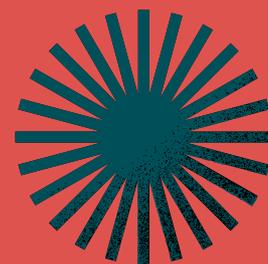


UNA FAMILIA MAS SEGURA UN MUNDO MAS SEGURO

Un recurso para padres y cuidadores
de niños de 0 a 12 años sobre la
prevención del abuso sexual



Harborview Abuse & Trauma Center
www.uwhatc.org
206-744-1600

UW Medicine
HARBORVIEW
MEDICAL CENTER

CÓMO...

01

Apoyar al desarrollo sexual

02

Educar sobre el consentimiento

03

Mantener la conversación en marcha

04

Darse cuenta de comportamientos preocupantes

05

Responder al abuso

Como los padres y cuidadores, juegan un papel importante para ayudar a prevenir el abuso sexual infantil. Usted es la mejor persona para enseñar a sus hijos cómo ellos deben de ser tratados y cómo ellos deben tratar a los demás. ¡Ellos lo ven hacerlo todos los días!

En este folleto, encontrará ideas para hablar y actuar. Sin embargo, incluso cuando las familias hablan sobre estas cosas, a veces los niños aún pueden ser abusados sexualmente. Este folleto también habla acerca de qué hacer si esto sucede alguna vez.

Todos jugamos un papel en la formación de familias más seguras y un mundo más seguro. Comuníquese con nosotros si necesita ayuda. Siempre estamos contentos de atenderle.

Harborview Abuse & Trauma Center



uwhatc.org



206-744-1600

Los niños de

7 - 13

años experimentan las tasas más altas de abuso sexual infantil.

**1 DE CADA 5 NIÑAS
1 DE CADA 20 NIÑOS**
experimentan abuso sexual a los 18 años. Esto no incluye a todos los que no son reportados.

Fuente:
National Center for Victims of Crime



APOYAR AL DESARROLLO SEXUAL

“TU CUERPO TE PERTENECE A TI. ES IMPORTANTE CUIDAR TU CUERPO Y MANTENERLO SALUDABLE Y SEGURO.”

“ESTÁ BIEN MIRAR Y TOCAR TU PROPIO CUERPO. PUEDES HACERLO EN TU HABITACIÓN O EN EL BAÑO.”

“CUANDO UNA PERSONA ESTÁ EMBARAZADA, EL FETO CRECE EN SU ÚTERO, (NO EN SU ESTÓMAGO).”

“NO ESTOY SEGURO EN CÓMO CONTESTAR ESA PREGUNTA, PERO ME ALEGRA MUCHO QUE ME HAYAS PREGUNTADO. VOY A CONSEGUIR UN LIBRO SOBRE ESO PARA QUE JUNTOS PODAMOS APRENDER.”

- El desarrollo sexual es una parte normal del crecimiento. Piense en cómo quiere que sus hijos manejen su salud personal y sus relaciones. Piense sobre las **habilidades** que necesitarán y cómo ellos pueden **aprenderlas con el tiempo**.
- Es importante enseñarles a los niños **los nombres propios de las partes del cuerpo**, incluido los genitales. Al enseñarles estas palabras, les está haciendo saber que está bien usar esos términos. Invítelos a hacer preguntas o que le digan si tienen alguna inquietud.
- **La autonomía del cuerpo** es cuando una persona puede tomar decisiones sobre su propio cuerpo. Hable acerca de lo que esto significa para su familia y su hijo. Piense en cómo puede apoyarlos a medida que crecen para que puedan **abogar por sí mismos**.
- Los niños a menudo tienen preguntas sobre el origen de los bebés, ir al baño, los cuerpos y el crecimiento. **Ellos necesitan respuestas a esas preguntas**. Puede pensar de antemano sobre cómo quiere contestarles las preguntas de una manera directa y apropiada a su edad.
- ¿Cómo sabe cuándo los niños están listos para hablar de estas cosas? **Si están preguntando, ¡eso es una buena señal de que están listos!** Está bien darle solo un poco de información a un niño más pequeño, después espere a ver si tienen más preguntas. Es importante asegurarse que lo que dice sea correcto y honesto.
- **Los juegos y comportamientos sexuales** ocasionales son comunes para los niños pequeños, como representar papeles familiares o jugar al médico. Explorar y tocar su propio cuerpo también es común. Puede establecer límites y enseñar las reglas de su familia. Si no sabe si el comportamiento de su niño es preocupante, puede llamar a nuestro centro.
- **Recursos:** Visite nuestro sitio web en www.uwhatc.org [presione en “Folletos y Recursos”] para obtener una **lista de libros** recomendados. Vea los **videos** recomendados en www.amaze.org. El **médico** de su hijo también puede ser un gran recurso.

