

Cómo prevenir el Abuso Sexual contra nuestros hijos e hijas

Guía para padres y madres de familia



Esta guía para padres y madres de familia ha sido elaborado por la agencia **Hilo Publicidad**, bajo contrato con UNICEF – Nicaragua como un producto de la estrategia de comunicación #FIN DE LA VIOLENCIA#.

Busque la versión electrónica de esta guía en la página web de UNICEF Nicaragua **www.unicef.org**

Managua – Nicaragua. Junio 2017.



ÍNDICE DE CONTENIDO

1. Presentación.....	04
2. Introducción.....	05
3. ¿Qué es la violencia sexual infantil?.....	07
4. ¿Quién es el abusador sexual?	11
5. ¿Quiénes son las víctimas de la violencia sexual infantil?	17
6. ¿Cuáles son los indicios de la violencia sexual?	21
7. ¿Cuáles son los efectos de la violencia sexual?	24
8. ¿Cómo podemos proteger de la violencia sexual a nuestros hijos e hijas cuando son niñas o niños?	26
9. ¿Cómo podemos proteger de la violencia sexual a nuestros hijos e hijas cuando son adolescentes?	32
10. ¿Cómo podemos ayudarles a nuestros hijos e hijas cuando son víctimas de violencia sexual?	36

P RESENTACIÓN



La violencia sexual es un problema que menosprecia los derechos humanos y un problema de salud que tiene un gran impacto sobre el individuo, la familia y la sociedad, siendo las principales víctimas niños, niñas y adolescentes. Tiene secuelas emocionales y psicológicas para quienes la sufren y, como consecuencia, a corto y a largo plazo afecta la salud mental de las víctimas.

La violencia sexual es un evento traumático, es decir que deja una herida y una huella en la memoria de la víctima. Como problema de salud, no solamente afecta al cuerpo de la víctima, sino también a su salud mental

Es una experiencia negativa e intensa, que coloca a la víctima en una situación de indefensión. Algunas veces, cuando la respuesta a este problema es mal manejada, la persona abusada o violada vuelve a ser victimizada por la familia, la comunidad, los medios de comunicación y el sistema de justicia (policía, fiscalía, juzgados, sistema penitenciario).

Este problema es tan grande que afecta a una de cada tres personas en el mundo, por eso se ha considerado un problema de salud pública, es decir, tiene que haber una respuesta conjunta de muchas instituciones del Estado, la sociedad y las familias.

Para contribuir a la respuesta a este enorme problema social, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en alianza con los gobiernos y todos los sectores sociales que puedan contribuir a la respuesta, está desarrollando una campaña a nivel mundial denominada FIN DE LA VIOLENCIA contra la niñez y la adolescencia.

Como parte de esta campaña, hemos elaborado la presente guía para madres y padres de familia, considerando que son los primeros responsables de la prevención de la violencia sexual contra la niñez. Todos los estudios indican que la mayoría de los casos ocurren en la casa con miembros de la familia, amigos y personas cercanas en las que nuestros hijos e hijas confían.

Dejamos en las manos de las madres y los padres de familia esta guía de prevención de la violencia sexual infantil, para que sea de utilidad en su labor de educación sexual de sus hijos e hijas y hacer de nuestra casa y nuestra familia un lugar de amor y seguridad para el crecimiento y el desarrollo pleno de nuestros niños, niñas y adolescentes.

INTRODUCCIÓN



Proteger a los niños y niñas del abuso sexual es una responsabilidad que les corresponde en primer lugar a las madres y a los padres. Por eso, es muy importante que las familias estén informadas sobre el abuso sexual y les brinden protección a sus hijos e hijas.

Nadie tiene derecho de usar a una niña o a un niño para una actividad sexual: ni un familiar o pariente aunque sea adulto, joven, adolescente, niño o niña; ni un amigo de la familia, ni un vecino, ni un desconocido, ni un maestro, ni un entrenador, ni un sacerdote, ni un pastor evangélico, ni alguien que cuida al niño o a la niña.

El primer paso para poner fin a la violencia sexual contra niños, niñas y adolescentes es hablar de este problema social tan frecuente en Nicaragua y en el mundo. Mantener silencio sobre este tema contribuye a proteger a quienes abusan de los niños. Por eso, las madres y padres de familia necesitan hablar sobre la violencia sexual, en primer lugar entre ellos y luego con sus hijos e hijas; pero también tienen que hablar con sus familiares, con sus vecinos y con sus amistades.

En nuestras familias nos resulta difícil hablar sobre la violencia sexual porque no entendemos bien lo que es la violencia sexual ni cómo sucede, ni cuánto daño puede causar. Muchos pensamos que sólo pasa y pasará a los hijos de los demás.

Hay muchas personas que no hablan de sexo ni de salud sexual y reproductiva porque les incomoda hablar sobre ese tema, ya sea porque han sido víctimas de violencia sexual o porque lo consideran un tema prohibido. Otros no quieren creer que alguien pudiera abusar de los niños pequeños, mucho menos pueden creer que el abusador puede ser un padre, un abuelo, un maestro, un miembro de la familia o un guía espiritual, así que ni piensan ni hablan de eso.

También algunas reglas o costumbres en las familias limitan quiénes pueden y quiénes no pueden hablar con los niños sobre el sexo, qué es lo que les pueden decir y cuándo pueden hablar. En el mejor de los casos, esperamos que otros hablen del tema a nuestros hijos.

A veces, creemos que el abuso sexual le sucede a los niños, niñas y adolescentes porque ellos se lo han buscado. Otras veces creemos que no dicen la verdad. Para algunas familias el abuso sexual es un tema “privado” en el que nadie debe entrometerse.

A pesar de todas esas dificultades que podemos tener para hablar con nuestros hijos sobre el sexo, tenemos que dedicar tiempo para hacerlo.

Para facilitar esa labor de educación sexual con nuestras hijas e hijos hemos elaborado esta guía para que ustedes como madres y padres de familia con la ayuda de una promotora promotor comunitario, una maestra o maestro, una lideresa o líder tengan una orientación básica de cómo brindarle información y educación sexual a sus hijos e hijas para protegerlos de la violencia sexual infantil y prevenir este grave problema social que ocurre en muchas familias nicaragüenses pero queda silenciado por muchas razones.

Con la información de esta guía podrán conocer qué es la violencia sexual infantil, cuáles son las diferentes formas de la violencia sexual, qué consecuencias tiene en la vida de las víctimas, y cómo podemos proteger de la violencia sexual a nuestros hijos e hijas cuando son niñas o niños y cuando son adolescentes.

