

Una guía para padres para la prevención del abuso sexual infantil



**YWCA Patterson & McDaniel Family Center
2055 Army Trail Rd. Suite 140**

Addison, IL 60101

630.790.6600

Línea Directa de Crisis por Violencia Sexual:

888-293-2080

www.ywcachicago.org

Evaluación del Programa para Padres



Las leyes de Illinois y los mandatos

Ley de Erin, o Ley Pública de Illinois 096-1524 – Abuso Sexual Infantil

En Illinois, la Ley de Erin requiere que todas las escuelas públicas implementen educación de prevención del abuso sexual centrada en el niño que:

Enseñe a los estudiantes en los grados de pre-K a 5to grado la información apropiada para la edad sobre cómo reconocer el abuso sexual infantil y decirle a un adulto de confianza

Requiere que el personal de la escuela esté informado sobre el abuso sexual infantil

Proporcione a los padres y tutores información sobre las señales de advertencia de abuso sexual infantil, además de cualquier asistencia, referencia o recursos necesarios para apoyar a las víctimas y sus familias

Ley Pública de Illinois 101-0579 – Instrucción de Consentimiento de Educación Sexual

Modifica el Código Escolar con respecto a un curso de educación sexual, proporciona que el material del curso y la instrucción en los grados 6 a 12 deben incluir una discusión apropiada para la edad sobre el significado del consentimiento.

Ley Pública de Illinois 098-0190 – Violencia de citas con adolescentes

Requiere que las instituciones educativas de Illinois adopten una política que indique que la violencia en el noviazgo de adolescentes es inaceptable y prohibida; incorporar la educación sobre la violencia en el noviazgo adolescente para los estudiantes en los grados 7-12 y los empleados de la escuela.

Ley Pública de Illinois 096-1087 – Sexting

El menor no distribuirá ni difundirá una representación visual indecente de otro menor mediante el uso de una computadora o dispositivo de comunicación electrónica.

definir el abuso infantil

Abuso Infantil

La lesión física o mental, abuso sexual o explotación, tratamiento negligente o maltrato:

- De un menor de 18 años.
- Por una persona responsable del bienestar del niño
- En circunstancias que indiquen que la salud o el bienestar del menor han sido dañadas o amenazadas.

Cuatro tipos de abuso infantil

1. Abuso físico infantil

Una amplia gama de comportamientos que dañan físicamente el cuerpo de un niño. Algunos comportamientos incluyen quemar, golpear, sacudir, patear y aventar a un niño.

2. Negligencia de un niño

No proporcionar nutrición, ropa, refugio, supervisión o atención médica para un niño. La negligencia es diferente de la pobreza.

3. Agresión sexual infantil

Cualquier contacto sexual forzado, explotado o coaccionado con un niño. La agresión sexual infantil incluye:

Molestación	Exhibicionismo
Violación	Pornografía
Incesto	Acoso Sexual
Voyerismo	
Forzar a un menor para participar en el trabajo sexual	

4. Abuso emocional

Un patrón de comportamiento que afecta el desarrollo emocional de un niño y el sentido positivo de sí mismo.

El abuso emocional incluye la presencia de un patrón de lenguaje y/o comportamiento denigrante dirigido al niño, incluyendo:

- Blasfemia
- Menospreciar
- Criticismo
- Rechazo
- Amenazas

El abuso emocional también incluye la ausencia de un patrón de lenguaje de apoyo y/o comportamientos dirigidos a un niño, incluyendo:

- Orgullo en el niño
- Alabanza
- Expresiones de amor y preocupación

Mitos y Verdades sobre abuso infantil

Mito: El abuso infantil es una ocurrencia rara.

Verdad: Las estadísticas indican que el abuso y el abandono infantil ocurren con frecuencia.

El abuso y el abandono infantil son comunes. Al menos 1 de cada 7 niños ha sufrido abuso y/o negligencia infantil en el último año, y esto es probablemente una subestimación. En 2018, casi 1.770 niños murieron por abuso y negligencia en los Estados Unidos.

En menor les dirá a al menos siete personas antes de ser ayudado/a.

Mito: Los niños maltratados y desatendidos casi siempre provienen de familias pobres, minoritarias y/o del centro de la ciudad.

Verdad: El abuso infantil ocurre dentro de todos los vecindarios y comunidades escolares de todo el país. Sin embargo, los Centros para el Control de Enfermedades afirman que los niños que viven en la pobreza sufren más abuso y negligencia debido a la falta de recursos disponibles para darles apoyo.

Mito: La agresión sexual sólo les ocurre a las niñas.

Verdad: Puede que no sepamos el alcance total de la agresión sexual contra los niños debido a su tendencia a no denunciar. La investigación actual, sin embargo, estima que una de tres a cuatro niñas y uno de cuatro a seis niños serán agredidos sexualmente antes de cumplir dieciocho años.

Desafortunadamente, las estadísticas no suelen capturar la prevalencia del abuso de los niños que se identifican dentro de la comunidad LGBTQ. Las estimaciones son tan altas como 2 de cada 5 personas.

Mito: La mayoría de los niños son agredidos sexualmente por un extraño.

Verdad: Se estima que el 85% de todas las agresiones sexuales infantiles son perpetradas por un adulto conocido y de confianza por el niño. Sólo un pequeño porcentaje de delincuentes encajan con el estereotipo de un "extraño".

Mito: Los abusadores de niños son fáciles de identificar.

Verdad: Los abusadores de niños no pueden distinguirse fácilmente de otras personas. Por lo general, no son adultos con enfermedad mental. De hecho, muchos delincuentes son ciudadanos comunitarios honrados.

Mito: La mayoría de los niños que son abusados hacen algo para causar el abuso.

Verdad: El menor siempre es la víctima. La responsabilidad del abuso recae únicamente en el adulto. En el caso del abuso sexual infantil, muchos delincuentes intentarán desviar la culpa de sus acciones acusando al niño de ser "seductor" o "promiscuo".

Mito: Sólo los hombres abusan sexualmente de niños.

Verdad: Es raro ver una mujer que sea la perpetradora, pero si ocurre. Las estadísticas indican que las mujeres representan 1.2% de las detenciones por violación, y el 8% de las detenciones por el resto de los delitos sexuales. Esto también podrá ser porque las víctimas masculinas suelen no reportar su abuso.

Mito: La violación sólo les pasa a las mujeres.

Verdad: 1 de cada 3 mujeres víctimas de violación lo experimentó por primera vez entre 11-17 años y 1 de cada 8 informó que ocurrió antes de los 10 años. Casi 1 de cada 4 víctimas masculinas de violación la experimentó por primera vez entre 11 y 17 años y aproximadamente 1 de cada 4 informó que ocurrió antes de los 10 años.

prevención del abuso: la teoría de la vulnerabilidad

Prosecución

Las tasas de enjuiciamiento por abuso son inusualmente bajas. Pocos abusadores son condenados ya que la mayoría de los abusos nunca son denunciados; los abusadores rara vez son capturados, y es difícil obtener suficientes pruebas para una condena. Confiar en el enjuiciamiento para la "prevención" del abuso significa que el abuso nunca será eliminado o incluso seriamente reducido.

