuerpo. No lo obligamos a abrazar o besar a nadie que el menor no desee.”

“Estamos enseñándole sobre las reglas de seguridad en el cuerpo. Ya le hemos hecho saber que puede decirnos si alguien o cualquier cosa le hace sentir incomodidad.”

**...ENSEÑAR EL CONSENTIMIENTO, LOS LÍMITES,
Y EL CONTACTO FÍSICO**

Los niños escuchan muchas cosas fuera del hogar que influyen cómo piensan que las personas deban actuar. Mucha de la información que escuchan no es sana, y **puede enseñarles a tratar a otras personas incorrectamente**. Se puede hablar con los niños sobre lo que están viendo en la televisión o lo que escuchan de sus amigos. Se debe **cuestionar las ideas acerca de los roles de género y la falta de poder en los niños**. Es importante que los niños no escuchen comentarios sexuales de adultos o adolescentes. Los niños tampoco deben ver programas de televisión o películas con contenido sexual de adultos.

Es importante tratar equitativamente a los niños y las niñas; bajo **las mismas reglas y expectativas**. Algunos mensajes nocivos en los niños varones son que ellos deben ser siempre poderosos, encargados, y no mostrar sus sentimientos. Por otro lado, mensajes perjudiciales sobre las niñas son que ellas son débiles, demasiado emocionales y su apariencia es lo más importante. El abuso sexual es más común en comunidades con fuertes creencias en mensajes como los mencionados.

Los niños varones pueden...

- Estar tristes
- Ser sensibles a los sentimientos de otros
- Hablar de sus sentimientos
- Cuidar de otros
- Ser amables
- Ser buenos amigos
- Jugar con los juguetes que ellos deseen

¡Todos
Los Niños
Pueden Hacer
Todas Estas
Cosas!

Las niñas pueden...

- Jugar rudo
- Enojarse
- Ser fuertes
- Rescatar gente
- Ser líderes
- Crear reglas
- Jugar con los juguetes que ellas quieran

Los padres tienen derecho a crear reglas y expectativas para sus hijos. Es importante que sus niños sepan que **a veces pueden decir que no**, y que **su voz será escuchada**. Esto podría protegerles de un posible abuso. Un abusador podría aprovecharse de que sus niños no sepan decir que no a los adultos. Usted puede demostrar a sus niños que respeta sus opiniones incluso cuando usted hace cumplir las reglas. Permita ocasionalmente que sus niños difieran de su opinión, ellos así podrán practicar a decir que no y a tomar decisiones por sí mismos. Es importante que los niños sean capaces de hacerse escuchar si alguien es inseguro.

“¿Qué puedes hacer si alguien te toca de una manera que no te gusta? ¿Qué harías si alguien te pide que hagas alguna cosa que esté en contra de las reglas?”

“Respeto lo que tú estás diciendo y yo me detengo porque tú también me lo pediste.”

“Cometí un error y lo siento. No me di cuenta de que te avergonzaba. Gracias por decirme cómo te estabas sintiendo.”

...DESAFIAR LOS MENSAJES DE LA SOCIEDAD

Hablar con los niños sobre estos temas es sólo una forma de prevención. Otra forma de singular importancia para prevenir el abuso sexual es la observación de **comportamientos preocupantes de adultos y adolescentes**. Es importante saber siempre con quién está, en dónde está y quiénes más están con su niño. Evite que niños mayores cuiden a niños menos por largos períodos con poca supervisión. **El abuso usualmente ocurre por alguien que el niño conoce**, y usualmente en secreto. Tenga en cuenta que los niños podrían estar abusados por otros niños o adultos, incluyendo quienes viven en su casa o por quienes trabajan en la escuela y en programas juveniles. Si la conducta de uno le hace sentir incómodo, **confíe en sus instintos**, y no deje que su niño pase tiempo a solas con esa persona. Los abusadores generalmente se miran como personas agradables, para que así puedan desarrollar una relación cercana y de confianza con un menor.

Ejemplos de comportamientos preocupantes de adultos hacia menores:

- ▶ **Atención especial:** provee singularidad en el afecto y cumplidos hacia un niño (o un pequeño grupo de niños).
- ▶ **Trato especial:** otorga a un niño regalos o privilegios especiales, o permite que rompa las reglas.
- ▶ **Se enfoca en los niños:** los toca frecuentemente mientras juega; parece relacionarse mejor con los niños que con los adultos; desarrolla relaciones cercanas con los niños sin incluir a sus padres, tutores o personas responsables de su cuidado.
- ▶ **Pobres límites:** no se detiene cuando un niño se muestra incómodo, o cuando otros le piden que pare; habla sobre temas sexuales o relaciones personales.
- ▶ **Secrecía:** le solicita a un menor mantener secretos; busca lugares y situaciones para estar a solas con el niño.