En nuestra sociedad existen muchas creencias erróneas de quiénes son los abusadores sexuales y quiénes son las víctimas de la violencia sexual infantil. En esta guía podrán encontrar información para aclarar esos errores y saber identificar quiénes pueden ser los abusadores.

Asimismo, se explica cuáles son las señales o indicios para poder detectar cuándo un niño, niña o adolescente ha sido víctima de violencia sexual.

Un tema importante de esta guía, es cómo podemos ayudar a nuestros hijos e hijas cuando son víctimas de violencia sexual, brindándoles el apoyo necesario y adecuado de manera que evitemos que con el tratamiento se repita su sentimiento de víctima y puedan superar el trauma sanando esa herida emocional.

Finalmente, la guía les propone varios ejercicios para que los realicen con sus hijos e hijas y refuercen los conocimientos. Estos ejercicios también contribuyen a facilitar la comunicación con sus hijos e hijas y a detectar señales o indicios de violencia sexual infantil.



¿QUÉ ES LA VIOLENCIA SEXUAL INFANTIL?

La violencia sexual infantil ocurre cuando alguien utiliza a un niño, a una niña o a una adolescente para algún tipo de actividad sexual abusando de su poder como figura de autoridad ante el niño y de la confianza que el niño le tiene.



Para ello el abusador o abusadora utiliza diferentes formas: se gana su confianza si no la tenía previamente, le da cosas a cambio, lo engaña diciéndole que harán otra cosa, lo amenaza, entre otras estrategias. Cualquier niño, niña o adolescente puede ser víctima de la violencia sexual.

Hay varios tipos de violencia sexual, los más comunes son el abuso sexual y la violación sexual. El abuso sexual se refiere a besos, caricias y tocamientos del cuerpo con intenciones sexuales. La violación sexual es la acción en la que la víctima es sometida en contra de su voluntad a una penetración del pene en la vagina, el ano o la boca.

Tanto el abuso como la violencia sexual pueden darse por un tiempo prolongado o como hechos aislados y puntuales. A veces, el abuso dura mucho tiempo, incluso varios años.

La violencia sexual infantil puede suceder en el seno de una familia, de una institución como la escuela o un centro de protección infantil, con un vecino, un profesor, un orientador espiritual, un médico. También puede ocurrir con una persona extraña o desconocida, ocurre en todas las comunidades y en las familias ricas y pobres. Generalmente, las víctimas son adolescentes, niñas y niños mayores de cinco años, pero también les sucede a niños menores de cinco años.

La mayoría de las personas que abusan sexualmente de las niñas y niños son hombres, pero también hay mujeres que cometen este delito. Ellos generalmente se aprovechan de los niños que conocen: parientes, hijos de amigos o vecinos. Es raro que los niños sean víctimas de un desconocido. Unas veces el agresor se aprovecha de un tipo de niño, niña o adolescente que se siente impotente, sola, desprotegida, humillada. Otras veces, se vale de la confianza depositada en él o ella por la niña, desde la cercanía de una relación afectiva.

El abusador o violador establece un tipo de relación que confunde a la niña o al niño, invade no sólo su sexualidad, sino el conjunto de su mundo afectivo y vivencial. En este sentido, la violencia no es sólo sexual sino que también se da un abuso de confianza.

No siempre se abusa de los niños a la fuerza. A veces, un hombre o una mujer se aprovecha de la confianza que le tiene una niña o niño, de la influencia que tiene sobre ella o él, o del cariño que siente por ese hombre o esa mujer. Es posible que sea amable con la niña o niño y la convenza, que la amenace o la intimide, o que le dé regalos. No importa la forma en que la persona consiga que la niña o niño participe en la actividad sexual, siempre será considerada violencia.

Hay muchas formas de violencia sexual infantil. Veamos las principales formas:

Abuso sexual que se comete sin tocar el cuerpo de la niña o el niño

- Hablarle a un niño o niña sobre sexo o enseñarle fotos y dibujos para impresionarlo, excitarlo o familiarizarlo con el sexo.
- Tomar fotografías sexuales de un niño o niña, con o sin su voluntad.
- Obligar a un niño o niña a mirar pornografía.
- Hacer que un niño o niña vea o a escuche a otras personas mientras tienen relaciones sexuales.



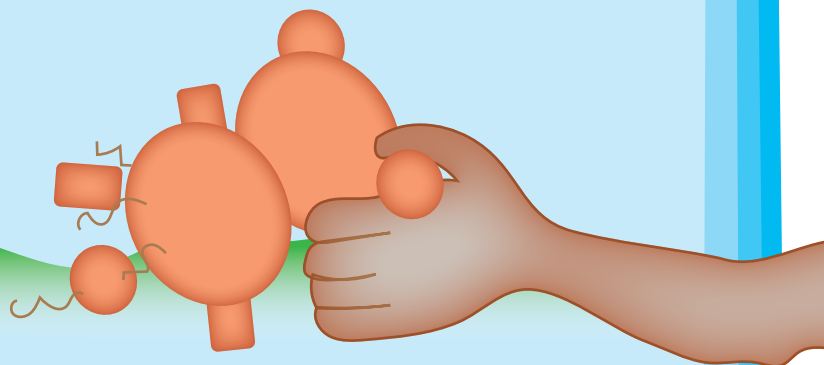
Abuso sexual que se comete al tocar el cuerpo de una niña o niño

cuerpo de

- Besar o abrazar a una niña o niño de una forma sexual.
- Tocar y besar los pechos, las nalgas y los órganos genitales de una niña (vagina) o niño (pene, testículos)
- Hacer que la niña o el niño toque los órganos genitales de un adulto o de otro niño.
- Sexo oral (cuando un hombre mete el pene en la boca de una niña o de un niño).

