



Respuestas a Preguntas Comunes Información y Recursos



Our Kids Center
www.ourkids.org
(615) 341-4911

Gracias por permitirnos prestarle nuestros servicios.

Esperamos que su visita a el *Our Kids Center* le haya ayudado a aliviar algo de la ansiedad que usted y su niño hayan estado experimentando, y que lo hayamos colocado en un camino que le conduzca a sanarse. Este folleto está diseñado para responder algunas de las preguntas que resultan después de que las familias visitan el *Our Kids Center*. Esperamos que esta información y los recursos que sugerimos le sean de mucha ayuda.

Por favor llámenos si tiene preguntas o dudas que no se hayan abordado en este folleto.

Sinceramente,

El personal de *Our Kids*



En Relación Con La Evaluación De Su Niño

¿Por qué fue importante este examen?

La Salud Física

Una de las partes más importantes del exámen de su niño incluyó la búsqueda de heridas e/o infecciones. Mientras más temprano se identifica una herida o una infección, más pronto podemos comenzar un tratamiento para ayudar a sanar el cuerpo de su niño.

Es especialmente importante hacer exámenes para detectar infecciones porque muchas personas pueden estar infectadas sin tener ningún síntoma.

Si su niño necesitó medicina, a usted se le dio una prescripción. Asegúrese de que su niño se tome toda la medicina exactamente como se le prescribió. Algunas veces los niños necesitan más exámenes para detectar infecciones después de haberse ido de nuestra oficina. La hoja de instrucciones que se le dio a usted antes de irse de nuestra oficina le dirá:

- si su niño necesita más exámenes para detectar infecciones o si necesita seguimiento.
- cuáles exámenes son necesarios hacerle todavía.
- cuándo deberá hacersele otros exámenes a su niño.

Si se recomiendan exámenes adicionales, éstos pueden ser hechos por nosotros o por el médico regular de su niño. Si usted tiene preguntas acerca de los exámenes que se hacen para las enfermedades transmitidas sexualmente o acerca de sus tratamientos, por favor póngase en contacto con nuestras oficinas. Alguien está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Con Relación Al Embarazo

La niñas y las adolescentes pueden quedar embarazadas como producto de un abuso sexual. Nos preocupamos por la existencia de un embarazo si

- ella ha comenzado a tener sus períodos o si comenzará pronto su primer período Y
- si el tipo de contacto sexual que ella experimentó la pudo dejar embarazada.



Algunas veces podemos disminuir el riesgo de embarazo con medicinas. Nosotros ofrecemos medicina para reducir el riesgo de embarazo si

- ella no está embarazada cuando la examinamos Y
- si el contacto sexual sucedió dentro de los últimos cinco días de su consulta.

Si ambas condiciones son válidas con su hija, el médico que la atendió y conversó con usted le explicará la prevención del embarazo y las oportunidades para reducir su riesgo.

El Plan B es la medicina que ofrecemos para reducir el riesgo de embarazo. Éste consiste de dos píldoras de hormonas, las cuales la paciente ingiere. La medicina trabaja mejor cuando se toma tan pronto como sea posible después del contacto sexual.

Los médicos no saben exactamente cómo el Plan B previene el embarazo. Es importante saber que el Plan B **no** es una píldora para el aborto y por lo tanto **no** causa abortos.

Si su hija está embarazada en el momento de su evaluación o si queda embarazada del abuso sexual después de la evaluación, nos tomaremos el tiempo necesario con usted y su hija para explicarles las opciones que tienen y pondremos en contacto a su familia con los recursos comunitarios adecuados.

Aliviar la Ansiedad y Corregir Conceptos Equivocados

Otro beneficio importante para los niños y adolescentes a quienes se les hace éste examen es la oportunidad que tienen de saber que ellos van a quedar sanos.