La relación que el niño tiene con el perpetrador puede crear barreras a la divulgación. Más del 90% de las veces, las víctimas de abuso sexual son abusadas por alguien que conocen y en quien confían. Esta es una dinámica muy confusa para los niños; las personas que tienden a abusar de ellos son personas que deberían cuidar de ellos; personas a las que se les enseña a respetar; personas que no deberían lastimarlos. Debido a esto, contar puede ser muy complicado. Los niños más pequeños pueden estar confundidos, posiblemente creyendo que lo que el perpetrador está haciendo es normal. A menudo las víctimas todavía cuidan a la persona que está abusando de ellas, y pueden estar preocupadas de que la narración lleve al perpetrador a meterse en problemas.

El miedo a las consecuencias no sólo para el perpetrador, sino para las propias víctimas y sus familias, también puede dificultar la divulgación inmediata. Los perpetradores pueden hacer amenazas a las víctimas acerca de lastimarmas o a las personas a quien ellos quieren. Debido a los estigmas asociados con el sexo, las víctimas también pueden creer que tienen la culpa, que nadie les creerá si lo dicen, o que son impuros y sucios. Estas ideas llevan a las víctimas a sentirse avergonzadas por lo que sucedió, y pueden temer repercusiones de los padres o familiares si lo cuentan.

Evitación

Abogar por estrategias de evitación, la otra forma tradicional de prevención, sugiere que las personas pueden controlar la violación controlando su propio comportamiento. Desde una edad temprana, a las niñas se les enseña a nunca salir solas, nunca a caminar al anochecer, a nunca hablar con extraños; a las mujeres se les dice que nunca crucen estacionamientos oscuros, que nunca abran sus puertas a extraños e inviertan en luces y cerraduras para disuadir a los abusadores. Estas técnicas de evitación se basan en mitos sobre cómo ocurre la violación. También supone que la violación sólo

puede sucederle a mujeres y niñas. Los candados no impiden a las personas que invitas a tu casa a que abusen de ti. Mirar en el asiento trasero de su coche antes de entrar no impedirá que tu pareja o cita romántica te viole. No darle un aventón a un desconocido, no protege a una persona de su pareja o jefe. De hecho, dado que la mayoría de las personas son abusadas por alguien que conocen, las técnicas de evasión son malas estrategias contra el abuso.

Prevención eficaz: Reducción de la vulnerabilidad

Podemos reducir la vulnerabilidad de los niños al abuso al:

- Proporcionar a los niños y a su comunidad adulta información y recursos que les capaciten para identificar y prevenir el abuso
- Reducir la impotencia y la dependencia de los niños enseñándoles asertividad.
- Aumentar las fuentes de apoyo y asistencia de los niños con el apoyo de sus pares y una red de adultos de confianza.

pistas sobre una posible victimización

A veces los niños no nos dicen que están en crisis, nos muestran. Un cambio en el comportamiento de los niños podría deberse al estrés de ser abusados. Estos cambios en el comportamiento pueden alertar a los adultos sobre su problema.

El abuso y el abandono también a veces pueden dejar marcas físicas en el cuerpo de un niño que los adultos pueden observar. Conocer las pistas físicas y conductuales del abuso puede ayudar a los adultos a intervenir en nombre de los niños.

Los niños maltratados no pueden ser identificados por la clase racial, étnica, religiosa o socioeconómica. El abuso cruza todas estas líneas. Por lo tanto, es importante tener en cuenta nuevos comportamientos, comportamiento extremo o combinaciones de las siguientes características. Ten en cuenta que algunas pistas pueden ser comportamientos normales para un niño determinado en un momento dado.

Los niños maltratados suelen ser:

- Temeroso de una relación interpersonal o muy sumisos
- Retirado, agresivo, o hiperactivo
- Constantemente irritable, o muy separado de la gente que lo rodea
- Sin afecto o demasiado cariñoso (mal interpretado como seductor)

Síntomas físicos:

- Moretones, quemaduras, cicatrices, ronchas, huesos rotos, lesiones continuas o inexplicables
- Infecciones urinarias (particularmente en personas pequeños)
- Enfermedades de transmisión sexual
- Dolencias crónicas, dolores estomacales, vómitos, trastornos alimenticios
- Llagas vaginales o anales, sangrado o picazón

Pistas de actividad y hábito:

- Pesadillas
- Masturbación inapropiada
- Miedo a volver a casa, algún otro lugar o a estar con una cierta persona
- Miedo a estar con una persona en particular
- Huyendo o decir mentiras
- Delincuencia
- Participar en el trabajo sexual

Comportamiento inapropiado para la edad:

- Abuso de alcohol/sustancias
- Actividad sexual inapropiada por edad o concienciación
- Agredir a menores
- Asume responsabilidades adultas
- Chuparse el pulgar/dedo
- Promiscuidad
- Mojar la cama

Preocupaciones educativas:

- Curiosidad extrema, imaginación
- Incapacidad para concentrarse
- Dormir en clase
- Fracaso académico

Indicadores emocionales:

- Depresión
- Fobias, miedo a la oscuridad, baños públicos, etc.
- Falta de espontaneidad, creatividad
- Lesiones autoinfligidas
- Lesionar/matar animales
- Miedo excesivo
- Dolencias crónicas

respondiendo a un niño en crisis

Los cuatro pasos de la resolución de problemas:

1. Identificar el problema
 - Un niño mayor me robó la bicicleta
 - La niñera me hizo hacer cosas que no me gustan.

2. Examinar posibles soluciones
 - Rendirle mi bicicleta y compra una nueva, enfréntate al hostigador con un amigo y decir "¡No!", o decirle a mi mamá, papá o a un maestro.
 - Trata de decirle a la niñera "no" o decirle a un adulto de confianza.

3. Evaluar cada alternativa
 - Tendría miedo de que me lastimara; un amigo me ayudaría a sentirme más fuerte.
 - Si le digo a un adulto de confianza; hablarán con la niñera o encontrarán una niñera diferente.

4. Preparar un plan de acción realista
 - Le diré a la persona que me robo mi bicicleta que me devuelva mi bicicleta y se llevare a un amigo.
 - Quiero hablar con mi adulto de confianza o hablar con la niñera junto a mi adulto de confianza.

Hágale saber al niño que tiene derecho a estar a seguro/a.

Manejo de una divulgación de abuso de un niño

Cree lo que te están diciendo

- Concéntrate en los sentimientos más que en los detalles sobre la situación
- Trata de no cuestionar lo que te están diciendo. Hacer preguntas sobre "por qué" puede hacer que un niño sienta que es su culpa.
- Utiliza preguntas abiertas para recopilar solo la información que necesita para hacer un reporte si es necesario. Quién fue, qué paso, dónde paso, cuándo fue. Después concéntrate en los sentimientos.

