



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Cómo enseñar a los hijos el respeto por su cuerpo y a prevenir el abuso sexual

Autor/es: Ana Martínez Rubio (Centro de salud de Camas, Sevilla). Narcisa Palomino Urda (Centro de salud Las Flores, Granada).

[Volumen 8. N°4. Diciembre 2015](#) [1]

Palabras clave: [prevención](#) [2], [abuso sexual infantil](#) [3], [maltrato infantil](#) [4]

Según las estadísticas, uno de cada cinco niños puede ser objeto de violencia sexual en algún momento de su infancia. Dentro de esta violencia se incluyen los abusos sexuales. Ocurre en cualquier momento de la infancia y en ambos sexos. En niños de cualquier raza, religión o estrato social. A menudo, quien lo hace es una persona que el niño conoce e, incluso, una persona muy cercana y querida. También puede ser otro niño o adolescente.

El abuso sexual infantil es una de las formas de maltrato infantil.

Tú puedes evitar que le ocurra a tu hijo.

Empieza a ensayar un estilo de comunicación abierto, claro y cercano para prevenir.

Los padres, por lo general, callamos; nos da miedo hablar del tema “no vaya a ser” que el niño o la niña se empiecen a interesar “demasiado pronto” por el sexo.

Pero, si queremos protegerlos, habrá que explicarles algunas cosas. Con lenguaje sencillo. Dejar claro qué partes de su cuerpo no deben ser tocadas por otras personas (incluidos familiares o conocidos). Y explicar la diferencia entre algunos secretos, digamos, “buenos” y otros que les hacen sentir mal.

Se suele recomendar que los padres expliquen a los niños desde edades tempranas que las partes del cuerpo cubiertas por la ropa interior (braguitas o calzoncillos) son zonas que no debe tocar ninguna otra persona.

Conviene que haya una comunicación fluida, crear una atmósfera amigable, hablar claro. Si te sientes incómodo por hablar de este tema, piensa que, probablemente, es más difícil para ti que para el niño.

Mensajes para transmitir a los hijos

1) Tu cuerpo es tuyo. Nadie debe tocarlo sin pedirte permiso.

Todas las partes del cuerpo tienen nombre. Las "partes íntimas" también lo tienen. Hay que enseñarle los nombres correctos. Aunque a veces se utilicen otros más "familiares", el que los genitales sean casi "innombrables" hace difícil hablar del tema, contribuye a la vergüenza y... a la confusión. De modo que debéis utilizar de forma habitual, sin risitas ni guiños, las palabras pene, vulva, testículos y ano.

Las partes cubiertas por las bragas o calzoncillos no las debe tocar nadie. Son zonas privadas.

Hay que enseñarle a decir un NO firme ante cualquier contacto inapropiado o situaciones inseguras. Insistir en que se aleje y que pida ayuda a una persona de confianza. Y esa persona debe tomárselo en serio.

"Si alguien te quiere tocar, te debe pedir permiso. Y tú puedes decir sí o no. O sea, que si alguien te da la mano o te hace una caricia en la cara, puedes aceptarla si tú quieres. Pero, si alguien quiere tocarte bajo la ropa interior, tienes que decir NO y venir corriendo a decírmelo a mí. Y, si yo no estoy, acudir a tu profesor" (habrá que tener alguien de referencia en los distintos ámbitos).

2) A veces te sientes bien cuando alguien te toca o te acaricia y, en cambio, otras te sientes muy "raro". Si te sientes mal cuando alguien te toca, cuéntamelo.

Para aclarar a un niño la diferencia entre tocamientos adecuados o inadecuados, buenos o malos, hay que ayudarle a que se dé cuenta de lo que siente ante el contacto.

Si un niño no quiere dar besos, si hace gestos de rechazo ante las caricias, hay que respetarlo. Quizá siente cosas que no entiende. Lo vive como una intromisión. No lo fuerces. Apóyalo.

Es bueno que sea consciente de eso que siente. Ayúdale a expresarlo con palabras.

Un niño pequeño no siempre reconoce un tocamiento adecuado o inadecuado. Por eso hay que explicar que no está bien que una persona lo mire, o toque sus partes íntimas, o le pregunte si él puede mirar o tocar las de otra persona.