Si su niño tiene 5 años o más, a él se le preguntó qué cosas le preocupan o quiere saber acerca de su cuerpo. Algunos niños y adolescentes han preguntado. ¿Tengo SIDA?, ¿Estoy embarazada? Y ¿Quiere decir ésto que ya no soy virgen? Otros han expresado el temor de que su futuro compañero sexual podrá descubrir que fueron abusados sexualmente cuando tengan sexo por primera vez. Aún más, otros creen que la gente sabrá que fueron abusados sexualmente con sólo mirarlos. A pesar de que las niñas pueden quedar embarazadas y contraer infecciones transmitidas sexualmente, muchas de éstas creencias son falsas. Por lo tanto se dedica el tiempo necesario para aliviar los temores ocultos y dolorosos de usted y su niño.

Si su niño tiene más preguntas después que visite el *Our Kids Center* y usted no está seguro de cómo responderle, por favor llámenos, estaremos complacidos en ayudarle.



Muchos niños se preocupan por el examen médico, si su niño tiene 3 años o es mayor, nuestros especialistas en salud mental se toman el tiempo necesario para explicarle cómo es el examen y permiten que su niño use parte del equipo médico para hacerle un chequeo médico a un muñeco de peluche. Si su niño comienza a examinar a sus peluches o muñecas después de haber recibido su chequeo, no se preocupe. Esto es una respuesta normal por parte de su niño.

Recopilando la Historia Médica de Su Niño (de 5 Años en adelante)

¿Cuál es el propósito de hacer que mi niño hable de lo que le pasó?

En el *Our Kids Center* nosotros tratamos a los niños con dignidad y respeto. Si los niños tienen miedo o están ansiosos, a lo mejor ellos no querrán hablar acerca de su salud o no querrán cooperar durante el examen médico.

Nos tomamos todo el tiempo necesario para que su niño se sienta cómodo durante su visita. Antes de hacerle cualquier pregunta a su niño acerca de su historial médico, el especialista en salud mental le explica que la información que él suministre ayudará al médico a darle "el mejor tratamiento posible."

Los especialistas en salud mental de *Our Kids* son expertos en la evaluación de los niveles de desarrollo cognitivo de los niños. También son expertos en hacer preguntas que los niños pueden entender sin tener ninguna influencia sobre sus respuestas.

Esperamos lograr que su niño nos hable sobre

- Su salud en general
- Cualquier cosa que pueda arriesgar su salud
- Cualquier pregunta o duda que le preocupe.

Si alguien ha abusado sexualmente de mi niño, ¿Por qué no hay evidencia física?

Más del 90% de las evaluaciones médicas dan resultados normales aún cuando se tema que ha habido un abuso sexual. Algunas heridas sanan rápidamente y no dejan señales físicas que puedan ser detectadas después de haber sanado.



En la mayoría de los casos, el contacto sexual no causa heridas físicas en el cuerpo del niño.

Debido a que la mayoría de los abusadores sexuales son personas conocidas y de confianza de la familia del niño, los abusadores tienden a tener acceso fácil y frecuente al niño. Para poder mantener el acceso al niño y evitar ser descubiertos, los abusadores sexuales abusan de los niños de maneras que no son violentas y que no causan heridas físicas.

Recuerde, un examen que resulte normal no indica que su niño no fue abusado, quiere decir que el médico no vió evidencia de heridas pasadas o presentes.

La determinación del abuso sexual nunca debe depender solamente del examen médico.

¿Por qué se recomendó que mi hija recibiera la vacuna VPH?

VPH significa Virus del Papiloma Humano. El VPH es una infección de transmisión sexual que causa callos genitales y es la causa más común de cáncer cervical.

A pesar de que la vacuna VPH no protege contra todos los tipos de este virus, la vacuna VPH

Gardasil®, ofrece protección en contra de cuatro tipos de VPH que son responsables del 70% del cáncer cervical y el 90% de los callos genitales. Esta vacuna consiste de tres inyecciones y trabaja mejor si se aplican antes de la exposición al virus, y se recomienda para las niñas en edades de 11- 12 años.

La vacuna VPH has sido controversial y algunos padres han expresado preocupación que al vacunar a sus hijas en contra del VPH las puede inducir a pensar que se le está apoyando a comenzar a ser activas sexualmente. Le recomendamos altamente a los padres conversar con sus hijas sobre sus valores morales y lo que se espera de ellas acerca de su actividad sexual y que se les explique los riesgos que esto envuelve.