Violación sexual (Revisar código penal)

- Relaciones sexuales con penetración vaginal o anal (el hombre mete el pene en la vagina o el ano de una niña, un niño o un adolescente). Las leyes de la República de Nicaragua establecen que aunque una adolescente le dé su consentimiento a una persona adulta para tener una relación sexual, se considera un acto de violación sexual infantil.
- Obligar a una niña o a un niño a la explotación sexual comercial (cobrar por tener relaciones sexuales)



Ejercicio para identificar las diferencias entre abuso y afecto

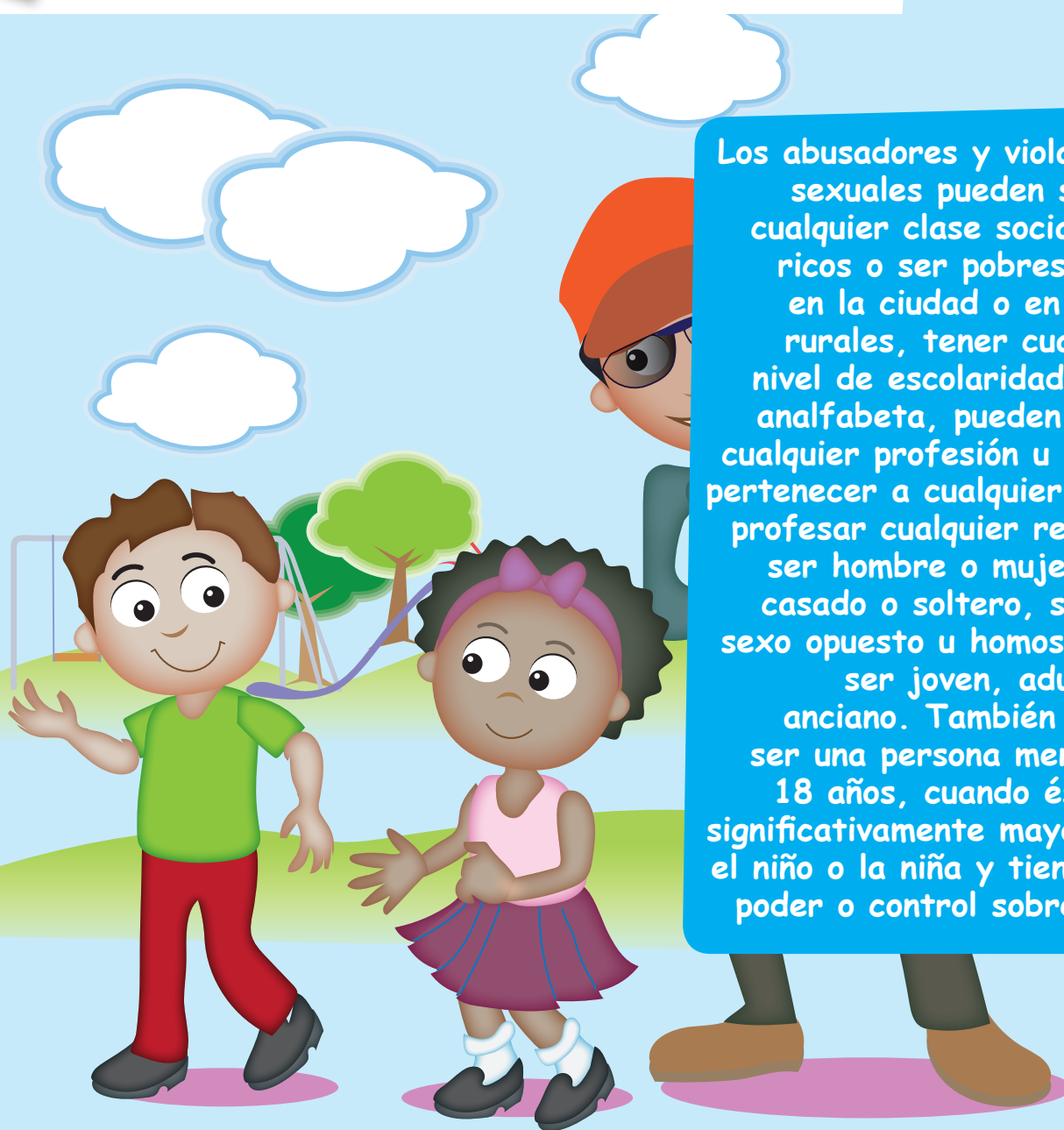
Preséntele a su hijo o hija las siguientes situaciones de relación de un niño o niña con otras personas y pregúntele cuáles de ellas considera que son un abuso sexual y cuáles son muestras de afecto.

Relación de un niño o niña con otras personas	Abuso	Afecto
Mi madre me abraza.		
Alguien intenta tocarme los órganos genitales.		
Mi padre me da besos todos los días.		
Mis amigos me acarician el pelo.		
Un niño mayor que yo me ofrece dinero si entro con él a los servicios higiénicos de la escuela.		
Un adulto me enseña sus órganos genitales.		
Me baño con mis padres.		
Alguien me toca las nalgas en el autobús.		
Un desconocido me ofrece dinero por hacerme fotos sin ropa.		

Después de conversar con su hijo o hija sobre sexualidad, hágale la una entrevista con las siguientes preguntas. Dele las tres opciones de respuesta: Sí, no, no lo sé. Marque con una X la respuesta que le dé su hijo o hija.

PREGUNTAS	Sí	No	No lo sé
¿Si tenés problemas se lo tenés que decir a una persona adulta de confianza?			
¿Un abuso sexual es cuando alguien te toca partes íntimas de tu cuerpo ?			
¿Cuando tenemos la sensación de que una cosa que nos hacen no nos gusta es importante decírselo a la persona que lo hace?			
¿Las personas que abusan sexualmente de los niños o niñas son siempre personas desconocidas?			
¿Si un niño, niña o adolescente sufre un abuso sexual es porque es malo?			
¿Si alguna persona te hace una pregunta por la calle y no tenés ninguna sensación extraña? ¿la podemos contestar?			
¿Si una persona en quien vos confiás te hace alguna cosa que no te gusta se lo tenés que decir rápidamente a otro adulto en el que vos confiás?			
¿Es necesario que mis padres o un adulto de confianza siempre sepan dónde estoy?			
¿Los agresores sexuales pueden tener cualquier apariencia?			
¿Es correcto que un adulto me ofrezca dinero para hacerme fotos?			

¿QUIÉNES SON LOS ABUSADORES Y VIOLADORES SEXUALES?



Los abusadores y violadores sexuales pueden ser de cualquier clase social, ser ricos o ser pobres, vivir en la ciudad o en zonas rurales, tener cualquier nivel de escolaridad o ser analfabeta, pueden tener cualquier profesión u oficio, pertenecer a cualquier raza, profesar cualquier religión, ser hombre o mujer, ser casado o soltero, ser del sexo opuesto u homosexual, ser joven, adulto, o anciano. También puede ser una persona menor de 18 años, cuando ésta es significativamente mayor que el niño o la niña y tiene más poder o control sobre éste

Existen algunos factores que a veces influyen para que una persona se convierta en un abusador o violador sexual. Por ejemplo, las personas que han vivido violencia sexual en su niñez o en su adolescencia, podrían convertirse en abusadores sexuales si no fueron atendidos.