También hay que aclarar que, a veces, algunas personas pueden tener que mirar o tocar esas partes (la cuidadora de la guardería, el pediatra, la enfermera, los propios padres), pero que, en general, él debe decir que no si se trata de otra persona, sobre todo si se siente incómodo.

3) Hay secretos buenos y secretos malos.

Una táctica habitual de los abusadores es decir "esto es un secreto entre tú y yo", y por eso es importante enseñar al niño la diferencia entre secretos buenos y malos.

Para explicar la diferencia entre un secreto bueno (como una fiesta sorpresa) y uno malo (algo o alguien que te hace sentir miedo, o te hace pensar que eres malo o sucio), los padres deben enseñar a sus hijos a compartir los secretos con ellos.

Hay que enseñarles a que se den cuenta de lo que sienten. Y explicarles que los vamos a escuchar y creer si nos cuentan eso que sienten.

Un secreto que te haga sentir incómodo, ansioso, que te ponga triste o te dé miedo no es bueno, y no lo debes guardar. Tienes que decírmelo a mí o a una persona que vamos a elegir juntos. (Se debe compartir con una persona en quien confíe: papá, mamá, un profesor, el pediatra, un policía...).

4) Hay algunas personas en quienes sí puedes y debes confiar.

El niño debe saber que hay algunos profesionales que le pueden ayudar: profesores, trabajadores sociales, médicos, el psicólogo escolar, la policía. También podéis enseñarle, según su edad, que hay una línea telefónica a la que se puede llamar para pedir consejo o ayuda.

5) No es culpa tuya

Cuando un niño sufre abusos, se siente avergonzado y culpable, y tiene miedo. Los adultos deben evitar crear tabúes acerca de la sexualidad y asegurarse de que los niños saben a quién deben dirigirse cuando sientan que hay algo raro. **Los padres debemos prestar atención a sus sentimientos y comportamientos.**

La prevención del abuso sexual es una responsabilidad de los adultos. No se puede echar la culpa al niño de lo ocurrido. Puede haber muchas razones por las que un niño puede rechazar ser tocado o besado por una persona (sea adulto o niño). Eso se debe respetar. Tu hijo debe saber que puede hablar contigo de ese asunto y que no le vas a reprender por ello

6) Tienes una red de seguridad. Hay personas en las que sí puedes confiar.

Hay adultos presentes en la vida del niño que le pueden ayudar. Tu hijo debe conocer a las personas que forman su "red de seguridad" y lo debes animar a que hable con esas personas que habéis elegido para confiar. Estas personas tienen que estar accesibles, tener capacidad de escucha y estar listos para ayudar. Conviene que tenga alguna dentro del hogar y otra fuera del círculo familiar cercano.

Tu hijo debe saber cómo contactar con esas personas en cualquier momento.

7) Otras cosas que conviene saber y, quizás, explicar

En la mayoría de los casos, la persona que comete abusos sexuales contra un menor es alguien que el niño conoce. Y por eso resulta muy difícil que el niño entienda que alguien que conoce y en quien confía, pueda abusar de él. Ten en cuenta que los abusadores suelen desarrollar un proceso de persuasión para ganarse poco a poco la confianza del niño.

Es especialmente doloroso el abuso sexual cuando el agresor es un adulto que debería estar protegiendo al niño (profesores, monitores). Y más doloroso aún si pertenece al propio entorno íntimo familiar (incluido padres, otros familiares, nuevas parejas tras divorcio de los progenitores, amigos de la familia...).

Por tanto, pide a tu hijo que te cuente si alguien le da regalos, le pide que guarde secretos o quiere estar a solas con él. Esto debe ser una regla a seguir siempre, tanto en casa como en la escuela o en cualquier otro lugar que el niño frecuente.

Otras veces, las menos, el perpetrador es alguien extraño. Recuerda a tu hijo normas simples acerca del contacto con desconocidos: nunca se debe subir al coche de un desconocido, ni aceptar regalos o invitaciones de personas que no conoce.