Encuentre oportunidades para modelar el consentimiento. Puede ser útil para los niños tener la oportunidad de decidir cómo (o si) quieren compartir su cuerpo.

Espero que tengas un gran día en la escuela hoy. Me gustaría abrazarte, o chocar las manos. ¿Cómo quieres despedirte?

¿Está bien si envío esta foto tuya a tus tías y tíos?

Enseñe a cómo reconocer un 'no' y un 'sí', y cómo contestar.

"El gato por lo general le gusta que lo acaricien suavemente. Si ella se aleja, significa que no le gusta y necesitas parar."

"Cuando estés jugando con alguien, míralo a la cara. ¿Parece que todavía se divierte? ¿Tiene una sonrisa, está riéndose? Si no estás seguro, puedes preguntarle si quiere seguir jugando."

Deje la conversación abierta para que los niños informen.

"Si alguna vez alguien toca tus partes íntimas o rompe alguna de nuestras reglas, siempre puedes hablar conmigo al respecto. No estarás en problemas."

"Mi trabajo es ayudarte a mantenerte a salvo. Así que siempre puedes hablar conmigo si alguien te hace sentir triste, confundido, incómodo o te lastima. Incluso si es alguien que me agrada o te agrada a ti."

EDUCAR SOBRE EL CONSENTIMIENTO

Incluya reglas de seguridad corporal en sus otras reglas de seguridad familiar.

"No está bien tocar el pene, la vulva o el trasero de otra persona, o mostrarle a la gente el tuyo. Estas partes del cuerpo son privadas. Otras personas también deberían seguir estas reglas."

"Si sientes que algo es inseguro o incómodo, está bien que inventes una excusa para poder irte."

Cuénteles a otros lo que le está enseñando a su hijo.

"Estamos tratando de enseñarle sobre el consentimiento. No la obligamos a abrazar o besar a nadie si ella no quiere."

"Les estamos enseñando reglas de seguridad corporal. Les hemos dicho que pueden hablar con nosotros si algo o alguien los hace sentir incómodos."

MANTENER LA CONVERSACIÓN EN MARCHA

LOS NIÑOS OYEN Y VEN MUCHAS COSAS QUE INFLUYEN EN SU FORMA DE PENSAR. SIN EMBARGO, A VECES ESTOS MENSAJES PUEDEN SER DAÑINOS. SEPA CON QUIÉN PASA EL TIEMPO SU HIJO. APRENDA A CONFIGURAR LOS CONTROLES PARENTALES EN LOS MEDIOS PARA BLOQUEAR EL CONTENIDO PARA ADULTOS. TENGA EN CUENTA QUIÉN PUEDE COMUNICARSE CON SU HIJO A TRAVÉS DE VIDEOJUEGOS, APLICACIONES Y LAS REDES SOCIALES. PERMITA QUE SU HIJO PRACTIQUE LO QUE PUEDE HACER CUANDO SE SIENTE INSEGURO. ¡ES IMPORTANTE SER PROACTIVO! HABLEN JUNTOS SOBRE LO QUE VEN Y ESCUCHAN, EN PERSONA Y EN LÍNEA. ENSÉÑELES ACERCA DE LOS VALORES Y EXPECTATIVAS DE SU FAMILIA.