Es, sin embargo, también importante saber que cada año cerca de 6,2 millones de personas en los Estados Unidos contraen VPH. Muchas de estas personas no saben que tienen el virus, y consecuentemente los compañeros en un matrimonio nuevo que han sido sexualmente activos en el pasado, pueden sin saberlo pasarle este virus peligroso a sus compañeros sexuales. En nuestro tiempo actual, no hay cura conocida, pero la vacuna para VPH es una opción para mantener la buena salud de su niña.



¿Cómo le respondo a mi niño después que salgamos del Centro?

Apoyo

¿Qué ayuda a que los niños sanen? Si usted ama, apoya, nutre y le da seguridad a su niño, él se sentirá amado, seguro y protegido. Lo que usted le diga y haga después de haberse enterado acerca del abuso sexual influenciará mucho su curación.

Aquí le ofrecemos algunos ejemplos para ayudar a su niño:

- Si su niño pensó que la visita a *Our Kids* fue "difícil" o estresante, opine igual que él y dígame que se portó muy bien.
- Recuérdele a su niño que su cuerpo es sano y fuerte.
- Si le es posible, dígame a su niño que usted le escuchará si quiere hablar acerca de lo que le preocupa.
- Aunque usted no esté seguro de que su niño fue abusado, dígame que usted lo quiere, y que lo cuidará y mantendrá fuera de peligro.
- No le haga muchas preguntas acerca de lo que pasó durante el abuso sexual. Deje que le hable cuando se sienta preparado para hacerlo.
- Finalmente, llevar al niño a que vea a un consejero que es experto en abuso sexual puede ser de mucha ayuda. Si usted tiene preguntas acerca de este tipo de servicio, por favor llámenos.

Regresar a la Normalidad

Es importante mantener sus expectativas, sus reglas y las consecuencias que regían en su familia antes de que supiera acerca del abuso sexual. Las rutinas normales le permiten al niño mantener un sentido de predictibilidad y aumenta sus sentimientos de estabilidad.

Muchas veces, los padres que visitan nuestro centro se sienten culpables de lo que ha sucedido, y ellos cambian las reglas en el hogar para aliviar el sentimiento de culpa.

Recuerde que la culpa le pertenece a la persona que abusó del niño.

La mejor forma de demostrarle a su niño que lo ama y que lo va a cuidar es continuar siendo un buen padre. Pase tiempo de buena calidad e interactúe con su niño (jugando, hablando de lo que pasó durante el día, aprendiendo un juego nuevo) para crear oportunidades de que su niño se sienta valorado y digno de ser amado.

¿Debo yo o alguna persona de la familia hablarle acerca del abuso?

Es siempre importante estar atento y brindarle apoyo cuando el niño le quiera hablar. Una vez que exista una razón para pensar que su niño fue abusado, se debe respetar la privacidad del niño porque hablar de un abuso sexual es un tema difícil de abordar con cualquier persona.

El hacerle preguntas frecuentemente lo lleva a aumentar la ansiedad, crea confusión y puede dañar las relaciones. Una vez que su niño haya compartido información a cerca del abuso, él está aprendiendo a tolerar las reacciones de aquellos más cercanos a él. Lo mejor que usted puede hacer es estar accesible para escucharlo cuando quiera hablar.

Tal parece que la historia de mi niño cambia cada vez que la cuenta. ¿Quiere decir ésto que está mintiendo?

No. Es importante recordar que la forma en que se hace una pregunta, las palabras específicas que se usan, el tono, y los comportamientos no verbales pueden todos afectar los recuerdos de un niño y su disposición para compartirlos.