Lo mismo podemos decir de personas adictas al alcohol y a las drogas, personas con baja autoestima (que se creen menos que las otras personas), personas depresivas (que casi siempre están muy tristes y desanimados), personas antisociales (delincuentes) y personas obsesivas (que se empeñan con una fijación en algo). Hay otros abusadores sexuales que no muestran ninguna de estas características.



El abusador o violador de niños puede provenir de hogares desintegrados y violentos, que comienzan con maltratos físicos y terminan abusando. Pero también el agresor puede ser una persona aparentemente normal que con frecuencia asume el rol de figura protectora, cariñosa, muy valorada y rodeada de niños.

La mayoría de los abusadores y violadores sexuales, son personas que valiéndose de su cercanía, confianza y autoridad moral sobre el niño, la niña o adolescente, lo induce, normalmente con engaño, a realizar o dejarse realizar actividades dirigidas a su propia satisfacción sexual. Ellos saben muy bien elegir su víctima valiéndose de su figura de autoridad, de la confianza previa depositada en él, de su indefensión, o de ambos.

El abusador o violador sexual no siempre es una persona extraña que se oculta en los patios vacíos o en lugares oscuros para atacar a los niños, niñas y adolescentes. Casi siempre, son personas muy cercanas como los familiares y las amistades.

En este sentido, la familia puede ser un lugar de amor que le permite a los niños y niñas crecer con esperanzas y desarrollar capacidades, como también un lugar de sufrimiento, arbitrariedad, injusticia, opresión, amenaza y violencia sexual.



Las personas cercanas al niño, niña o adolescente, que pueden cometer el delito de abuso o violación sexual son los siguientes:

- **El padre, padrastro, hermano, abuelo, primo.** También puede ser ese tío o tía para quien el niño o la niña se sentía tan especial, distinguida entre el resto de sobrinos y que se valió de su necesidad de cariño y de su baja autoestima.

Cuando el abusador es uno de estos familiares, la niña se queda sin figura de referencia, protección, identificación; se queda impotente porque el enemigo está en casa. No sabe qué hacer ni dónde ir.

- **El novio** que, en el caso de las adolescentes casi siempre tiene más años que la novia.
- **Un consejero espiritual, psicólogo,** que valiéndose de su autoridad moral le aconseja o la induce a una relación sexual con él “porque es bueno para su crecimiento o madurez personal”.



En estos casos la identidad personal de la niña, niño o adolescente y la escala de valores queda muy rota.

- **Los cuidadores o cuidadoras de internados** que dejan al niño, niña o adolescente indefenso, con un silencio que se les impone.
- Los adolescentes **compañeros de la escuela o vecinos** que acosan, obligan y amenazan a otro niño o niña produciéndole pánico, indefensión, confusión.
- Los **profesores y profesoras** que acosan a sus estudiantes.
- Los **jefes y jefas** de los adolescentes que trabajan.
- Los **jefes y jefas** de grupos de adolescentes.
- **Los médicos y fisioterapeutas**, que van más allá de lo necesario cuando revisan el cuerpo del paciente o le aplican determinadas terapias de masajes.

Los abusadores y violadores sexuales pueden ser del tipo reservado y amable, o del tipo agresivo y violento.



El de tipo reservado y amable se presenta como una persona decente, buena persona y toma a la víctima como una pareja. No hace daño físico. Su sexualidad es reprimida y no escoge a cualquiera.

La víctima del tipo reservado y amable, muestra dependencia afectiva respecto al abusador durante largo tiempo. Esto es el resultado de la confusión que se genera porque el abusador le daba un trato amable y, además, siente culpa porque como víctima cree que provocó las condiciones para que ocurriera el hecho violento.

Es decir, el abusador o violador del tipo reservado y amable está en el hogar y en la red afectiva de la víctima.

El abusador o violador de tipo agresivo y violento lastima físicamente y hace daño. Para este tipo, todo niño, niña o adolescente puede ser su presa y objeto de satisfacción de sus apetitos sexuales.

■ Ejercicio para identificar a los agresores sexuales

Preséntele a su hijo o hija las siguientes frases y pídale que le indique si las considera verdaderas o correctas, y falsas o incorrectas.

FRASES DE VIOLENCIA SEXUAL	V	F
Un abuso sexual es cuando alguien te toca partes íntimas de tu cuerpo.		
Los abusadores nunca engañan a los niños y niñas con falsas promesas.		
En una agresión sexual, el agresor siempre utiliza la fuerza y la violencia.		
Todo el mundo tiene que aprender a protegerse a sí mismo.		
Los abusadores sexuales son siempre personas desconocidas.		
Los abusadores sexuales son enfermos que necesitan ayuda.		
Cualquier persona puede ser un agresor sexual.		
Los adolescentes, niños y niñas mayores también pueden ser agresores sexuales.		
La mayoría de personas no son agresores sexuales.		
Si tenemos problemas con alguien que quiere cometer abuso sexual lo debemos decir a alguna persona adulta de confianza.		

¿CUÁLES SON LOS INDICIOS O SEÑALES DE LA VIOLENCIA SEXUAL?

Los indicios de la violencia sexual no son señales inequívocas, es decir, pueden ser señales de otro tipo de problemas y nos podemos equivocar en nuestras sospechas. Sin embargo son indicadores de que algo va mal a nivel general en la vida de nuestro hijo o hija, y más concretamente en la sexualidad.



Es importante tenerlos en cuenta, pues entre más temprano se detecte el problema de la violencia sexual, más rápido se podrá buscar la ayuda necesaria para reducir la rabia y el dolor de las víctimas.

Si se trata de una niña o de un niño, serán los padres y personas de su entorno quienes tendrán que hacerle las preguntas, y buscar la respuesta por muy dura que sea: ante la realidad no se pueden cerrar los ojos.

Si es una persona adolescente, siempre es importante preguntarle qué le está ocurriendo en su sexualidad con su novio o novia.

Hay que tener en cuenta que los familiares, los amigos, los profesores, el personal de salud, tienen un papel fundamental siempre para detectar los indicios o señales de la violencia sexual, pues con frecuencia la víctima no es consciente de estar sufriendo un abuso sexual.