PROMOVER EL RESPETO Y LA IGUALDAD

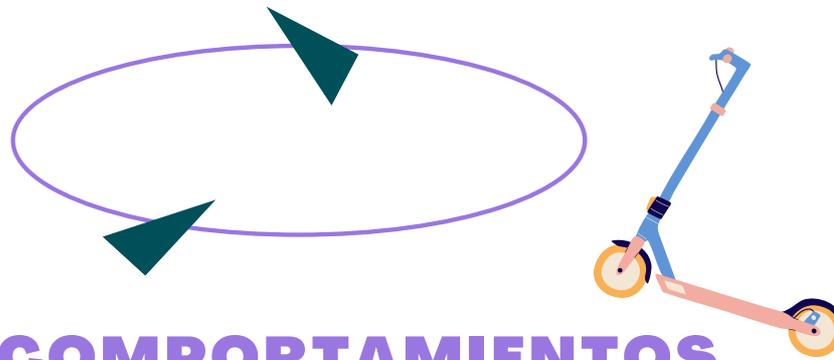
Un abusador puede utilizar el poder y el control sobre otra persona para causar daño. Piense en como los niños aprenden sobre el poder. ¿Quién es inferior y superior? Estas ideas pueden conducir a la falta de respeto, la intimidación o el abuso. Hay grupos que experimentan abuso en tasas más alta. Estos incluyen las niñas, los jóvenes, LGBTQ+, ciertas comunidades de color, los inmigrantes y las personas con discapacidades. Puede enseñarles a sus hijos cómo tratar a todas las personas con respeto e igualdad. Cuando digan algo preocupante, utilícelo como una oportunidad para educar. (Por ejemplo, si un niño mayor piensa que está “por encima” de los demás, si carece de empatía o si piensa que “las reglas no se aplican” a él). Puede enseñar valores a su familia desde una edad temprana. Puede mostrarles cómo quiere que traten a los demás. Puede mostrarles cómo deben ser tratados.

FACULTAR A LOS NIÑOS

Los padres tienen el derecho de crear reglas para sus hijos. También es importante que los niños sepan que a veces pueden decir no y que su voz será escuchada. Esto puede ayudar a protegerlos. Puede demostrarle a su hijo que respeta sus opiniones incluso cuando hace cumplir las reglas. Puede permitir que sus hijos a veces estén en desacuerdo con usted. Es posible que necesiten practicar decir no y tomar decisiones por sí mismos. Los niños a menudo aprenden que los adultos tienen el control y que los niños siempre deben hacer lo que dicen los adultos. Si un adulto abusa de un niño, el niño puede pensar que está bien o puede tener miedo de decírselo a alguien. Es importante que los niños puedan hablar si tienen un problema. Puede dar permiso a sus hijos para que le cuenten cualquier cosa, incluso secretos y cosas que puedan molestarle.



**A MEDIDA QUE SUS HIJOS
CRECEN, PIENSE EN CÓMO PUEDE
SEGUIR SIENDO ALGUIEN CON
QUIEN HABLEN CUANDO TENGAN
PREGUNTAS O INQUIETUDES.
HABLELES ACERCA DE OTRAS
PERSONAS DE CONFIANZA CON
LAS QUE TAMBIÉN PUEDEN
ACUDIR PARA BUSCAR AYUDA.**



DARSE CUENTA DE COMPORTAMIENTOS PREOCUPANTES

Hablar con los niños es solo una parte de la prevención. También es importante notar y responder a **los comportamientos preocupantes de adultos, adolescentes y niños**. Conozca con quién pasan el tiempo sus hijos. Evite que los niños mayores vigilen a los más pequeños durante largos periodos de tiempo con poca supervisión. **El abuso por lo general sucede por parte de alguien que el niño conoce**. Por lo general, sucede en secreto.

Los niños pueden ser abusados por otros niños y por adultos. Esto puede incluir a personas que viven en el hogar o incluso personas que trabajan en escuelas y programas para jóvenes. Si el comportamiento de alguien le hace sentir incómodo, **confíe en sus instintos**. No permita que su hijo pase tiempo a solas con esa persona. Los abusadores adultos a menudo parecen muy amables, por lo que pueden desarrollar una relación cercana con un niño.

