Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

¿Cómo proteger a los niños y niñas del abuso sexual? Algunos consejos para los padres y las madres

Lo que deben saber los padres y las madres sobre el abuso sexual infantil (III)

Muchos padres y madres, incluso algunos profesionales, no se atreven a hablar con los niños y las niñas del abuso sexual infantil. Y esto ocurre porque no es una tarea fácil. Los padres temen que esta conversación contamine la mente limpia e inocente de un niño. Creen que van a asustarles, que les provocarán pesadillas, o van a volverles desconfiados. Temen, en una palabra, traumatizarles.

Por otra parte, tampoco saben bien cómo hacerlo. Se encuentran sin recursos y sin la preparación oportuna.

Es necesario preparar a los niños y a las niñas para que sepan detectar el abuso y defenderse de él así como preparar a los padres para que puedan llevar a cabo esta ineludible y necesaria tarea.

La primera estrategia de prevención frente al abuso es establecer una relación cálida y de confianza entre padres e hijos para que los niños puedan contar cualquier cosa que les ocurra. Así se podrá intervenir a tiempo.

Los padres deben conocer que el abuso sexual existe, que son muchos los niños y niñas que lo padecen (uno de cada cinco niños) y que su hijo puede ser uno de ellos. Es decir, tomarán conciencia de esta terrible realidad pero sin dramatismo, sin alarmarse.

Pero eso sólo no basta. Además deben conocer los indicadores de abuso para poder identificarlos en su hijo. Y preparar a los niños. Ellos también deben saber cómo actuar si se encuentran ante esta circunstancia.

¿Cómo preparar a los niños? ¿Cómo hablar con ellos del abuso?

A los niños también se les dará la oportunidad de poder defenderse. Necesitan aprender una serie habilidades para que sepan identificar, rechazar e informar de la presencia de determinadas conductas en su entorno.

Y se puede hacer sin hablar de sexo, especialmente con los más pequeños. Se les puede decir que hay personas que les piden a los niños que se quiten la ropa o que les tocan de una manera rara, diferente, y que les hacen sentir incómodos o les da asco o sienten miedo y vergüenza. Y que si eso les pasa alguna vez deben contárselo enseguida a una persona de su confianza. Sea quien sea la persona que les haga eso. Porque puede ser alguien que no conocen de nada o una persona a la que conocen mucho. Da lo mismo, lo deben contar siempre. Aunque esa persona les haya pedido que no lo cuenten, que no le digan nada a nadie, incluso si les amenazan con hacerles daño.

Al tomar conciencia del riesgo de sufrir abusos, aunque no hablemos con él de sexo, al niño se le está dando la oportunidad de poderse defender. Pero sin crear alarma, durante una serie de conversaciones con el niño mantenidas en el tiempo, conversaciones tranquilas, sencillas, donde se les transmite el riesgo, lo qué puede hacer él y que siempre podrá contar con nosotros.

Los niños aprenderán a decir NO y los adultos a tener en cuenta sus sentimientos. Son justamente los niños más dóciles y obedientes los que presentan un mayor riesgo de sufrir abusos porque han aprendido a obedecer siempre a los adultos sin cuestionar sus órdenes.

¿Y si el niño nos cuenta que ya ha sido abusado? ¿Cómo deben reaccionar los padres?

La primera medida es escucharle, dejar que hable y diga todo lo que tiene que decir. Y escucharle con atención, sin prisas, sin interrumpirle. Manteniendo la calma para no asustar al niño y que siga contando lo que le ha ocurrido. Aunque, por supuesto, esto no es nada fácil para ningún padre o madre. Deben recordar en esos momentos que el que el niño lo haya contado ya es el primer paso para que no pase más. Quedarse bloqueado o alarmarse en exceso son reacciones muy comprensibles pero que no ayudan al niño.

Otra medida es la de creer siempre a un niño o niña cuando cuenta que le ha pasado algo de este tipo. Jamás se debe poner en duda lo que dice. Entre otras cosas porque casi siempre dice la verdad. Una reacción de incredulidad por parte de los adultos puede llevar a que el niño calle para siempre. Y esto se hace cuando se cuestiona la veracidad de lo que dice con preguntas como *"¿Seguro que eso es lo que te ha pasado?, ¿no te lo estarás inventando?"*.

Es muy difícil que un niño se invente conductas sexuales cuando estas no están dentro de las experiencias y conocimientos propios de su edad. No se puede fantasear con lo que no está dentro del campo de experiencias. Crea a su hijo y dígaselo, dígale que le cree. Y reconózcale lo valiente que ha sido al contarlo.