Asegurarle al niño que **no** fue su culpa

- Gracias por decírtelo.
- Hazle saber que se necesita ser muy fuerte para divulgar un abuso

Diles qué acción tomarás de una manera muy amable y cariñosa

- Se honesto y sincero sobre lo que puede suceder a partir de ahora.
- Hazle saber que estarás allí para apoyarlos.
- Nunca hagas promesas a un niño sobre cuál será el resultado, no tenemos idea de cómo se van a dar las cosas.

Llame al Departamento de Niños y Servicios Familiares si el abusador es un cuidador en la vida del niño 1-800-25A-BUSE o 1-800-252-2873

víctimas con discapacidad

Estadísticas:

- Las personas con discapacidades tienen al menos el doble de probabilidades de ser víctimas de victimización violenta que las personas sin discapacidad.
- En un estudio de 2013, casi el 13% de los niños que fueron abusados o desatendidos también tenían una discapacidad.
- Casi el 95% de las personas con discapacidad, quienes fueron víctimas de delitos violentos, pudieron identificar a su agresor. El 40% fueron víctimas de un conocido, el 30% fueron víctimas de un desconocido y el 15% fueron víctimas de una pareja íntima.

Vulnerabilidades

El aislamiento dentro de una comunidad, que depende de los cuidadores para el cuidado personal, y tienen opciones de transporte limitadas, puede crear situaciones inseguras para las personas con discapacidades. Los perpetradores pueden percibir a las personas con discapacidad como víctimas fáciles debido a estereotipos sociales y tasas extremadamente bajas de enjuiciamiento de los autores de crímenes contra personas con discapacidad. Por último, el simple hecho de que casi no se reportan estos casos, suma aún más la incapacidad general del sistema para abordar este problema.

manejo de una divulgación de abuso de una persona con discapacidad

- Hable directamente con la persona, no con el cuidador.
- Usa las mismas técnicas calmantes para una persona con una discapacidad que usarías con cualquier otra persona, pero prepárate para tomar más tiempo.
- Limitar distracciones.
Esto es especialmente relevante para una persona que no escucha y está tratando de leer los labios o una persona con discapacidades mentales que puede tener períodos de atención cortos y ser altamente distraído.
- Encuentra una ubicación tranquila donde la persona se sienta segura y cómoda.
- Hable de una manera amistosa y no autoritaria.
Esto es especialmente relevante para una persona que no puede ver y que no puede "leer" fácilmente esta situación y para una persona con discapacidades mentales que puede estar confundida y puede no entender lo que está sucediendo.
- Presentar a otras personas que estén presentes en el momento.
- Minimice las diferencias de tamaño.
Cuando hable con una persona en silla de ruedas, siéntese para que esté a la altura de los ojos.
- Hágale saber a la persona que está bien decir, "No lo sé" o "No lo recuerdo".
- Dale a la persona todo el tiempo que sea necesario para responder a tus preguntas.

Fuente: *University of Illinois at Chicago, Department of Disability and Human Development.*

Grooming

Hay una serie de técnicas específicas o comportamientos de aseo que los delincuentes utilizan para enmascarar su comportamiento antes del abuso, así como durante y después del abuso. Esto se llama "grooming". Muchos deliberadamente se establecen como el tipo de persona que no sospecharías que es un delincuente sexual porque son "demasiado agradables" o una persona de honra en la comunidad, que ayuda a las personas. Confía en tu instinto y luego actúa en ello. También es importante escuchar declaraciones o preguntas de tu hijo, que apoyen tus sospechas, y alentar a tu hijo a decirle más sobre el tiempo que pasan con la persona

- Insiste en abrazarse/ hacer cosquillas/ luchar con el niño, incluso si el niño ha dicho "alto".
- Normaliza toques que se sienten incómodos para el niño o adolescente.
- Puede establecer una relación de confianza con la familia y amigos de un niño, con el fin de tener acceso al niño solo.
- Pasa la mayor parte de su tiempo libre con los niños.
- Ofrece atención especial a los niños como regalos y dinero para manipular al niño para mantener el abuso en secreto.
- Fomenta comportamientos poco saludables.
- Destruye la confianza del niño en los demás.
- Dice cosas como "el siempre miente" o "ella siempre está inventando cuentos".

reportes: derechos y responsabilidades

En el estado de Illinois, el personal de la escuela está obligado a reportar presuntos abusos y negligencias infantiles. La siguiente información le ayudará a comprender esta responsabilidad.

- El personal de la escuela está obligado a reportar sospechas de abuso inmediatamente. No es necesario tener pruebas de abuso. Si usted tiene "razones para creer" que un niño está siendo abusado o descuidado, tiene el mandato de denunciar.
- Un reporte puede hacerse por teléfono o por correspondencia a la agencia del Departamento de Niños y Servicios Familiares en Springfield.
 - Nota: Si su llamada no es una emergencia, tiene la opción de enviar su reporte por internet a través del sistema de informes en línea en: <https://dcfsonlinereporting.dcf.illinois.gov/>.
- El personal de la escuela debe proporcionar los nombres del niño y los padres, la edad del niño y la(s) razón(s) para sospechar abuso o negligencia. Si usted sabe el nombre de la persona que sospecha que está abusando del niño, esta información también debe proporcionarse.
- Los reporteros de abuso y negligencia infantil son inmunes a cualquier responsabilidad civil o penal.
- Todos los reportes e investigaciones de abuso y negligencia infantil son confidenciales, incluida la identidad de la persona que realiza el informe. El nombre del reportero no puede ser dado a conocer sin su consentimiento por escrito.
- Cualquier persona requerida para reportar sospechas de abuso o negligencia infantil que intencionalmente no denuncie dicho abuso o negligencia será culpable de un delito menor de clase A por una primera violación y un delito grave de clase 4 por una segunda o posterior violación. [325 ILCS 5/4.02]
- No es necesario ser una persona mandata por ley. Cualquier persona que sospeche que un niño es abusado o descuidado, puede comunicarse con el Departamento de Niños y Servicios Familiares.