EJEMPLOS DE CONDUCTAS PREOCUPANTES EN ADULTOS

- **Trato especial:** dar a un niño atención especial, obsequios o privilegios especiales, o dejar que rompa las reglas.
- **Concentrado en el niño:** tocarlo con frecuencia mientras juega; parece relacionarse mejor con los niños que con los adultos; desarrollar una relación cercana con un niño sin incluir a los padres o cuidadores.
- **Límites deficientes:** no detenerse cuando el niño se ve incómodo o cuando se le pide que pare; hablar de cosas sexuales o relaciones personales.
- **Secreto:** pedirle al niño que guarde secretos, buscar lugares y situaciones para estar a solas con el niño.

HABLAR CON ALGUIEN QUE TIENE CONDUCTAS PREOCUPANTES

"Parece que ya no está disfrutando ese juego."

"Me siento incómodo cuando hablas con los niños sobre _____"

"Por favor, tenga la puerta abierta cuando esté jugando. Todavía necesito verlos."

"En realidad me molesta cuando hablas de sus cuerpos y lo llamas 'coquetear.'"

SEGUIMIENTO

Una forma de prevenir el abuso sexual es hablar cuando vea comportamientos y límites preocupantes. Esto puede ser un gran ejemplo para que su hijo lo vea hacer esto. La mayoría de las personas serán comprensivas y detendrán el comportamiento preocupante. Por otro lado, un abusador podría ponerse a la defensiva o decir que está siendo demasiado delicado. Pueden continuar con el comportamiento o volverse más sigiloso. Si esto sucede, vigile a esta persona si está cerca de los niños. Hable con un amigo o familiar. Llame a nuestro centro (o a su centro local de agresión sexual) para obtener asesoramiento.



RESPONDER AL ABUSO

Recursos para niños y familias

Puede empezar **AHORA**. Demuéstreles a sus hijos que está ahí para ellos cada vez que tengan una pregunta o inquietud, no importa cuán pequeña sea. Cuando acudan a usted con un problema, dígalos primero que está contento de que se lo hayan dicho. Es posible que se sientan más cómodos acudiendo a usted con un gran problema si sintieron que fueron escuchados en el pasado con los pequeños problemas.

A pesar de nuestros mejores esfuerzos para proteger a los niños, el abuso sexual todavía puede ocurrir. Su respuesta y apoyo es muy importante. **Los niños pueden, y se recuperan de un abuso sexual.** Hay ayuda para su hijo, y para usted también.

- Si sospecha que su hijo ha sido abusado sexualmente, pero no está seguro, supervíselo de cerca. Esté atento a los cambios en sus estados de ánimo. Intente dejar la conversación abierta; "siempre puedes hablar conmigo si algo te molesta." Llame a nuestro centro (o su centro local de agresión sexual) para obtener asesoramiento.
- Si su hijo le dice que ha sido abusado sexualmente, es normal el sentirse molesto o incrédulo. Es importante permanecer en calma y apoyarlos. Les puede decir que le alegra que se lo hayan dicho. Puede brindarles comodidad y seguridad.
- Cuando un niño ha reportado el abuso, no permita contacto sin supervisión con el abusador. Puede llamar a nuestro centro (o a su centro local de agresión sexual) para obtener ayuda. Busque apoyo con el médico de su niño, un amigo de confianza, o un familiar. Puede llamar a la policía local o a los Servicios de Protección Infantil para hacer el informe. Puede buscar un examen médico para asegurarse que el cuerpo de su niño está bien y para recopilar evidencia.
- Si le preocupa que su hijo se comporte sexualmente o toque a otros de manera inapropiada, busque ayuda profesional. Hable con el niño sobre las reglas de seguridad de su cuerpo y qué tipo de contacto está bien y cuál no. Enseñe y haga cumplir las reglas, como lo haría con cualquier otra regla sobre seguridad y respeto. Llame a nuestro centro al 206-744-1600 (o llame a su centro local de agresión sexual) para obtener asesoramiento.

Para encontrar su centro local de agresión sexual:
National Sexual Violence Resource Center
www.nsvrc.org/find-help



ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDAR

Harborview Abuse & Trauma Center
Oficinas en Seattle, Bellevue, and Shoreline
Los servicios incluyen: apoyo en situaciones de crisis,
exámenes médicos, abogacía, y terapia de trauma

www.uwhatc.org

206-744-1600

UW Medicine

HARBORVIEW
MEDICAL CENTER