¿Qué hacer si sospechas que tu hijo (u otro niño) ha sufrido abuso?

Si tienes la sospecha de que un niño puede estar siendo objeto de abuso, es fundamental que el niño no sienta que estás enfadado con él. Hay que evitar que crea que él ha hecho algo malo.

Pregunta lo más serenamente posible **qué es lo que ha pasado, cuándo y con quién**, pero **no le preguntes por qué** hizo o no tal cosa.

Intenta no mostrarte alterado ante sus respuestas en presencia del niño. De lo contrario puede que se sienta culpable y se retracte de lo dicho.

Tampoco hay que apresurarse a sacar conclusiones basadas en información escasa o poco clara. Asegura al niño que vas a hacer algo sobre del tema y contacta con alguien que os pueda ayudar, como un psicólogo, médico, trabajador social o la policía. El teléfono Europeo de Ayuda a la Infancia 116111 es un servicio gratuito atendido por profesionales cualificados.

El abuso sexual es un delito, por lo que, si tenemos sospecha de que el abuso ha ocurrido, se debe denunciar. En nuestro medio, se puede comunicar esta situación desde cualquier persona e institución en contacto con el niño: educación, servicios sanitarios, servicios sociales, policía o personas particulares.

En los servicios sanitarios, puede acudir al pediatra, ya sea en el centro de salud o en el servicio de urgencias.

Desde allí también se hará una valoración con la entrevista y exploración del menor y se comunicará al juzgado de guardia.

Recuerda: La prevención del abuso sexual infantil es una tarea de los adultos

MENSAJES PARA LOS NIÑOS

- Tu cuerpo es tuyo. Nadie tiene derecho a tocarte si tú no das permiso.
- No dejes que nadie mire ni toque tus partes “íntimas”. Las bragas o los calzoncillos son una frontera de las zonas del cuerpo que las demás personas no pueden ver o tocar sin tu permiso. *(Aclarar que puede haber algunas excepciones, como cuando se va al médico)*
- Nadie te puede obligar a que mires o toques las partes íntimas de otra persona (niño o mayor).
- Si alguien te pide que guardes un secreto muy especial, pero ese secreto hace que te sientas mal, que tengas miedo, me lo dices a mí o a... *(elegir otra persona de confianza de fuera del entorno de la casa)*
- No es culpa tuya. Cuenta qué ha pasado, dónde y con quién. Te escucho.

NOTA ACLARATORIA:

Este texto está adaptado de la [“Campaña del Consejo de Europa para la Prevención de la Violencia Sexual contra la Infancia: UNO de cada CINCO \[5\]”](#). En España, esta campaña está siendo coordinada por la [Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil \[6\]](#) (FAPMI), con la colaboración del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

La violencia sexual incluye diversas conductas, entre las que se encuentran el abuso sexual infantil y adolescente y sus distintas tipologías, como pueden ser la violación, los tocamientos inadecuados o el exhibicionismo. Junto a estas, la violencia sexual contra personas menores de edad incluye el uso de niños, niñas y adolescentes en la producción de material pornográfico, la prostitución infantil y la trata de personas menores de edad con fines de explotación sexual o el turismo sexual.

Los datos disponibles sugieren que aproximadamente 1 de cada 5 niños en Europa son víctimas de alguna forma de violencia sexual. Se estima que en el 70% y el 85% de los casos, el agresor es alguien que el niño conoce y en quien confía. La violencia sexual infantil puede tomar muchas formas: el abuso sexual dentro del círculo familiar, la pornografía infantil y la prostitución, la corrupción, solicitud a través de Internet y la agresión sexual por parte de sus compañeros.

A través de [“La Regla de la ropa interior \[7\]”](#) o, traducida al castellano, [“La Regla de Kiko \[8\]”](#) se pretende ayudar a padres, madres y educadores a explicar a los niños y niñas donde no pueden tratar de tocarles otras personas, cómo reaccionar y a quién dirigirse. En ella encontrarás un cuento para niños de tres a siete años ([“Kiko y la mano \[9\]”](#)), así como carteles, poster. [La FAMP ha editado otros materiales para padres y educadores \[10\]](#).