Otras cosas que pueden afectar la memoria de un niño y la disposición para compartir sus experiencias son:

- qué tan seguido se le hace las preguntas
- el nerviosismo
- la vergüenza
- el querer proteger los sentimientos de los seres queridos
- el estado de ánimo
- el tener sueño
- el nivel de ansiedad
- el apoyo que se le brinde
- el nivel de trauma que haya experimentado
- las consecuencias que resultaron por haberlo contado

Es especialmente difícil para los niños recordar fechas, horas, frecuencia y hechos cuando el abuso ocurrió algún tiempo atrás. Este tipo de información depende también del desarrollo del niño. La inconsistencia en lo que el niño cuente es muy común debido a tantos factores que afectan la memoria del niño y su disposición para compartir la información.



Proceso e Investigación

¿Qué pasará con la información recopilada en Our Kids?

Crearemos un récord médico que documente lo que haya sucedido durante la visita de su niño.

Si la policía, el Departamento de Servicios para los Niños (Department of Children's Services, DCS), la oficina del Fiscal del Distrito (District Attorney's Office), o un juez lo refirieron a usted hacia nuestro centro, se le enviará una copia del récord médico a ellos.

Si un médico u otro tipo de profesional de salud refirió a su niño, le enviaremos una carta describiendo lo que hayamos encontrado y las recomendaciones que podamos tener.

Existe también acceso al récord médico de su niño a través del Departamento de Récor­ds Médicos (Medical Records Department) de el Nashville General Hospital después de que la investigación legal haya cerrado.

¿Cuál es el proceso de la investigación?

Generalmente una investigación incluye un investigador por el Departamento de Servicios de los Niños (Department of Children's Services), un detective y/o un forense especialista entrevistador por el Centro de Ayuda al Niño (Child Advocacy Center) que entrevista a su niño. Quién entreviste a su niño depende de dónde usted viva, las alegaciones específicas, y el momento en que ocurrió el citado incidente. Si hay algunos testigos, los investigadores probablemente los entrevistarán.

Debido a que las investigaciones de abuso infantil a menudo envuelven a ambos los Servicios de Protección al Niño (Child Protective Services) (Civil) y el Cumplimiento de las Leyes (Law Enforcement) (Criminal), los profesionales asignados al caso trabajarán juntos para recopilar información en un esfuerzo para reducir el nivel de trauma que una investigación puede tener sobre un niño. Una vez que se conducen las primeras entrevistas, el equipo de investigación determinará si el niño debe ser sometido a un examen médico. Después de haber recopilado toda la información relevante y cualquier evidencia, los investigadores entrevistarán al supuesto ofensor.



En toda jurisdicción de Tennessee, los casos de abuso infantil son revisados por un Equipo de Protección al Niño. Este equipo incluye un cuerpo de investigación y alguien de la oficina del Fiscal del Distrito (District Attorney's Office). Después de que se haya revisado toda la evidencia, el equipo hace primero una determinación si existe una "preponderancia" de evidencia.

Si se determina que existe suficiente evidencia, el caso será "tomado", y se decidirá un plan de acción siendo la salud y la seguridad del niño su máxima prioridad.

El equipo entonces evaluará si la evidencia supera el nivel de "cualquier duda razonable." Si la evidencia es lo suficientemente fuerte para respaldar los cargos, el abogado acusador procederá criminalmente contra el supuesto ofensor. Una vez que éste es acusado, tendrá la opción de declararse culpable o inocente. Un "Inocente" inicial no necesariamente significa que el caso irá a juicio, debido a que el abogado acusador tiene la opción de ofrecer una apelación. Si el caso va a juicio, el abogado de la víctima le proporcionará apoyo y le preparará a usted y a su niño. No es raro que los casos se tomen un año o más para llegar a un juicio.

Si la evidencia no es lo suficientemente fuerte para respaldar los cargos, el caso puede ser declinado, sin embargo es tomado por el Departamento de Servicios a los Niños (Department of Children's Services). Si no hay evidencia preponderante, entonces este departamento no tomará la investigación, y se cierra el caso.

Si existe suficiente evidencia para procesar o tomar un caso, esto no quiere decir que su niño mintió. Por lo tanto es necesario que usted continúe apoyando a su niño y que le mantenga el acceso a los servicios que necesite.

¿Qué pasará si mi niño fue abusado por un hermano que vive en la misma casa?