actividades sugeridas para los padres y maestros

- + Discutir los derechos de los niños, incluyendo los derechos a no ser tocados de maneras que hacen que un niño se sienta inseguro o incómodo, el derecho a decir que no, y el derecho a obtener ayuda.
- + Hágales saber a sus hijos que usted cree en su capacidad para mantenerse a salvo y que siempre estará allí para ayudar.
- + Juega el juego "qué pasa si" con tus hijos. Por ejemplo, "¿Qué pasa si llegaras a casa hoy y no hubiera ningún adulto? ¿Qué harías? ¿Adónde irías?" Haz que cada situación sea apropiada.
 - o Para los estudiantes mayores, "¿Qué pasa si tu pareja romántica se vuelve física, verbal o sexualmente abusiva?" ¿Qué harías? ¿A quién le dirías?
 - o Responder a las preguntas de los niños sobre pesadillas, programas de televisión, tragedias de la vida real y "qué pasa si" positiva y creativamente sin ridiculizar sus sentimientos o negar la realidad
- + Alentar a los niños a ayudar a otros niños.
- + Discuta los secretos "buenos" y "malos", los toques "seguros" e "inseguros" y cómo distinguir la diferencia.
- + Discute el consentimiento y como establecer límites con su hijo a una edad temprana.
- + Educar a los niños sobre diferentes tipos de fuerza y manipulación que los delincuentes pueden usar tales como: sobornos, extorsión, culpa, amenazas, fuerza física, y autoridad.
- + Enseñe a los niños acerca de la importancia de escuchar sus instintos.
- + Incorpore las palabras "seguro, fuerte y libre" en el vocabulario de su familia.
- + Leer libros con ellos sobre seguridad personal, consentimiento, límites y qué hacer si se sienten inseguros.
- + Fomentar discusiones en torno a los sentimientos (buenos, malos, aterradores, felices, etc.)
- + Continúe hablando de personas seguras/de confianza. Anímelos a crear su propia lista de adultos de confianza.

para la comunidad

1. Conoce tus opciones si eres testigo de abuso o negligencia infantil.
2. Cuando ayudes a un niño que no conoces bien, ten en cuenta la valiosa información que se les ha dado sobre extraños:
 - Mantén una distancia segura
 - No toques al niño
 - Hazle saber que los ayudará llamando a alguien en quien confían.
 - Pon atención a el lenguaje corporal del niño.
4. Obtenga más información sobre el abuso infantil y sus efectos. Vea lo que puede hacer para ayudar en su comunidad.

Llama a nuestra organización YWCA Patterson & McDaniel Family para obtener más información (630) 790-6600 ext. 8336.

<https://ywcachicago.org/our-work/sexual-violence-support-services/education-training/>

Recursos nacionales y locales

Departamento de Servicios para Niños y Familias

1-800-252-2873

<https://www2.illinois.gov/dcfs/Pages/default.aspx>

Centro de la YWCA Metropolitana Chicago - Familia Patterson & McDaniel

2055 Army Trail Rd. – Suite 140

Addison, IL 60101

Teléfono: 630-790-6600 ext. 8336

Línea directa de Crisis de agresión sexual: **888-293-2080**

Línea de mensaje de texto: 888-293-2080 (lunes a viernes 9:00 am – 5:00 pm)

<https://ywcachicago.org/>

Departamento de Salud del Condado de DuPage

111 N. County Farm Rd.

Wheaton, IL 60187

teléfono: 630-682-7400 (opción 2 para español)

www.dupagehealth.org

Línea de ayuda para padres

1-855-427-2736 lunes a domingo 8 a.m.-8p.m

<https://www.nationalparenthelpline.org/>

Departamento de Justicia de EE.UU.: Ley de Estadounidenses con Discapacidades

Teléfono: 800-514-0301 (opción 1 para español)

Línea TTY: 800-514-0383

<https://www.ada.gov/>

Centro de Recursos Familiares sobre Discapacidades

20 E. Jackson Blvd., Rm. 300
Chicago, IL 60604
Teléfono: 312-375-8136 (comunicarse con Maria Castillo)
<https://frcd.org/>

Línea de crisis de DuPage: 630-627-1700

Las personas que experimentan una crisis pueden comunicarse con Los Servicios de Crisis las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

<https://www.dupagehealth.org/183/Crisis-Services>

Línea directa de trastornos alimenticios: 800-931-2237-

La Asociación Nacional de Trastornos de la Alimentación (NEDA, por sus partidos) es la organización sin fines de lucro más grande dedicada a apoyar a las personas y familias afectadas por los trastornos alimenticios. (tienen un servicio de traducción-ellos tomaran tu número y te regresaran la llamada con el servicio)

El horario de la línea de ayuda es de lunes a jueves 11AM-9PM hora del este & viernes 11AM-5PM.

El horario de chat de la línea de ayuda es de lunes a jueves de 9AM-9PM ET & viernes 9AM-5PM.

Para el apoyo a la crisis 24/7, el texto 'NEDA' a 741741

www.nationaleatingdisorder.org

Línea de vida nacional de prevención del suicidio: 1-800-273-8255 (opción 2 para español)

Lifeline proporciona apoyo 24/7, gratuito y confidencial para personas en dificultades, recursos de prevención y crisis para usted o sus seres queridos, y mejores prácticas para los profesionales.

www.suicidepreventionlifeline.org

Línea nacional runaway safe 1-800-786-2929 (opción 2 para español)

La misión de la National Runaway Safeline (NRS) es mantener a los jóvenes fugitivos, sin hogar y en riesgo de Estados Unidos a salvo y fuera de las calles dando recursos y apoyo.

Servicios familiares de familia de DuPage

Línea directa las 24 horas - 630-469-5650
Servicios de violencia doméstica
<https://www.metrofamily.org/FSSofMFSD/>

Centro Hamdard

Un centro de salud comunitario que proporciona servicios de atención médica y apoyo para comunidades diversas en el área de Chicago y sus alrededores que enfrentan desafíos financieros y domésticos.

(630) 835-1430 (Línea directa las 24 horas)
<https://www.hamdardcenter.org/>

Sitios web

(Todos estos sitios de web o están en español, o tienen opción para convertir el sitio en español)

RAINN (Violación, Abuso & Red Nacional de Incesto)
La mayor organización contra la violencia sexual del país.
Línea directa nacional- 1-800-656-4673
www.rainn.org

Kids Health (Salud de los niños)
Nuestro objetivo es dar a las familias las herramientas y la confianza para tomar las mejores decisiones de salud.
www.kidshealth.org

Love Is Respect (El amor es respeto)
Love is Respect es un recurso nacional para interrumpir y prevenir las relaciones no saludables y la violencia de pareja íntima al empoderar a los jóvenes a través de una educación, apoyo y recursos inclusivos y equitativos.
<https://www.loveisrespect.org/>

Autolesión: Alternativas S.A.F.E.

En S.A.F.E., intenta crear una "cultura de seguridad" en la que el herido se dé cuenta de que las autolesiones destruyen las relaciones, pero la seguridad acerca a las personas a ellas. No es una línea de crisis- solo información
www.selfinjury.com

Educacion Cibernetica -Learning.com

Esta guía para padres cubre varios de los temas de seguridad en línea para equipar a los padres con información y recursos necesarios para estar informados acerca de la Web. Específicamente, este recurso cubre información acerca de filtros, protección de virus, teléfonos celulares, privacidad en línea, depredadores, propiedad intelectual, etiqueta de la red, ergonomía y comportamiento adictivo. También incluye herramientas útiles para poner reglas y expectativas, tal como el contrato de seguridad en línea.

https://www.berkshireschools.org/userfiles/4/my%20files/et_parent_online_safety_guide_es.pdf?id=1578

Libros que puede leer con pequeños para discutir abuso sexual o empezar la conversacion.