Los indicios o señales más frecuentes en niños y niñas

- Aparecen cambios repentinos en el apetito sin causa aparente.
- Tiene problemas con el control de esfínteres: se hace pupú o pipí sin poderlo controlar.
- Dificultades para caminar o sentarse.
- Con mucha frecuencia presenta sangrados, infecciones y expulsa secreciones intensas.
- Dificultades de atención, concentración y memoria.
- Permanece siempre en estado de vigilancia extrema y alerta.
- Se pone muy nerviosa o nervioso cuando aparece una persona concreta, aunque sea de la familia.
- Manifiesta mucha tristeza, depresión, ansiedad elevada.
- Dificultades y miedos al ir a dormir. Pesadillas intensas.
- Retraimiento social: quiere estar siempre sola o solo y no quiere relacionarse con nadie.
- Desconfía de todas las personas.
- En el área de la sexualidad es donde más indicios suele haber:
- De repente no quieren cambiarse de ropa ante otras personas de la familia.
- Su erotización es elevada y se masturba compulsivamente.
- Sus conocimientos de la sexualidad son inapropiados para su edad.
- En su conversación cotidiana con otros niños y con sus mascotas utiliza palabras de significado sexual.
- Manifiesta una actitud seductora y exhibicionista.
- Siente rechazo de su propio cuerpo.

También como posible señal de alerta, hay que desconfiar de los padres y cuidadores, que son muy celosos y controlan excesivamente a la familia, que limitan el contacto del niño o la niña con otros niños y que tienen una vida de poca relación con el exterior, misteriosa.



Los indicios o señales más frecuentes en adolescentes

En los adolescentes se suelen repetir los mismos indicios o señales que con los niños y niñas.

Conviene prestar atención al adolescente que presenta una valoración o admiración excesiva hacia un adulto concreto, con el que suele verse a solas en conversaciones o en viajes, y con el que mantiene una relación desigual en la que él tiene más poder, más edad, más conocimiento y es una figura de autoridad.

Más aún si este adulto es excesivamente halagador, generoso, bondadoso regalón o desprendido con el conjunto de la familia, pues puede estar ejerciendo una atracción generalizada de toda la familia para actuar valiéndose de la ceguera de los otros que no logran ver en ese hombre bondadoso a un potencial abusador o violador.

También, con frecuencia, cuando el adolescente se escapa de casa, los problemas de drogas, los embarazos, suelen ocultar un abuso sexual. No encuentran su lugar, se sienten vejadas en su dignidad, o se identifican con el cómo han sido tratados.

■ Ejercicio de señales o indicios de violencia sexual

Preséntele a su hijo o hija las siguientes situaciones y pídale que le diga qué es lo que siente ante cada situación. Según sea su respuesta, oriéntelo y en caso que usted detecte una señal o indicio de violencia sexual, bríndele ayuda.

1. Si mi madre me abraza, siento que...
2. Si mi padre me da un beso, siento que...
3. Si un desconocido me invita a subir a un carro o a una moto, siento que...
4. Si me abraza un amigo o amiga, siento que...
5. Si un adulto me toca el pecho, siento que...
6. Si un adulto me mira mientras me visto, siento que...
7. Si alguien me toca en el bus, siento que...
8. Si mi abuelo me coge de la mano, siento que...
9. Si un desconocido me coge de la mano, siento que...
10. Si alguien me dice cosas desagradables o groseras, siento que...
11. Si un vecino me toca siempre que me ve, siento que...
12. Si me ofrecen dinero por dejarme tocar, siento que...

¿QUIÉNES SON LAS VÍCTIMAS DE LA VIOLENCIA SEXUAL INFANTIL

Aunque las víctimas pueden ser niños y niñas adolescentes varones y adolescentes mujeres, según los diferentes estudios realizados en Nicaragua y en el mundo, las principales víctimas son las niñas en edades críticas del desarrollo sexual y psicológico:



- a) En la etapa prepuberal, coincidiendo con la aparición de los signos de desarrollo sexual **(10-12 años)**.
- b) Cuando son pequeñas, con poca capacidad para expresarse **(5-6 años)**.

Es necesario hacer especial mención de los niños, niñas y adolescentes con discapacidad física y/o psíquica. Debido a su dificultad para comunicarse, y por su dificultad para la denuncia, pueden ser víctimas de un abuso sexual con relativa facilidad.

Se estima que una de cada cuatro **niñas** y uno de cada ocho **niños** han sido víctimas de violencia sexual.

Casi siempre los niños, niñas y adolescentes que todo el día pasan solos en su casa porque sus padres trabajan y no hay una persona adulta de confianza que los cuide.



Los niños, niñas y adolescentes víctimas de violencia sexual frecuentemente son personas faltas de cariño; aunque a veces tengan satisfechas todas sus necesidades materiales, no tienen el afecto de sus padres y sus familiares.

Otros son niños, niñas y adolescentes con baja autoestima y sentimiento de inferioridad,

Algunos niños, niñas o adolescentes que provienen de familias desintegradas y viven sólo con su mamá, sólo con su papá, sólo con una abuela, con una madrastra o con un padrastro.

Otros niños que viven en hogares donde el padre, la madre o un hermano mayor son alcohólicos o drogadictos.

Algunos son niños que viven en condiciones de hacinamiento y tienen que dormir junto con toda la familia en una sola cama, presenciando las relaciones sexuales de las personas adultas.

Cuando un niño, niña o adolescente es víctima de violencia sexual, es difícil que hablen: normalmente suelen callar e intentan olvidar.



Si el abusador es un familiar cercano, callan porque temen romper la unidad familiar.

Si el abusador es una persona valorada socialmente como el maestro, el sacerdote, el pastor evangélico o el médico, callan porque temen que en su familia nadie les creería.

Si el abusador es un consejero o guía de un internado o centro de protección infantil, callan porque se sienten indefensos e impotentes.

Si las víctimas son varones, callan porque su hombría quedaría cuestionada.

“Olvidan” porque no pueden vivir con ese peso. Niegan la realidad o le restan importancia para mantener su orgullo, su autoimagen. Lo que ocurre es que el cuerpo grita lo que ellos callan y enferman física o psíquicamente.

Los niños, niñas y adolescentes víctimas de violencia sexual a veces hablan, sobre todo cuando el abusador no es una persona cercana. También hablan para proteger a hermanos pequeños o a otros niños que nos les ocurra lo mismo.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS DE LA VIOLENCIA SEXUAL Y SUS CONSECUENCIAS A LARGO PLAZO?

Tanto el abuso como la violación sexual tienen consecuencias o secuelas similares en términos generales. Un abuso sexual puede tener secuelas psicológicas tan severas como una violación sexual.

Las consecuencias de la violencia sexual son más graves cuando el abusador es un miembro de la familia o es una figura de autoridad del niño, la niña o adolescente.