Una de las experiencias más dolorosas para los padres es saber que uno de sus niños ha abusado sexualmente de uno de sus hermanos o hermanas. En tal caso los padres atraviesan comúnmente por una etapa de pensamientos y emociones de confusión que incluye horror, shock, negación, rabia, miedo, vergüenza y culpa.

Para reducir el daño al niño abusado, es crucial que el niño que cometió el abuso no tenga más acceso a su hermano y/o hermana. También es importante que usted no responda de una manera psicológica o emocionalmente dañina a ninguno de los dos niños.



Una de las respuestas dañinas hacia el niño que fue abusado es acusarlo de que miente, culparlo, rechazarlo y negarle el derecho de mantener su privacidad. Algunas respuestas que pueden beneficiar al niño incluye crearle y protegerlo de los abusos, ofrecerle apoyo, convencerlo de que no fue su culpa y ayudarlo a obtener ayuda.

Si usted tiene un esposo o compañero, es muy importante que mantenga una comunicación abierta, expresar rabia, frustración y miedo de una manera sana, y discuti con otros ADULTOS en un grupo de ayuda terapéutica cómo el abuso ha impactado y cambiado a su familia.

Algunos padres describen el haber experimentado una pérdida del control sobre su familia y necesitan ayuda para identificar lo que todavía pueden controlar y cómo pueden ayudar a todos sus niños. Podría ser de ayuda crear un círculo de familiares y amigos que puedan proveerle a usted y a su familia con la ayuda necesaria para atravesar este momento difícil.

El tratamiento para el niño que cometió el abuso consistirá amenudo en la participación de terapias individuales, en grupo y familiares, para que aprenda cómo controlar el comportamiento y controlar los impulsos, y que entienda los patrones de abuso, y desarrolle y refuerze hábitos de tolerancia y que se ayude con traumas previos, y aprenda acerca de una sexualidad sana.

Se ha logrado avanzar mucho en el tratamiento de la juventud y de los adolescentes con problemas de comportamiento sexual durante los últimos 20 años.

Como padre o representante, usted podrá aumentar la oportunidad de que su niño triunfe ofreciéndole su apoyo y participando en su tratamiento.

Ayudando a Mi Niño a Tolerar la Situación

¿Qué es un trauma?

Exponerse a un evento o experiencia que

- haga sentir miedo
- haga sentir a la persona desvalida
- sea muy intensa y alarmante
- produzca sentimientos de que la vida está siendo amenazada

-Soluciones para Traumas de Lifeforce

¿Qué puedo hacer para ayudar a mi niño, y fomentar su fortaleza?

Fortaleza - La habilidad para recuperarse del trauma, la adversidad, la injusticia o de un cambio.

La intervención terapéutica con un profesional que se especializa en abuso sexual infantil es una de las mejores formas para apoyar la fortaleza de su niño. Muchos padres esperan que si el abuso nunca se menciona de nuevo su niño simplemente lo olvidará. Las investigaciones no están de acuerdo con esto.

Por el contrario, las investigaciones demuestran que los niños que no lidian con el trauma y que no tienen apoyo emocional tienden a tener resultados desfavorables.

La ayuda de un consejero ayudará a su niño a organizar sus experiencias y a responder a la vida diaria de una manera sana. Un consejero calificado le ayudará a su niño a lidiar con los sentimientos de pérdida, traición, dolor y rabia, además de reemplazar las habilidades negativas por habilidades sanas para soportar la situación. Un consejero puede ayudar también al niño a sentir que tiene algo de control sobre lo que pasó y sobre su propio futuro.

Como padre o representante, el apoyar sin juzgar son las respuestas más importantes que usted le puede ofrecer a su niño. Su habilidad para disminuir los sentimientos de vergüenza o de responsabilidad personal que su niño pudiera estar experimentando lo ayuda a sanarse y facilita los resultados positivos.

La fortaleza puede ser fomentada también proveyendo a los niños con reglas y expectativas familiares consistentes, manteniendo rutinas estructuradas, siendo positivo, inspirando esperanza para el futuro y dándole un sentido de propósito a su vida.