No, significa No; Jayneen Sanders

El Consentimiento para niños y niñas by Rachel Brian

Clara y su sombra; Elisenda Pascual Marti

Tu cuerpo es tu Tesoro; Margarita Garcia Marques

De qué color son tus secretos; Margarita Garcia Marques

Estela Grita muy fuerte; Bel Olid

Cómo enseñar límites a los niños

 childmind.org/es/articulo/como-ensenar-limites-a-los-ninos

¿Por qué la empatía y la autoconciencia juegan un papel importante?

Rae Jacobson

Para la mayoría de los padres, poner límites al comportamiento de los niños pequeños es algo instintivo: No pegues. No interrumpas. No arrebatamos los juguetes de las manos de otros niños.

Pero a medida que crecen, y la interacción social se vuelve más compleja, no basta con aprender las reglas. Necesitan aprender a establecer límites para sí mismos y respetar los límites de los demás. Y eso implica ser capaz de reconocer lo que otros quieren y necesitan, y también expresar lo que ellos quieren y necesitan.

“Esencialmente, los límites consisten en comprender y respetar nuestras propias necesidades, y ser respetuosos y entender las necesidades de los demás”, explica Stephanie Dowd, PsyD, psicóloga clínica, “y para que eso funcione, debemos poner mucho énfasis en ayudar a los niños a desarrollar una mayor empatía y autoconciencia”.

¿Por qué la empatía es importante?

Para algunos padres, la idea de enseñar a los niños a que sean más empáticos cuando todavía no dominan el arte de abrochar los cordones de sus zapatos, puede parecer un poco absurda. Pero usted puede ayudarlos a construir poco a poco una conciencia acerca de los demás. Es posible que los niños no entiendan las sutilezas de lo que significa ser empático, pero no necesitan hacerlo.

“Usted no se va a sentar con un niño de 4 años a decirle, bueno, esto es lo que significa la empatía”, dice Rachel Busman, PsyD, psicóloga clínica. “Lo que queremos es que los niños empiecen a desarrollar esa conciencia de cómo se sienten los demás y comiencen a usarla como una especie de guía sobre cómo comportarse”.

Y al mismo tiempo, queremos ayudar a los niños a sentirse cómodos al expresar sus sentimientos y poner límites, incluso cuando respetan los límites de los demás. Eso requiere práctica.

Cómo ayudar a los niños a desarrollar empatía

“La empatía la percibimos como algo de adultos”, dice Mandi Silverman, PsyD, psicóloga clínica. “Pero en realidad, a la edad de 3 años, la mayoría de los niños mostrarán instintivamente preocupación por un amigo que llora, o se darán cuenta cuando alguien “metió la pata” y quieren darle una curita”.

Los niños más pequeños aprenden mejor por experiencia, explica, por lo que los padres deben comenzar por abordar los comportamientos problemáticos cuando ocurren. “La capacitación en habilidades sociales siempre es mejor cuando puedes hacerlo en tiempo real —dice— es más probable que recuerden qué hacer en esa situación y puedan replicar el comportamiento la próxima vez que surja”.

Afortunadamente (o no), la mayoría de los niños dan muchas oportunidades para practicar la intervención en tiempo real. Por ejemplo: “¿Cómo crees que se sintió Mark cuando le quitaste el juguete?”.

Si su hijo agarra a un amigo que está renuente a jugar con él, usted puede alentarlos a pensar en cómo se sentiría su amigo, y por qué es importante preguntar antes de agarrarlo. “Es importante preguntar antes de tocar a otra persona porque esa persona podría no sentirse bien, o podría estar de mal humor y no querer jugar en ese momento”.

A veces, el egoísmo de los niños puede ser una herramienta útil, dice la Dra. Busman. “Pídale a su hijo que piense cómo se siente cuando su hermana no lo deja jugar con sus amigos, o no quiere compartir su postre. Luego, pregúntele cómo cree que se sentiría ella si él hiciera lo mismo”.

Usar los sentimientos de su hijo como un espejo para los demás puede ayudar a crear una perspectiva y le da la oportunidad de vincular las acciones con los sentimientos que provocan.

Las reglas funcionan en ambos sentidos

Una manera de ayudar a los niños a entender por qué es importante seguir las reglas, es verlas como algo recíproco.

- Las personas están a cargo de sus propios cuerpos y no está bien tocarlos si no quieren que lo hagas, al igual que no está bien que alguien te toque de una manera que no te gusta.

- A veces las cosas que te parecen divertidas no son divertidas para la otra persona. “Un niño puede querer saltar sobre la espalda de su amigo porque eso suena divertido”, sugiere la Dra. Busman. “Pero si no le pregunta al amigo si está de acuerdo con eso, y no se asegura de que esté listo, es probable que alguien termine lastimado”. Y esa persona también podrías ser tú.
- Escuchar cuando las personas están hablando, especialmente cuando están dando instrucciones o pidiéndonos que hagamos algo (o que no hagamos algo), es la manera de asegurarnos de que las otras personas también están seguras. Si las personas no te escuchan, tampoco sabrán lo que necesitas o quieres.

Practique establecer límites

Aprender a ser más empático puede servir mucho a los niños para las interacciones sociales, pero es igualmente importante ayudar a su hijo a aprender a abogar por sí mismo y defender sus límites cuando otros niños lo están presionando, están siendo agresivos o simplemente desconsiderados.

Ayudar a su hijo a hacer un plan sobre qué hacer cuando alguien no respeta sus sentimientos o límites, le dará la oportunidad de practicar cómo defenderse a sí mismo.

Por ejemplo, usted podría preguntar: “¿De qué manera le dirías a Pedro que no te gusta cuando te abraza sin preguntar?”. Repase algunas frases simples que su hijo pueda usar para abogar por sí mismo: “Por favor, no lo hagas”. “No me gusta eso”. “Es mi turno”.

Haga una lista de diferentes escenarios en los que los niños podrían pedir ayuda a un adulto. Los ejemplos podrían incluir:

- Un niño que está golpeando, empujando o jugando demasiado duro.
- Un niño que no acepta un no por respuesta.
- Una situación en la que se siente inseguro o incómodo. Por ejemplo, si sus amigos quieren subir una cerca para entrar al patio de otra persona o si están jugando demasiado cerca de la piscina.

Ayudar a los niños a sentirse cómodos al defender sus límites desde edad temprana los ayudará a hacerlo en el futuro, cuando lo que esté en juego puede ser mucho mayor.

Modele el comportamiento

Cuando se trata de aprender algo, los niños buscan señales de sus padres para saber cómo comportarse, y la empatía y la autoconciencia no son una excepción. Si usted quiere que las instrucciones se sigan, es importante practicar lo que predica.

“Queremos que los padres demuestren el tipo de comportamiento que quieren que sus hijos imiten”, dice la Dra. Busman. “Usted puede estar hablando con su pareja o un amigo, pero eso no significa que su hijo no esté prestando atención y captando señales sobre cómo pensar, cómo actuar y cómo interactuar con los demás”.