Se le transmitirá que lo ocurrido no ha sido culpa suya. Los sentimientos de culpa son una de las secuelas que más daño les hace. Comprender esto hará más fácil que padres y madres liberen a sus hijos de la pesada carga de la culpa. Una frase como *"no ha sido por tu culpa"* será de gran ayuda para el niño. Porque, en estos casos la culpa siempre es del adulto.

Tampoco se le debe percibir como un monstruo o un obseso pervertido. Le haya pasado lo que le haya pasado sigue siendo un niño que necesita de la ayuda de sus padres.

Ni se le debe forzar para que lo cuente todo. Es clave respetar su ritmo y permitir que el niño vaya contando lo sucedido en la medida que sus emociones le permitan.

Se le pueden pedir aclaraciones sobre lo que le ha pasado pero sin sugerir las respuestas para no contaminar el relato del menor y acabar consiguiendo que el niño diga lo que sus padres quieren o temen oír.

Un tono de voz tenso o unos padres crispados y nerviosos harán que el niño se arrepienta de haberlo contado y sentirá que sus padres están enfadados con él porque todo ha sido por su culpa.

Tampoco es conveniente mostrarle al niño lo afectado que están sus padres porque de nuevo pensará que sus padres sufren por su culpa y hubiera sido mejor que él se hubiera callado y no hubiera contado nunca lo que le

ocurría.

Le seguirán tratando con normalidad. Muchos padres tienden en estos momentos a sobreproteger a su hijo. Y bajo la idea de *"pobrecito, lo que ha tenido que pasar"*, relajan las normas y límites y empiezan a consentirle todo.

Se debe normalizar la vida del niño quien volverá a sus actividades habituales. No hay razón para que no siga acudiendo al colegio o a sus clases de inglés o al deporte, excepto en los casos donde el abuso haya ocurrido allí.

Y, por supuesto, transmitirle que le seguimos queriendo igual que antes. Uno de los miedos ocultos de los niños es que sus padres les dejen de querer por lo que les ha pasado.

Además, los padres tomarán todas medidas necesarias para que el abusador no tenga acceso al niño y se vuelvan a repetir los abusos o le amenace por haberlo contado o le presione para que diga que era todo mentira, que se lo había inventado. A esto se le denomina ***retractación***, es decir, retirar algo que se ha dicho. Cuando un niño se retracta de su confesión de abusos es un indicio más de que los abusos son ciertos.

Unas últimas cuestiones de gran importancia. Los padres llevarán al niño a su pediatra o a su médico, según la edad, y le contará lo ocurrido para que pueda explorar los daños físicos y/o psicológicos que hubiere y solicitar las pruebas que crea pertinentes. Y, paralelamente, los padres pondrán los hechos en conocimiento de las autoridades, juez, fiscal o policía. El abuso sexual infantil es un delito tipificado por la ley. El niño abusado merece que se le haga justicia.

(*Te invitamos a leer y escuchar la noticia publicada el pasado mes de Julio 2016 en distintos medios de comunicación, de la que se hace eco la web de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria:* ¿Están nuestros menores protegidos cuando se trata de abuso sexual infantil en su entorno familiar?)

Resumiendo…

- *Escuchar atentamente al niño.*
- *Mantener la calma.*
- *Creer lo que el niño le cuente.*
- *Desculpabilizarle.*
- *No forzarle nunca a hablar.*
- *Sin preguntas sugestivas.*
- *Evitar el tono de voz y las actitudes amenazantes.*
- *Los padres controlarán las propias emociones.*
- *Evitar la sobreprotección del menor.*
- *Normalizar su vida.*
- *Transmitirles que se les sigue queriendo.*