Me preocupa el comportamiento sexualizado de mi niño. ¿Qué debo hacer?

La mayoría de los niños exhiben algunos comportamientos sexualizados. Durante los años preescolares, los niños normalmente desarrollan curiosidades por sus cuerpos. Esta curiosidad los puede llevar a tocarse a sí mismos, particularmente durante el baño, las horas de descanso, o se envuelven con otros niños de la misma edad en comportamientos de exploración.



Los comportamientos sexualizados no se relacionan siempre con el abuso sexual, y es importante que los padres o personas que los cuiden no los hagan avergonzar si los llevan a ver en este comportamiento. Las respuestas que les causen vergüenza pueden llevarlos a pensar que sus partes privadas son malas o sucias. Como resultado, tales respuestas interferirán con la habilidad de su niño de poder hablar con usted acerca de los problemas físicos que le puedan ocurrir, tal como síntomas urinarios, constipación y abuso sexual.

Los estudios actuales conducen a fijarle barreras a los niños. Enséñele a su niño los momentos y los lugares apropiados donde puede tocarse sus partes privadas, tal como en la privacidad de su habitación o en el baño. Incorpore la necesidad de lavarse las manos después de haberse tocado.

Si el tocarse se hace excesivo e interfiere con la habilidad del niño para participar en las actividades normales como comer, jugar o dormir entonces se le considera problemático y debe ser discutido con un médico.

Mi niño fue abusado sexualmente por una persona de su mismo sexo. ¿Hará ésto que mi hijo sea homosexual?

No. La orientación sexual es un término frecuentemente usado para describir la atracción romántica, emocional o sexual de una persona hacia otra. Las investigaciones revelan que la historia del abuso sexual de un niño no prevalece más en los niños que crecen identificándose a sí mismos como homosexuales, lesbianas, o bisexuales que en los niños que se identifican a sí mismos como heterosexuales.

Ayudando a Mi Niño a Tolerar la Situación

¿Por qué necesito una terapia si el abuso le ocurrió fue a mi niño?

El abuso sexual es un acto que no viola solamente a la persona abusada, sino a la familia completa. Para poder ayudar a sanar al niño, usted tiene que encontrar formas de ayudarse a sí mismo. El consejero no sólo le suministrará apoyo, le ayudará también a responder preguntas, lidiar con sus propios sentimientos de pérdida y traición, a darle ideas y herramientas para responder y enfocar el comportamiento de su niño, y ayudarle a desarrollar nuevos puntos de vista.

Lo más importante es que usted tendrá alguien que lo apoye cuando usted sienta que nadie lo entiende y que hay alguien hacia quien mirar. Algunas sugerencias para auto ayudarse son:

- Descansar
- Leer
- Caminar
- Ejercitar
- Salir a pasear
- Escribir
- Meditar
- Rezar
- Escuchar música
- Un masaje
- Comer sano
- Un baño de sol
- Ver una película que levante el ánimo
- Visitar personas positivas y que lo apoyen

Si usted también fue abusado en el pasado, es también importante evaluar cómo el abuso de su niño ha afectado su propio nivel de trauma. Es esencial para los padres separar su propio abuso de el del niño, porque algunos pensamientos, sentimientos y respuestas serán diferentes. Una persona calificada puede darle apoyo a un padre que ha sobrevivido un abuso y prepararlo para darle un mejor apoyo a un niño que también haya experimentado un abuso.

¿Cómo escojo un consejero calificado?

Tómese el tiempo para reunirse y entrevistar al consejero que vaya a trabajar con su niño. Asegúrese de confirmar que el consejero tiene entrenamiento especializado en el campo de abuso sexual infantil y pregúntele acerca de sus experiencias previas trabajando con otros niños en la edad poblacional en que está su niño (o sea pre-escolar, adolescente, o retrasos en el desarrollo).

No tema en pedirle una sesión inicial para observar si este consejero y su niño hacen una buena pareja. La compatibilidad de temperamentos y personalidades es muy importante para una buena relación de trabajo.