Cuando los niños escuchan a los padres hacerse preguntas entre sí para ver si están en la misma página antes de tomar decisiones, o preguntarle a un amigo cómo se sienten, y realmente escuchar la respuesta, es más probable que los niños hagan lo mismo.

Encuentre ejemplos y hablen de ellos

Otra forma de hacer que la empatía forme parte de la conversación es recurrir a los medios de comunicación favoritos de los niños, señalando ejemplos de comportamiento bueno o malo. Por ejemplo, si un personaje en la televisión está siendo acosado, intente preguntar: “¿Cómo crees que se sintió cuando los otros niños lo llamaron estúpido? ¿Está bien llamar a alguien así?”.

Niki Kriese y su esposo Mat comenzaron a hacer esto desde el principio con sus dos hijos, Simon (4) y Felix (6). Niki dice que su familia a menudo se apoya en ejemplos de libros, películas o televisión para ayudar a mantener una conversación. “La otra noche, Mat les estaba leyendo a los niños un libro antiguo de Berenstain Bears”, dice ella. En el libro, la familia de los osos estaba tratando de decidir cómo pasar el día juntos.

A mitad del libro Mat se detuvo y les preguntó: “Oye, ¿la madre ha dicho alguna palabra hasta ahora?”. Los niños acordaron que no. Cuando terminaron de leer notó que en ningún momento de la historia alguien le había preguntado a la madre qué quería hacer o si se estaba divirtiendo.

“¿Ustedes creen que a su madre le gustaría eso?” preguntó a Simon y Felix.

Los niños sacudieron la cabeza.

“¿A ustedes les gustaría?”. Una vez más, la respuesta fue no.

El objetivo, explica Niki, no es necesariamente comenzar una discusión profunda, sino ayudar a sus hijos a desarrollar la curiosidad sobre cómo piensan y sienten los demás. “Obviamente, no lo van a procesar de la misma manera que nosotros —dice— pero la esperanza es que los estemos preparando para pensar de manera crítica y empática a medida que van creciendo”.

Acepte la diversidad

Otra parte clave de inculcar la empatía es asegurarse de que los niños interactúen regularmente con personas que son diferentes a ellos. “Para los niños, puede ser difícil dar el salto desde cómo se sienten ellos cuando algo sucede, hacia cómo alguien más podría sentir lo mismo”, dice la Dra. Busman. “Y, a veces, eso es especialmente difícil cuando la otra persona se ve o se comporta de manera diferente a como ellos lo hacen”.

Una cosa que fomenta la aceptación de las diferencias son las actividades que le dan a su hijo la oportunidad de jugar con niños de diferentes orígenes, razas y habilidades físicas que comparten intereses comunes.

También ayuda a desmitificar a los niños de otros géneros lo antes posible. “Lo que no queremos es que los niños lleguen a la pubertad y sigan viendo al sexo opuesto como una especie alienígena”, dice el Dr. Dowd. Los padres pueden ayudar al asegurarse de que las actividades ofrezcan amplias oportunidades para que niñas y niños jueguen juntos y colaboren en un campo de juego equitativo.

Respetar los límites de manifestar afecto

Se debe permitir que los niños decidan por sí solos si quieren mostrar afecto y cuándo desean mostrarlo. “La abuela puede estar esperando un gran abrazo cuando venga, pero queremos que los niños entiendan que cosas como abrazos y besos, ya sea que los reciban o los den, deberían ser una opción”, dice la Dra. Busman.


Los padres deben evitar presionar a los niños para que sean cariñosos cuando no se sienten cómodos. Pero renunciar a los besos de los abuelos no tiene que significar ser descortés. “En su lugar, invente algo más que su hijo pueda hacer”, sugiere la Dra. Busman. Por ejemplo, en lugar de un beso en la mejilla, podría elegir algo con lo que se sienta más cómodo, como agitar o estrechar la mano.

Tómese en serio los límites de sus hijos

Escuche atentamente cuando su hijo le diga qué está bien y qué no lo está, y tome en serio sus peticiones tanto como sea posible. Parece obvio, pero la Dra. Busman explica que ignorar los límites de los niños a menudo es algo que los adultos hacen todo el tiempo sin siquiera darse cuenta.

“Si un niño dice que odia que le hagan cosquillas o que lo carguen, no diga: ‘Ay, vamos, realmente no lo odias’. En cambio, diga: ‘Te escucho y no lo volveré a hacer’”.

Cómo ayudar a los niños a lidiar con el cyberbullying

 childmind.org/es/articulo/como-ayudar-a-los-ninos-a-lidiar-con-el-cyberbullying

Información y estrategias para enseñarles a protegerse

Compartido en colaboración con [Common Sense Media](#).

El ciberacoso, también conocido como acoso cibernético o cyberbullying, es el uso de herramientas de comunicación digital (como Internet y los teléfonos celulares) para hacer que otra persona se sienta enojada, triste o asustada, generalmente una y otra vez. Algunos ejemplos de ciberacoso incluyen enviar mensajes de texto o mensajes instantáneos hirientes, publicar fotos o videos vergonzosos en las redes sociales y difundir rumores maliciosos en línea o a través de los teléfonos celulares.

Si está intentando averiguar si su hijo está siendo acosado cibernéticamente, piense si el agresor está siendo hiriente de manera intencional y repetida. Si la respuesta es no, es posible que el agresor simplemente necesite aprender a comportarse mejor en línea. Si la respuesta es sí, tómelo en serio.

¿Qué debo hacer si mi hijo es acosado en línea?

Descubrir que su hijo ha sido víctima de ciberacoso es un tema sensible para los padres. Es posible que usted o su hijo quieran tomar represalias, pero es mejor ayudar a su hijo a suavizar la situación, protegerse y realizares esfuerzos racionales para detener el acoso. Estos son los pasos inmediatos que recomendamos a los padres:

- Reafirme a su hijo que usted lo ama y lo apoya.
- Ayude a su hijo a alejarse de la computadora o dispositivo electrónico y tomarse un descanso.
- Si puede identificar al acosador, considere hablar con sus padres.
- Considere además ponerse en contacto con la escuela. Si el acoso está sucediendo en línea, es posible que también esté sucediendo fuera de línea.
- Empodere a su hijo con pasos específicos que él o ella puedan seguir.

¿Cuándo deberían intervenir los padres en una situación de ciberacoso?

Muchos niños ocultan a sus padres que están sufriendo ciberacoso. Es posible que los niños sientan incomodidad o vergüenza de contarles que han sido atacados. También podrían tener miedo de que su involucramiento empeore las cosas. Sin embargo, si descubre que su hijo ha sido acosado de manera cibernética, es posible que el problema sea lo suficientemente grave como para que usted intervenga.