El tiempo que duran los abusos sexuales también influye en la mayor o menor severidad de las consecuencias. Cuando el niño o la niña han sido víctimas de violencia sexual por mucho tiempo o de manera repetitiva, las consecuencias son más severas.

Las víctimas del abusador se sienten con vergüenza, tienen sentimientos de injusticia, muchos tendrán desórdenes psíquicos, pueden desligarse de la realidad, tener problemas para relacionarse con las demás personas.

En el largo plazo pueden tener muchos problemas de orden sexual como la imposibilidad de lograr un orgasmo, impotencia sexual y un fuerte rechazo a la sexualidad.

Hay otros casos en los que la víctima desarrolla un comportamiento sexual de tener muchas parejas sexuales a la vez o las cambia con mucha frecuencia en tiempos cortos.

Realizan actos de provocación sexual agresiva y sienten desprecio por sus parejas y por los hombres en general.



Las consecuencias psicológicas pueden ser muchas:

- Insomnio y pesadillas.
- Miedo a los hombres o a mujeres, dependiendo de quién cometió el abuso.
- Celos enfermizos con su pareja.
- Desconfianza total en las personas.
- Aislamiento y rechazo a relacionarse con las personas.
- Desorientación en el tiempo y el espacio.
- Prostitución, alcoholismo y drogadicción como formas de suicidio silencioso hasta llegar al suicidio repentino.
- Confusión en su identidad sexual, principalmente cuando la víctima es varón.
- Un fuerte sentimiento de vergüenza, culpa y suciedad.

Cuando las experiencias fueron muy fuertes, la imagen de sí misma o mismo es de negatividad.

En los casos más drásticos, la persona puede llegar a asesinar a su abusador o abusadores de otras personas. Esto lo pueden hacer como un gesto de venganza por que el dolor emocional se prolongó por mucho tiempo y sienten que no se les ha hecho justicia.

¿CÓMO PODEMOS PROTEGER DE LA VIOLENCIA SEXUAL A NUESTROS HIJOS E HIJAS CUANDO SON NIÑAS O NIÑOS?

Para proteger a nuestros hijos e hijas, debemos darles los conocimientos, las habilidades y la confianza que necesitan para que se comuniquen con nosotros y así poder prevenir cualquier amenaza de violencia sexual, enseñarles cómo rechazar a las personas que traten de aprovecharse de ellos, aunque se trate de personas más grandes, más fuertes, más poderosas que ellos o que representen una figura de autoridad.



Tenemos que ayudarles a nuestros hijos e hijas a reconocer las distintas formas de la violencia sexual y motivarlos a comunicar lo que ven y lo que sienten.

Lo fundamental es crear en la familia un clima de confianza y apertura para que el niño pueda hablar de lo que le ocurre, le preocupa, le extraña.

Lo ideal sería una labor conjunta entre la familia y los profesores de su escuela que permita al niño estar informado y protegido.

Es muy importante evitar por todos los medios la agresión física del niño o niña (fajazos, palmadas, golpes) pues le hace vivir su cuerpo como algo que puede ser agredido y sobre lo que él o ella no tiene dominio; por tanto, queda expuesto a las agresiones de cualquier otro. Así mismo es importante evitar la agresión psicológica, como el trato humillante. Si un niño o niña es agredido en casa, aprende que la agresión es normal y que por tanto, cualquier otro le puede agredir.



Es necesario que el padre y la madre dediquen tiempo para comunicarse con sus hijos y hablar del tema de la sexualidad:

- Enseñarle que nadie debe tocar su cuerpo.
- Enseñarle a reconocer las partes íntimas que son las que cubre con su ropita interior: sus órganos genitales y sus nalgas. Pero también sus pechos, su espalda, su pancita y su boca.
- Es importante ayudarles a entender que hay ciertas formas de tocarse que no están bien. Que diferencie los tipos de caricias. Las caricias buenas que le hacen sentir bien; las caricias malas le hacen sentir mal. Está bien dar la mano, podría estar bien abrazarse, pero no está bien que alguien le toque los genitales o que la niña o el niño toque los genitales de otra persona, ni tampoco que un hombre le meta el pene en la boca.
- Enseñarle a contarle a su mamá y a su papá cuando una persona adulta le ha tocado su cuerpo con caricias que para la niña o el niño son raros si no le gustan.
- Enseñarle a decir NO cuando le hacen las caricias malas.
- Explicarle que hay secretos buenos y secretos malos. Los secretos buenos son de cosas buenas, agradables, como los regalos, las sorpresas; y los secretos malos son de cosas que le hacen daño: tocar el cuerpo a escondidas es un secreto malo, y hay que contarlos rápidamente.
- Explicarle qué es el abuso sexual. Por ejemplo: "cuando un adulto o niños mayores quieren tocar o jugar con las partes íntimas en secreto".



- Si a él o a otro niño o niña le dicen que debe guardar un secreto malo, hay que buscar rápidamente una persona adulta y de confianza a quien poder contárselo.
- Asegurarse de que el niño o niña sabe decir NO si alguien intenta tocarlo de manera que se sienta incomodo, con caricias malas.
- Explicarle que aunque la mayoría de los adultos son buenos, no siempre es así; y a veces, personas conocidas, o desconocidas, miembros de la familia y amigos, que pueden querer hacer caricias malas. Decir siempre NO, sea quien sea.
- Explicarles que no se deben aceptar regalos ni favores de desconocidos; pueden ser personas malas que dan cosas para engañarlos.
- Explicarles que no se deben abrir puertas a extraños, ni irse a las casas de esas personas ni salir a pasear con ellos sin el permiso de los padres.



- Conocer a los amigos y personas con las que el niño o niña suele pasar parte de su tiempo.
- Una medida clave de protección de los niños, niñas y adolescentes para prevenir la violencia sexual es no dejarlos solos nunca. Los padres y las madres tienen que asegurarse que cuando ellos tengan que ausentarse porque tienen que trabajar o realizar cualquier actividad fuera de casa, sus hijos e hijas quedarán siempre bajo el cuidado y la protección de una persona adulta de mucha confianza.
- Aunque los dejen en casa con una persona de confianza, siempre es necesario que el padre y la madre mantengan constante comunicación con la persona que los cuida para estar pendiente de lo que están haciendo sus hijos, preguntar cómo están, hablar con ellos para saber cómo se sienten y detectar cualquier señal de peligro.

