



Bradley Hospital

Lifespan. Delivering health with care.®

Cómo hablar con los niños sobre el abuso sexual



El abuso sexual infantil es un problema de salud pública sensible, pero evitable. El abuso sexual en los niños es un tema delicado y difícil, y que requiere un debate franco y abierto.

¿Con qué frecuencia ocurre el abuso sexual infantil?

El mundo del abuso infantil suele estar envuelto en secretismo; por ese motivo, es difícil establecer con qué frecuencia ocurre. Según datos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), se calcula que aproximadamente una de cada cuatro niñas y uno de cada 13 niños experimentan abuso sexual infantil en algún momento de su infancia. La mayoría de los expertos cree que este número está subestimado dado que muchos casos no se informan.

Un dato importante que los adultos deben tener en cuenta es que el 91 por ciento del abuso sexual infantil es perpetrado por alguien que el niño/a o la familia del niño/a conocen.

¿Cuáles son las señales de abuso sexual que deben observar los padres?

En los niños que han sufrido abuso sexual, las señales pueden manifestarse través de cambios en la conducta. Si un niño presenta alguno de estos signos, puede contemplarse la posibilidad de que ha padecido abuso sexual:

- si tiene más pesadillas u otros problemas para dormir
- arrebatos de ira
- ansiedad
- depresión
- retraimiento
- si moja la cama
- si se chupa el dedo
- si se niega a cambiarse para la clase de gimnasia o a participar en actividades físicas
- reticencia a quedarse a solas con una persona o un grupo de personas en particular

Si un niño/a menciona que lo/a han tocado de manera inapropiada, ¿qué debe hacer?

Si un niño/a le cuenta a un adulto sobre un posible abuso, hay varios pasos que un padre, madre o cuidador debe tomar.

- Primero, genere un momento de tranquilidad y privacidad para dar seguimiento a lo que el niño está informando.
- Cerciórese de que su hijo/a sabe que usted cree lo que le está contando. Transmítale al niño/a que usted está escuchando atentamente lo que le cuenta.
- Recuerde, más del 90 por ciento de las personas que cometen abuso sexual infantil son conocidas del niño: un miembro de la familia, amigo o proveedor de cuidados.
- Resista el impulso de descartar lo que el niño/a le está diciendo. Evite decirle cosas como: «¡Oh, el entrenador Bill, no!» o «Nunca digas eso de tu abuelo».
- Si tiene dudas, pídale una aclaración. Puede hacer preguntas como: «¿Cómo te hace sentir eso?» o «¿Cómo es eso para ti?».

¿Cuáles son las posibles consecuencias psicológicas del abuso sexual infantil?

El abuso sexual infantil es traumático y puede tener consecuencias tanto a corto como a largo plazo, como problemas de salud mental que continúan en la adultez. Algunos de los efectos característicos son sentimientos de culpa y de miedo, depresión, ansiedad, estrés postraumático, trastornos alimentarios o autoestima baja. Algunos problemas de conducta --como

problemas escolares o de aprendizaje, consumo de sustancias, conductas autolesivas, conductas sexuales de riesgo (aquellas que podrían provocar un embarazo o infecciones de transmisión sexual), el suicidio y la disfunción sexual en la edad adulta-- se han relacionado con el abuso sexual infantil.

¿Qué pueden hacer los padres para proteger a sus hijos?

Hablar es fundamental. Los padres/madres pueden generar cierta protección hablando con sus hijos sobre los temas sexuales con frecuencia y a una edad temprana. Estas conversaciones deben enfocarse en enseñarles al niño/a que algunas partes del cuerpo son privadas y nadie debe tocarlas, salvo ciertas personas adultas muy especiales, como mamá y papá. Aquí hay varias recomendaciones para ayudar a que los niños lo comprendan.

- Use ilustraciones fáciles de entender y explique que «las partes cubiertas por tu traje de baño son privadas».
- Procure usar términos como «formas de tocar buenas / formas de tocar malas» o formas de tocar que «están bien / no están bien».
- Enséñeles a los niños los términos correctos para las partes del cuerpo, como senos, vagina, clitoris, pene y nalgas. Esto sirve para fomentar el respeto por su propio cuerpo y conocer las palabras para hablar sobre estos temas en el futuro.
- Capacite a los niños para que sepan decir NO cuando se sienten incómodos. Un niño que ha aprendido a rechazar lo que no quiere podrá aplicar estas habilidades en la adolescencia, sabrá establecer límites en esta y otras áreas, como el acoso escolar o el consumo de sustancias.

Cómo hablar con los niños acerca de las noticias sobre abuso sexual

Cuando los niños ven historias sobre abuso sexual en las noticias, pueden causarles confusión y preocupación. Los padres, madres y otros cuidadores pueden aprovechar esta oportunidad para hablar con los niños y adolescentes sobre el abuso sexual. Busque un momento en que se encuentren solos y relajados y dígame a su hijo/a que está dispuesto/a a tener una conversación apropiada para su edad sobre cualquier tema o inquietud.

Para los adultos, es un desafío ver el mundo como lo ven los niños. Es posible que los niños no tengan las palabras para describir sus preocupaciones o hacer preguntas. Trate de mantener un tono serio en la conversación y, sobre todo, sea buen oyente. Los niños suelen procesar la información por partes, así que vuelva a tocar el tema cuando el niño haya tenido tiempo de digerir lo que se está diciendo.

Otras cosas que debe saber sobre el abuso sexual infantil

Recuerde que la mayoría de los estados tienen leyes que obligan a denunciar el abuso. Todas las personas adultas en Rhode Island, por ejemplo, están obligadas por ley a denunciar casos conocidos o presuntos de abuso o negligencia infantil al Departamento de Niños, Jóvenes y Familias de Rhode Island <http://www.dcyf.ri.gov/> en un plazo de 24 horas de tomar conocimiento del caso. Puede comunicarse llamando al 1-800-RI-CHILD (1-800-742-4453).

Si necesita asistencia, comuníquese con su proveedor de atención primaria. Si observa cambios en la conducta de su hijo/a, le recomendamos que se comunique con un terapeuta o con el Bradley Hospital Access Center mediante su página de Internet: <https://www.lifespan.org/centers-services/access-center> o llamando al 1-855-543-5465.

Para conocer más consejos sobre cómo velar por la salud y la felicidad de los niños, visite la sección Growing (Crecimiento) de nuestro blog Lifespan Living.