Tómese su tiempo para elegir un consejero. Si esta es la primera experiencia de su niño de trabajar con un consejero, usted querrá que sea buena. Una experiencia inicial buena fijará el escenario para una relación terapéutica beneficiosa.

El personal de *Our Kids* le puede proveer una lista de terapeutas calificados, pero le será útil seleccionar el que sea mejor para satisfacer a su niño, a usted y a su familia.



¿Cuáles son unas buenas referencias de lugares donde puedo comenzar a buscar un consejero?

Condado Davidson:

Nashville Children's Alliance	615-327-9958
Catholic Social Services	615-352-3087
Agape	615-781-3000
Centerstone	615-460-4000
Family and Children's Services	615-327-0833
Luton Mental Health Services	615-279-6700
Oasis Center	615-327-4455
Crisis Intervention Center	615-298-3359
-Crisis Line	615-244-7444

Sexual Abuse Center:

Nashville	615-259-9955
Clarksville	931-647-3636
Crisis Line	800-879-1999

YMCA Domestic Violence Crisis Line	615-297-8833
HomeSafe of Summer, Condados Wilson & Robertson	615-452-5439

¿Hay alguna manera de hablarle a mis niños sobre la seguridad personal sin asustarlos?

Los padres, maestros y otros adultos que cuidan niños a menudo le ofrecen instrucciones de seguridad para conducir bicicletas, nadar y para andar en la calle. Los niños no le temen a las bicicletas, a las piscinas y a la calle como resultado de estas instrucciones. El enseñarle seguridad personal en relación con el cuerpo puede ser abordado en la misma forma directa, con hechos claros. Algunas ideas de cómo hablar con los niños sobre seguridad personal son:

1. Cuando le hable de medidas de seguridad personal incluya las que tienen que ver con que le toquen su cuerpo.

"Si alguien te toca el cuerpo de una manera que te hace sentir mal, dímelo a mí o a _____. Nosotros te creemos y te ayudaremos."

2. Repita las instrucciones de seguridad a menudo.

*"En la familia nosotros nos contamos cuando alguien toca nuestros cuerpos."
"Los adultos no tienen que tocar las partes privadas de los niños a menos que sea por razones de salud o de higiene."*

3. Establezca sus propias reglas familiares.

"Nunca le digas a nadie que vas a estar solo en la casa."

"Tu opinión es importante cuando estemos probando a una niñera nueva o cuando tengamos problemas con una niñera."

"Tú puedes decirle que "no" a cualquier persona que quiere romper una de las reglas de la familia. Yo te respaldaré."

4. Juegue "Que Harías si" para practicar el tomar decisiones.

"Si estuvieras jugando (en algún lugar en el que no se supone debes estar jugando) y un hombre o una mujer trataran de meterte dentro de un carro."

"Si alguien que nosotros conocemos bien te tocara de una forma que te causara confusión y te pidiera que no se lo dijeras a nadie."

5. Ayude a los niños a que desarrollen habilidades de certeza.

Practique a que respondan verbalmente:

"No quiero que me haga cosquillas."

"Déjeme solo o llamo a alguien."

"No tengo permiso para hacer eso."

"No."

Practique a dar respuestas que no son verbales:

Practique a safar la mano de alguien que se las ha agarrado, que corran para huir, alejándose, pararse erguidos, con los hombros hacia atrás, mirando a la persona a los ojos y negando con la cabeza.

6. Enséñele a sus niños que los adultos no siempre tienen la razón.

"Si no estás seguro de algo que dice o hace un adulto, pregúntame para yo explicarte."

7. Enséñele a sus niños que hay ciertas cosas que los adultos, los niños mayores y las niñeras no deben hacer.

"Nadie tiene derecho de tocarte las partes privadas de tu cuerpo o hacer que le toques las suyas."

8. Ayude a sus niños a desarrollar un vocabulario digno de las partes de su cuerpo.

Muchos padres y personas que cuidan niños se sienten incómodos o les da vergüenza usar la terminología correcta al referirse a las partes del cuerpo y amenudo usan terminología callejera (o sea gatito, gato, mono o galletita) en lugar de las palabras que corresponden.