Es difícil explicarles a los niños las ideas de “privado”, “secreto”, “confianza” y “sin peligro”. Para que le puedan entender, ensaye situaciones con la niña, use muñecas o dibujos para tratar de mostrarle o representar las ideas de tantas formas como pueda.

■ Ejercicio de auto-cuido

Léale a su hijo o hija poco a poco las preguntas y pídale que conteste lo que él o ella harían en cada una de las siguientes situaciones. Aclárele que solo puede contestar una sola respuesta.



1. Si alguna persona adulta te hace caricias y besos de una forma que no te gusta. ¿Qué harías?
 - A** Le decís que no lo haga más y se lo explicás a alguna persona adulta de tu confianza.
 - B** No decís nada, porque es una persona adulta y podría ponerse enojada.
 - C** Cada vez que ves a esta persona intentás no acercarte.
2. Si conocés a un niño o a una niña que está triste porque una persona adulta le toca su cuerpo de una forma que no le gusta y no quiere. ¿Qué harías?
 - A** No le hacés caso. Pensás que ya se le pasará.
 - B** Se lo explicás a alguna persona mayor de tu confianza para que le ayude.
 - C** No hace falta hacer nada. Si la niña o el niño quieren, se lo explicará a sus padres.



3. Si alguna persona que te quiere mucho te da un abrazo y un beso. ¿Qué harías?

- A** No hacés nada. Simplemente estás contento.
- B** Vos también le das un beso y un abrazo.
- C** Le decís que no te dé más besos y abrazos porque ya estás grande.

4. Si un familiar empieza a hacerte caricias de una forma que no te gusta. ¿Qué harías?

- A** Le decís que deje de hacerlo.
- B** Dejás que lo haga.
- C** Te molesta lo que hace, pero no te atrevés a decir nada.

5. Si vas por la calle y una persona desconocida te dice que se ha perdido y te pregunta si le puedes acompañar. ¿Qué harías?

- A** Le acompañás al lugar que te dice que va.
- B** Le decís que es mejor que pregunte a una persona adulta y te vas.
- C** Hablás un rato con esta persona para explicarle muy bien cómo debe ir.

¿CÓMO PODEMOS PROTEGER DE LA VIOLENCIA SEXUAL A NUESTROS HIJOS E HIJAS CUANDO SON ADOLESCENTES?



Igualmente que con los niños y niñas, lo fundamental es crear un clima de confianza y apertura en la comunicación del padre y la madre con su hijo o hija adolescente para que pueda hablar de lo que le ocurre, le preocupa, le extraña.

La adolescencia es una etapa de experimentación y error en la que los hijos e hijas generalmente tienen comportamientos de rebeldía con los padres. Es la edad en la que los hijos e hijas empiezan a tener novios o novias y reciben mucha presión de estos para tener relaciones sexuales e iniciar su vida sexual activa.

El padre y la madre deben tener mucha paciencia para saber escucharlos, crear el momento y el espacio adecuado para comunicarse con sus hijos y hablar del tema de la sexualidad para saberlos orientar y apoyar.

- Enseñarles que ella es la que decide sobre su cuerpo y que la relación con su novio llegará siempre hasta donde ella quiera llegar, nunca más allá.
- Darle seguridad para que no ceda a una relación sexual con su novio por el chantaje de la prueba de amor, presionada por las comparaciones con otras adolescentes que ya tienen relaciones sexuales con sus novios, abrumada por las quejas de su novio, o doblegada por las imposiciones de su novio.



- Aclararle que ser la novia de un muchacho no significa cumplir o someterse a los deseos del otro: propuestas de relaciones sexuales, juegos que la hagan sentir mal.
- Educar a los adolescentes varones para que no se dejen influenciar por sus amigos o personas adultas que los presionen para iniciar su vida sexual.
- Que aprenda a reconocer los comentarios que son descalificaciones y agresiones reprimidas para bajar su autoestima haciéndola sentir que no vale nada.
- Que sepa identificar las diferencias entre amistad, afectividad, asesoramiento y sexualidad engañosa.
- Explicarle que ser la favorita para alguien especial como el tío, un profesor, o un consejero, no significa que deba ceder a la propuesta de una relación sexual con ellos.
- La autoridad moral de una persona adulta de la familia o de una figura de autoridad como el maestro, entrenador, sacerdote, pastor evangélico, no implica poder sobre su cuerpo, ni el ser “amigos” implica sexualidad.
- Enseñarle que la sexualidad se vive en intimidad, pero las relaciones afectivas no se esconden. Lo que se oculta normalmente no es bueno: los sentimientos buenos se expresan y comparten ante los otros.

■ Ejercicio de auto-cuido



Preséntele a su hijo o hija las tres situaciones que se exponen en este ejercicio. Explíquele las tres opciones de respuesta. Luego, pídale que responda a las tres preguntas de cada una de las tres situaciones expuestas.

1.- Una vecina nos invita a comer en su casa

- ¿Siento que SI debo ir o siento que NO debo ir?
- ¿Si decido ir, mis padres o alguien de mi familia sabrán dónde estoy?
- ¿Si decido ir, puedo estar seguro/a de que siempre habrá alguien que me ayudará si tengo algún problema?

2.- Un hombre que vive en el barrio nos invita a acompañarlo a

- **pasear a su perro por el parque**
- ¿Siento que SI debo ir o siento que NO debo ir?
- ¿Si decido ir, mis padres o alguien de mi familia sabrán dónde estoy?
- ¿Si decido ir, puedo estar seguro/a de que siempre habrá alguien que me ayudará si tengo algún problema?

3.- Un profesor nos invita a su casa para ayudarnos a hacer las tareas de la escuela

- ¿Siento que SI debo ir o siento que NO debo ir?
- ¿Si decido ir, mis padres o alguien de mi familia sabrán dónde estoy?
- ¿Si decido ir, puedo estar seguro/a de que siempre habrá alguien que me ayudará si tengo algún problema?

Ejercicio de señales o indicios de violencia sexual

Ejercicio de los buenos y malos secretos

Preséntele a su hijo o hija uno a uno los siguientes secretos buenos y secretos malos que están en la tabla. Pregúntele cuál de esos secretos debemos guardar y cuáles no.