Pruebe esto: Recabe más información al hablar sobre la situación con su hijo. Elaboren un plan de acción juntos. Asegúrese de que usted y su hijo estén de acuerdo sobre cuál debería ser el resultado. Aumente sus esfuerzos según lo requiera la situación.

Otro motivo para no apresurarse a encontrar una solución: las investigaciones indican que los compañeros que se defienden los unos a los otros logran una protección muy eficaz contra los acosadores. Los acosadores funcionan tratando de aislar a sus víctimas. Cuando los niños se agrupan en torno al blanco, frustran al acosador. Anime a su hijo a buscar apoyo con sus amigos.

Por supuesto, si la seguridad de su hijo está realmente amenazada, debería contactar a las autoridades de inmediato.

¿Qué puedo decir a mi hijo si está siendo acosado?

Es posible que los niños no siempre reconozcan las burlas como acoso. Además, algunos niños pueden sentir mucha incomodidad o vergüenza de hablar con sus padres. Por eso es importante hablar sobre el comportamiento digital y en línea antes de que su hijo empiece a interactuar con otros en línea y a través de dispositivos electrónicos. Con el fin de preparar a su hijo para navegar en Internet y tener un teléfono celular, o si usted sabe que su hijo ha sido víctima de acoso en línea, méncionele estos pasos que él o ella pueden seguir de inmediato:

- **Apagar la computadora.** Ignorar los ataques y alejarse del acosador cibernético.
- **No responder ni tomar represalias.** Cuando se está enojado o herido, se pueden decir cosas de las que después nos arrepentimos. Los acosadores siempre quieren que reacciones, por lo que no hay que hacerles saber que su plan ha funcionado.
- **Bloquear al acosador.** Si recibes mensajes malintencionados a través de mensajes instantáneos o de un sitio de redes sociales, elimina a la persona de tu lista de amigos o contactos. También puedes borrar los mensajes de los acosadores sin tener que leerlos.
- **Guardar e imprimir los mensajes de acoso.** Si el acoso continúa, guarda la evidencia. Esta puede ser una prueba importante para mostrar a los padres o a los maestros si el acosador no se detiene.

- **Hablar con un amigo.** Cuando alguien te hace sentir mal, a veces puede ayudar hablar de la situación con un amigo.
- **Contarle a un adulto de confianza.** Un adulto de confianza es alguien que crees que te escuchará y que tiene las habilidades, el deseo y la autoridad para ayudarte. Contarle a un adulto no es ser chismoso: es abogar por ti mismo. Incluso si el acoso sucede en línea, tu escuela probablemente tenga reglas al respecto.

¿Cómo reporto el ciberacoso?

Los sitios de redes sociales como [Facebook](#), [Instagram](#) y [Snapchat](#) se han tomado en serio la tarea de ayudar a los usuarios que han sido atacados por acosadores.

Si **su hijo es acosado en un sitio web o en una aplicación**, vaya al sitio de la empresa y busque una sección que ofrezca asistencia como “Normas de la comunidad”, “Centro de seguridad”, “Información para padres”, “Consejos de seguridad” o algo similar. Tal vez encuentre allí recomendaciones tales como bloquear al acosador o para cambiar la configuración acerca de quién puede comunicarse con su hijo.

Si **su hijo es acosado o intimidado por mensaje de texto**, llame a su proveedor de telefonía móvil para reportar el número. Es posible que pueda bloquearlo o cambiar el número de teléfono de su hijo. Muchos proveedores ofrecen funciones adicionales contra el acoso escolar por una tarifa.

Si **el abuso continúa**, es posible que deba **solicitar la ayuda de su comunidad**: la escuela de su hijo, sus entrenadores u otros padres. Si **la comunicación contiene amenazas**, deberá informarlo a la policía.

Empoderar a los niños para tomar medidas positivas

Hasta hace poco, los padres, los maestros y las noticias se han centrado en la relación entre el acosador y su objetivo. Pero los expertos dicen que generalmente hay más niños involucrados en un escenario de acoso cibernético, lo que lo convierte en un fenómeno mucho más complejo de lo que se pensaba antes. De hecho, uno de los efectos secundarios de cómo se ha transformado el acoso público es que potencialmente todos los miembros del círculo de amigos del acosador, tanto en línea como fuera de línea, pueden estar involucrados.

Identificar los diferentes roles en una situación de acoso cibernético puede ayudarlo a que a su vez usted pueda ayudar a su hijo a desarrollar autoconciencia y empatía. Estas habilidades contribuirán en gran medida a cultivar una cultura de respeto y responsabilidad en línea.

En primer lugar, está el **acosador cibernético**, el agresor que está utilizando herramientas de los medios digitales (como Internet y el teléfono celular) para molestar o acosar deliberadamente a su **blanco**: la persona que está siendo ciberacosada. Luego están los **espectadores**, los niños que son conscientes de que está sucediendo algo cruel pero que se mantienen al margen (ya sea por indiferencia o porque tienen miedo de quedar socialmente aislados o de convertirse ellos mismos en un blanco). Pero también hay niños que **actúan como testigos activos**. Estos son los niños que intentan romper el ciclo, ya sea defendiendo al blanco, dirigiéndose directamente al acosador o notificando a las autoridades correspondientes sobre lo que está sucediendo.

Los niños pueden tener diferentes roles en diferentes momentos. El consejo que usted dé a su hijo será distinto dependiendo de la situación y del rol específico que tiene su hijo en cualquier situación trágica o de acoso que esté ocurriendo.

Al hacer conscientes a los niños de que un mundo seguro es responsabilidad de todos, los empoderamos para llevar a cabo acciones positivas (como denunciar a un acosador, eliminar un comentario cruel en línea o no reenviar una foto humillante), que en última instancia pueden poner fin a un creciente episodio de crueldad.

Para obtener más información sobre el uso seguro de los medios digitales, visite commonsensemedia.org.

10 formas de enseñar a su hijo a prevenir el abuso sexual

childmind.org/es/articulo/10-formas-de-ensenar-a-su-hijo-a-prevenir-el-abuso-sexual

Hablar de las partes del cuerpo de manera directa y establecer una política de no a los secretos puede proteger a los niños pequeños sin asustarlos

Natasha Daniels

Enseñamos a nuestros hijos pequeños todo tipo de formas de mantenerse a salvo. Les enseñamos a estar atentos a la estufa caliente, les enseñamos a mirar a ambos lados antes de cruzar la calle. Pero, la mayoría de las veces, la seguridad del cuerpo no se enseña hasta mucho más tarde, hasta que a veces es demasiado tarde. Estudios realizados por Centers for Disease Control (CDC) estiman que aproximadamente 1 de cada 6 niños y 1 de cada 4 niñas son víctimas de abuso sexual antes de los 18 años. ¿Quiere saber algo aún más aterrador? Según el Departamento de Justicia de los Estados Unidos (nsopw.org) ¡solo el 10% de los perpetradores eran personas extrañas para el niño y el 23% de los perpetradores eran otros niños!