¿Cómo hablar con alguien que tiene comportamiento y límites preocupantes hacia un menor?

- ▶ "Al parecer él ya no está disfrutando ese juego."
- ▶ "Siento incomodidad cuando tú hablas a los niños sobre_____"
- ▶ "Por favor, deja la puerta abierta cuando estés jugando. Aun cuando tú estás aquí, necesito ver a mi niño."
- ▶ "Me molesta mucho cuando hablas sobre sus cuerpos y lo llamas 'coqueteo'."

Una manera de prevenir el abuso sexual antes de que ocurra es **intervenir en el momento que vea algún comportamiento preocupante**. Para su niño, verle a usted hacerlo, es un gran ejemplo. La mayoría de las personas le comprenderán y dejarán el comportamiento preocupante. Por otro lado, un abusador podría ponerse a la defensiva, o replicar que usted es demasiado sensible. A pesar de llamarle la atención, éste podría continuar el comportamiento, pero ahora de forma discreta. Si esto ocurre, vigile cuando esta persona está alrededor de niños. Hable con un amigo o familiar. Llame a nuestro centro (o centro local para la atención del abuso sexual) para aconsejarse.

...OBSERVAR LOS SIGNOS DE ABUSADORES

Usted puede empezar desde **AHORA**. Demuestre a sus niños su disposición para escuchar sus preguntas y preocupaciones en cualquier momento. Cuando se le acerquen, escúcheles antes de replicar, y agrádeczcales por haber tenido la confianza en compartir. Verá que de esta manera se sienten más cómodos en hacerle saber un gran problema, puesto que han sentido su atención con pequeños problemas anteriormente.

A pesar de nuestros mayores esfuerzos para proteger a los niños, el abuso sexual puede suceder. Su respuesta y apoyo es muy importante. Los niños pueden recuperarse y sí se recuperan de abuso sexual. Hay ayuda para su niño, y para usted también.

- ▶ Si sospecha que su niño o niña ha sido sexualmente abusado, pero no está seguro, supervísele cercanamente; preste atención en cambios de su estado de ánimo y procure dejar la conversación abierta, diciendo: "Siempre puedes acercarte y hablar conmigo si algo te está molestando". Llame a nuestro centro (o centro local para la atención del abuso sexual) para aconsejarse.
- ▶ Si su niño o niña le comparte que ha sido sexualmente tocado o abusado, es normal sentirse enojado, desesperado, o quizá, incrédulo. Sin embargo, es importante estar calmado y creerle. Luego, puede agradecerle su confianza.
- ▶ Cuando un abuso ha sido reportado por un menor, no le deje sin supervisión cualquier contacto con el abusador. Tampoco dudes en hablar a la policía local o a Child Protective Services (Servicios de Protección al Menor) y hacer así un reporte. Se puede buscar un examen médico para asegurarse de que el cuerpo del niño esté bien y recoger evidencia. Llame a nuestro centro para apoyo.
- ▶ Si está preocupado que su niño o niña esté actuando de manera sexual o tocando a otros de manera inapropiada, busque apoyo profesional. Hable con él o ella sobre las reglas de seguridad del cuerpo y qué tipos de contacto están bien, y cuáles no están bien. Enseñe y haga cumplir estas reglas tal y como usted lo haría con cualquier otra regla sobre la seguridad y el respeto. Llame a nuestro centro (o centro local para la atención del abuso sexual) para aconsejarse.

Recursos Adicionales:

- Washington Coalition of Sexual Assault Programs (información en español): www.wcsap.org
- National Child Traumatic Stress Network: www.nctsn.org
- Para mayor información se puede ingresar a nuestra página de internet: www.hcsats.org. Haga clic en "Resources"

Harborview Center for Sexual Assault and Traumatic Stress
Oficinas en Seattle, Redmond, Bellevue y Shoreline

Servicios incluidos: exámenes médicos, intervención en crisis y apoyo en consejería

www.hcsats.org
206-744-1600

UW Medicine
HARBORVIEW
MEDICAL CENTER

El presente proyecto fue apoyado por
Seattle Children's y la Molteni Family Endowment

 **Seattle Children's**
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

...**RESPONDER SI UN NIÑO HA SIDO
SEXUALMENTE ABUSADO**