SECRETO	Guardarlo	
	Sí	No
Tu mamá te pide que no le digas a tu padre que le ha comprado un regalo.		
Una amiga te explica que un muchacho mayor le hace cosas desagradables y tiene miedo.		
Tus padres están preparando una fiesta sorpresa para tu hermana mayor.		
Un vecino te propone hacerte regalos si le acaricias y no se lo decís a nadie.		
Un amigo te explica que le gusta una compañera de clase.		
Un desconocido te propone darte dinero para hacerte fotos sin ropa, pero no lo puedes decir.		
Un familiar te acaricia de forma desagradable cuando nadie le ve y te pide que guardes el secreto.		
Un compañero de clase te toca los genitales y te amenaza si se lo dices a alguien.		
Un desconocido te enseña sus genitales con la condición de que no lo expliques.		

¿CÓMO PODEMOS AYUDARLES A NUESTROS HIJOS E HIJAS CUANDO SON VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL?

Es importante buscar la ayuda en el Centro de Salud, la Policía Nacional, el Ministerio de la Familia, la Alcaldía o un centro de protección de niños o llamar al teléfono 133 de MIFAN para que un sicólogo especializado en terapias para tratar los abusos sexuales, con el objetivo que pueda detectar el significado de lo vivido en el abuso o en la violación sexual y ayudarle a la víctima a superarlo.



Generalmente, la violencia sexual le causa una confusión a la víctima y un sentimiento de culpa. No tiene culpa pero siente que sí la tiene. Por eso, el primer paso es ayudar a la víctima a desculpabilizarse o quitarse la culpa y lograr que le deje la responsabilidad al abusador o violador.

Se debe respetar los sentimientos que tiene la víctima por el abusador del tipo reservado y amable, aceptar si ella siente amor por el abusador cuando se trata de una persona cercana o que era de su confianza. Pero hay que sacarla de ese sentimiento. Hay que hacer lo que sea necesario para que el abusador esté lejos de la víctima. Asimismo hay que quitarle al abusador todo tipo de poder sobre la víctima incluso el emocional.

Luego hay que ayudar a la víctima a sobrevivir, principalmente a las víctimas del tipo agresivo y violento llevándola a reconocer que tiene derecho a una vida propia con igualdad en sus relaciones.



Denuncie al abusador o violador

El abusador siempre negará su responsabilidad moral, ética e incluso legal. Sin embargo, hay que ser beligerantes, activos, persistentes en la denuncia legal de la violencia sexual y sancionar con rigor a los abusadores según lo que indiquen nuestras leyes.

En el proceso judicial para denunciar y castigar a los abusadores y violadores se debe actuar con mucha cautela, para evitar que se incremente el conflicto emocional de la víctima, principalmente cuando el victimario es un familiar, amigo o una persona cercana que era de su confianza.

Se debe tener cuidado de no perjudicar al niño, niña o adolescente en cada uno de los pasos del proceso legal para hacerle justicia. Cuando la Policía Nacional recibe la denuncia, cuando la fiscalía realiza la investigación para hacer la acusación ante el juez, cuando el juez interroga a la víctima durante el juicio, se puede perjudicar al niño, niña o adolescente con preguntas no adecuadas, generando un conflicto emocional mayor,

Cada vez que los familiares o las autoridades interrogan a la víctima para que cuente cómo fue el abuso o la violación sexual, le hacen revivir ese hecho tan doloroso. Al repetir tantas veces la misma historia se refuerza el sentido de culpabilidad de la víctima.

El sentido de culpabilidad es mayor cuando el abusador es un familiar porque siente que con la denuncia está traicionando a la familia, que si echan preso al abusador se perderá la unidad familiar, afectando la economía de la familia y su reputación o prestigio en la comunidad.

Lo fundamental es que la víctima rompa ese silencio que ahoga, y “gritarlo”: desenterrar y gritar los sentimientos, emociones y vivencias silenciados durante tanto tiempo.

Aunque el pasado no se puede olvidar, las heridas sí pueden cicatrizar. Una vez que se la víctima ha logrado superar el trauma o la herida emocional, hay que crear las condiciones para que vuelva a incorporarse a la familia y a la comunidad con una vida normal.

Ejemplos de RESPUESTAS CORRECTAS a niños y niñas que dicen haber sufrido abusos sexuales

ACTITUD	FRASE
Creer al niño/a	Lamento que te haya pasado. Gracias por decirme la verdad sobre lo que te ha pasado. Te creo. No fue tu culpa
El responsable es el adulto o persona de más edad	Él o ella sabía que estaba haciendo algo inadecuado. No es culpa tuya. Vos no has hecho nada malo.
Mantener la calma	Continuar con las rutinas de la vida diaria. Buscar ayuda psicológica para sí mismo (papá o mamá) si es necesario.
Poner énfasis en que saldrá hacia adelante	Has sido muy valiente al decirlo y podemos conseguir que no vuelva a pasar. Ofrecerle un modelo o ejemplo positivo.
Asegurarse de que no ha sufrido heridas	Tus heridas o tus sentimientos heridos, desaparecerán pronto. Buscar a un profesional que examine las lesiones físicas y psicológicas al niño, niña o adolescente.
Proteger a la víctima	Vamos a decirle a alguien lo que ha pasado para que no vuelva a pasar. Comunicarlo a las autoridades. Impedir que el agresor pueda acceder al niño/a.
Sentir orgullo porque el niño o niña lo ha comunicado	Has hecho lo correcto diciéndolo
Aceptar los sentimientos del niño o niña	Es normal que sientas lo que estás sintiendo ahora. Te ayudaré a sentirte mejor después. Parece que sientes (.....) hacia el agresor. Animarle a hablar del abuso, cuidando no revictimizar. Reconocer los sentimientos del niño o niña.
Expresarle afecto	Te quiero como antes y te seguiré queriendo. Darle muestras de cariño como y cuando queremos consolar. Dejar que el niño o niña controle el tipo y la frecuencia del contacto afectivo.

Ejemplos de RESPUESTAS INCORRECTAS que NUNCA se deben decir a niños y niñas que dicen haber sufrido abusos sexuales

ACTITUD	FRASE
Negar que el abuso ha sucedido	No es verdad. ¿Estás seguro/a? Tiene que ser un malentendido. Estás inventando esta historia. Eso es mentira. Sos mentiroso/a.
Culpar al niño o niña del abuso	<i>¿Por qué dejaste que te lo hiciera? ¿Por qué no me lo dijiste antes? ¿Por qué no dijiste que no?.</i>
Reacción de alarma	Nunca volverás a ser el/la mismo/a. Expresar angustia por el niño o niña, y por el agresor.
Poner énfasis en el nuevo estatus del niño/a	Referirse a él/ella como la víctima. Evitar tocarlo/a o acariciarlo/a
Sobreprotección	Restringirle actividades habituales



unicef 
para cada niño