Los niños que no conocen otras palabras que éstos modismos pueden sentir vergüenza de pedir ayuda si alguien les toca sus partes privadas, o si ellos cuentan lo que les ha pasado, la persona con quien hablan podría no entender a la parte del cuerpo a que se refiere el niño.

La terminología correcta para las partes del cuerpo (senos, pene, vagina) les da dignidad y les permite a los niños expresarse con claridad. Un posible sustituto para la terminología médica podría ser "partes privadas del cuerpo" o "la partes de un cuerpo que cubre la ropa interior o el traje de baño."

9. Enséñele a los niños a insistir en lo que dicen si ellos le dicen a un adulto algo importante y el adulto no les entiende.

10. Enséñele a los niños que las reglas de seguridad personal aplican todo el tiempo

No solamente con extraños, hombres o con las niñeras. A pesar de que las reglas de instrucciones de seguridad cuando se trata de extraños son muy importantes, no es común que un extraño abuse de un niño.

¿Cuáles son buenas fuentes de lectura para mi niño?

Pre-escolar y Escuela Primaria en sus primeros años

A Very Touching Book

Jan Hindman, McClure-Hindman Associates. 1985

Steps to Healing Touching

Kee McFarlane & Carolyn Cunningham, Kidsrights, 1990

The Right Touch: Una Historia Contada para Ayudar a Prevenir el Abuso Sexual Infantil

Sandy Kleven, Illumination Arts, 1998

Niños Mayores y Adolescentes

Feeling Safe, Feeling Strong: Cómo Evitar el Abuso Sexual y Qué Hacer si le Llega a Pasar a Usted

Susan Terkel & Janice Rench. Lerner, 1984



How Long Does it Hurt? Una Guía para Recuperarse del Incesto y del Abuso Sexual para los Adolescentes, Sus Amigos y Sus Familias

Cynthia L. Mather, Kristina E. Debye, Judy Wood, and Eliana Gill
Jossey Bass, 2004

Sex Stuff para Niños de 7-17 años

Carole & Marsh, Gallopade Publishing Group. 1989

Recursos para los Padres:

Come Tell Me Right Away: Un Enfoque Positivo para Alertar a los Niños Acerca del Abuso Sexual

Linda T. Sanford, Education Press, 1992

Protect Your Child from Sexual Abuse/Incest Perpetrators

Dorothy M. Neddermeyer , Genesis Consultants, Inc. 1995

Raising Careful, Confident Kids in a Crazy World

Paula Statman, Piccolo Press, 1999

Sexual Abuse of Children and Adolescents. Una Guía Preventiva para Padres, Maestros y Consejeros

William E. Prendergast. Continuum Publication Group, 1996

Shielding Our Innocents: Un Plan de Prevención en Contra del Abuso Sexual

Helene Hinson Staley, Metallo House Publishers

Recursos para Educar a los Niños Acerca del Sexo y la Sexualidad:

Ten Talks Parents Must Have With Their Children About Sex And Character

Pepper Schwartz & Dominic Cappello, Hyperion. 2000

The Family Book about Sexuality

M.S. Calderone & E.W. Johnson. Harper Collins. 1990

Straight Talk: Educación sobre Sexualidad para Padres y Niños de 4-7 años

Marilyn Ratner & Susan Chamblin, Penguin Press, 1985

What Should I Tell the Kids? Una Guía para los Padres sobre los Problemas Reales en el Mundo Real

Ava L. Siegler Plume. 1993



¿Cuáles son algunas páginas del Internet que me pueden ayudar?

National Child Traumatic Stress Network
Nashville Rape and Sexual Abuse Center
You Have the Power
The National Center for Missing and Exploited
Children
National Child Advocacy Center
National Center of Sexual Behavior of Youth
Centers for Disease Control and Prevention
Child Welfare Information Gateway

www.nctsnet.org
www.rasac.org
www.yhtp.org

www.missingkids.com
www.nationalcac.org
www.NCSBY.org
www.cdc.gov
www.childwelfare.gov