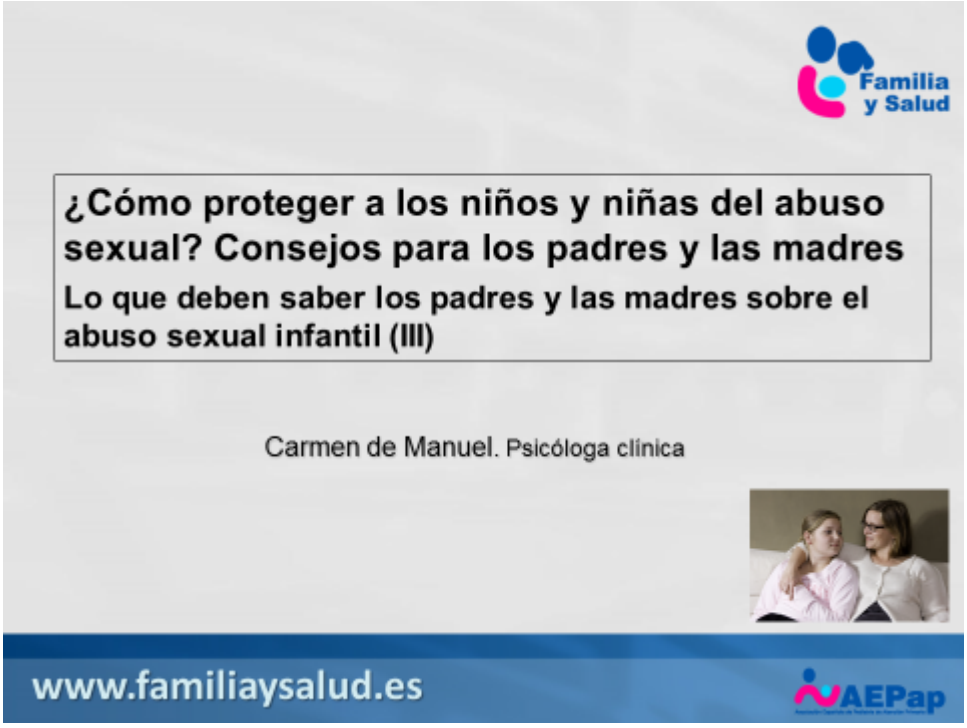
- *Proteger al niño del abusador.*
- *Consultar con su médico.*
- *Informar a la autoridad legal.*

El reto de los padres, y de toda la sociedad, es lograr que los niños abusados crezcan con una percepción positiva de la sexualidad.

Algunos enlaces útiles

- Noticias *AEPap*: ¿Están nuestros menores protegidos cuando se trata de abuso sexual infantil en su entorno familiar?. Hace referencia a como recogen distitnos medios de comunicación una noticia en la que una niña de 9 años registra una conversación con su padre en la que este habla de los tocamientos a los que la somete y de como el sistema judicial había archivado la denuncia de abuso sexual por falta de pruebas, ya que los peritos argumentaron que la niña no se explicaba bien.
- "La Regla de Kiko". Se trata de una una serie de herramientas educativas, de carácter divulgativo, para padres y educadores elaborada por el *Consejo de Europa* para prevenir la violencia sexual contra los niños, niñas y adolescentes. Se puede descargar el pdf de la Guía: Enseñe a su hijo "La Regla de Kiko". Dirigida a niños entre 3 y 7 años.
- El Libro: Kiko y la mano (también puedes descargarlo en pdf). En formato de cuento es una guía sencilla para padres, madres y educadores que desean ayudar a los niños.
- Abuso y violencia sexual. Violencia contra la infancia. Página de la Web de la ONG *Save the Children* con historias y artículos relacionados con este tema. (Si eres profesional, puede interesarte su documento: *'Violencia sexual contra los niños y las niñas. Abuso y explotación sexual infantil'. Guía de material básico para la formación de profesionales* - que puedes descargar en pdf).
- Fundación ANAR - Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo: **Teléfono de Ayuda a Niños y Adolescentes**: **900 20 20 10** (desde cualquier lugar de España) ó **116 111** (desde las Comunidades Autónomas de Aragón, Asturias, Baleares, Canarias, Cantabria, Castilla y León, Extremadura, Navarra, La Rioja, Madrid, Región de Murcia, y Ceuta y Melilla).
- *Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil (FAPMI)*
- *ASPASI. Asociación para la Sanación y la Prevención de los Abusos Sexuales en la Infancia*. Web que nace ante la necesidad de dar información, formación y herramientas a la sociedad sobre es te tema.
- C. de Manuel: Palabras Prohibidas. *Ediciones Bellaterra*. 2014. En formato de novela, se narra el drama que viven las víctimas pero también se desvela el perfil del abusador.
- Barudy, J.: El dolor invisible de la infancia. *Paidós* (1998). Una lectura ecosistémica del maltrato infantil.

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



Fecha de publicación: 19-10-2016

Autor/es:

- Carmen de Manuel Vicente. Psicóloga clínica. Unidad de Salud Mental Infanto-Juvenil. Cádiz

CC BY NC ND