Estas estadísticas no me sorprenden. En mi consulta atiendo cada semana a niños que han sido víctimas de abusos sexuales. Muchos de ellos son menores de cinco años. Casi todos conocían a su perpetrador y, la mayoría de las veces, ¡se trata de otro niño!

Los padres me dicen con frecuencia que no pensaban que esto les pudiera pasar a ellos. Que nunca dejan a sus hijos con extraños. Que siempre mantienen a sus hijos al alcance de su vista.

¿Sus hijos se reúnen con otros niños para jugar? ¿Van a la guardería o al preescolar? ¿Tiene amigos o familiares en su casa? ¿Juegan en casa del vecino? El hecho es que no puede prevenir completamente el riesgo de que su hijo sea abusado sexualmente.

Los niños con los que he trabajado provienen de buenos vecindarios, y de buenos hogares, y van a escuelas muy buenas. He trabajado con niños que han sido abusados sexualmente en reuniones de juego con otros niños, cuando pasan la noche en casa de un amigo, en el salón de clases, en el parque, en el autobús escolar, en su cuarto de juegos y en el patio trasero.

Ahora que oficialmente lo he matado del susto, permítame rescatarlo de ese precipicio. Tenemos que permitir que nuestros hijos salgan al mundo e interactúen con quienes los rodean. Pero podemos brindarles los conocimientos que podrían

salvarlos de ser víctimas.

Los padres no hablan con sus hijos sobre la seguridad del cuerpo con suficiente antelación. Piensan que los niños son demasiado pequeños para eso. Da mucho miedo. Pero nunca es demasiado pronto, y no tiene por qué ser una plática atemorizante. Aquí hay diez cosas que podrían ayudar a su hijo a ser menos vulnerable al abuso sexual:

1. Hablar pronto sobre las partes del cuerpo

Nombre las partes del cuerpo y hable de ellas lo más pronto posible. Use nombres propios para las partes del cuerpo, o al menos enséñele a su hijo cuáles son las palabras reales para sus partes del cuerpo. No puedo describir la cantidad de niñas con las que he trabajado que han llamado a su vagina su “trasero”. Sentirse cómodo usando estas palabras y saber lo que significan puede ayudar a los niños a hablar claramente si algo inapropiado ha sucedido.

2. Enseñarles que algunas partes del cuerpo son íntimas

Dígale a su hijo que sus partes íntimas se llaman íntimas porque no son para que todo el mundo las vea. Explique que mamá y papá pueden verlos desnudos, pero la gente fuera de la casa solo debe verlos con la ropa puesta. Explique que el médico puede verlos sin ropa porque mamá y papá están allí con ellos mientras el médico está revisando su cuerpo.

3. Enseñar a su hijo los límites del cuerpo

Dígale a su hijo que nadie debe tocar sus partes íntimas y que nadie debe pedirle que toque las partes íntimas de otra persona. Los padres a menudo olvidan la segunda parte de esta frase. El abuso sexual a menudo comienza con el perpetrador pidiéndole al niño que lo toque a él o a alguien más.

4. Decir a su hijo que no está bien guardar secretos sobre su cuerpo

La mayoría de los perpetradores le dirán al niño que mantenga el abuso en secreto. Esto podría ocurrir de manera amistosa, como: “Me encanta jugar contigo, pero si le dices a alguien más a lo que hemos jugado no me dejarán volver.” O puede ser una amenaza: “Este es nuestro secreto. Si le dices a alguien, le diré que fue idea tuya, ¡y te meterás en un gran problema!” Dígale a sus hijos que no importa lo que les digan, los secretos sobre su cuerpo no están bien y que siempre deben contarle a usted si alguien trata de obligarlos a guardar un secreto sobre su cuerpo.

5. Decir a su hijo que nadie debe tomar fotos de sus partes íntimas

Este punto suele ser omitido por los padres. Existe todo un universo enfermo de pedófilos a los que les encanta tomar e intercambiar fotos de niños desnudos en línea. Esto es una epidemia y pone a su hijo en riesgo. Dígale a sus hijos que nadie debe tomar fotos de sus partes íntimas.

6. Enseñar a su hijo cómo salir de situaciones aterradoras o incómodas

A algunos niños les cuesta trabajo decir “no” a las personas, especialmente a otros niños mayores o a los adultos. Dígale a su hijo que está bien decirle a un adulto que tiene que irse, si algo que no está bien está sucediendo, y ayúdelo a encontrar las palabras para salir de situaciones incómodas. Dígale a su hijo que si alguien quiere ver o tocar sus partes íntimas él puede decirle que necesita ir urgentemente al baño.

7. Tener una palabra clave que sus hijos puedan usar cuando se sientan inseguros o quieran que los recojan

A medida que los niños crecen un poco más, usted puede acordar con ellos una palabra clave que puedan usar cuando se sientan inseguros. Puede ser usada en casa, cuando hay invitados en la casa o cuando están en una reunión de juego o en una pijamada.

8. Decir a sus hijos que nunca estarán en problemas con usted si le cuentan un secreto sobre su cuerpo

Los niños a menudo me cuentan que no dijeron nada porque pensaron que, además de todo, se meterían en problemas con sus padres. Este temor es a menudo usado por el abusador. Dígale a su hijo que independientemente de lo que pase, cuando le cuenten algo sobre seguridad o secretos sobre su cuerpo, NUNCA estará en problemas con usted.

9. Explicar a su hijo que el contacto físico podría hacerle cosquillas o sentirse agradable

Muchos padres y libros hablan de “buenas y malas caricias”, pero esto puede ser confuso porque a menudo estos contactos no duelen ni se sienten mal. Prefiero el término “caricias secretas”, ya que es una descripción más precisa de lo que puede suceder.

10. Decir a su hijo que estas reglas se aplican también con personas que conoce, e incluso con otros niños

Este es un punto importante del cual hablar con su hijo. Cuando se le pregunta a un niño pequeño cómo es una “mala persona”, lo más probable es que describa a un villano de caricatura. Usted puede decirle algo como: “Mamá y papá pueden tocar tus

partes íntimas cuando te limpiamos o si necesitas crema, pero nadie más debe tocarte allí. Ni amigos, ni tías o tíos, ni profesores o entrenadores. Aunque te caigan bien o pienses que te están cuidando, no deben tocar tus partes íntimas”.

No soy tan ingenua como para creer que estas conversaciones prevendrán absolutamente el abuso sexual, pero el conocimiento es un poderoso elemento disuasivo, especialmente con los niños pequeños que suelen ser el blanco debido a su inocencia e ignorancia en esta área.

Y una sola conversación no suele ser suficiente. Busque momentos espontáneos para reiterar estos mensajes, como la hora del baño o cuando sus hijos están corriendo desnudos. Y, por favor, compartan este artículo con aquellos a quienes aman y cuidan, y ayúdenme a difundir el mensaje de la protección corporal.

Este artículo apareció por primera vez en la página web de Natasha Daniels, Anxious Toddlers.