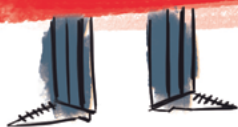




RESPECTEN

MI

CUERPO



Un manual para adultos que quieran
conversar con niños y niñas sobre los
límites del cuerpo y el abuso sexual.



Save the Children



© Save the Children Suecia 2014

Art no_ 11484

Primera edición

Autora_ Anna Norlén

Editoras_ Yara Anttila,

Ylva Edling

y Anna Fairbrass

Diseño_ Elena Abad

Ilustraciones_ M. Laura Brenlla

Save the Children Suecia

infolac@savethechildren.org

www.savethechildren.net

Save the Children es la organización independiente líder en el mundo sobre los derechos de los niños. Trabajamos en alrededor de 120 países. Salvamos las vidas de los niños; luchamos por sus derechos; los ayudamos a desarrollar su potencial.



Introducción

Nosotros, los adultos, estamos acostumbrados a hablar con los niños y niñas sobre normas, valores, virtudes y defectos. Normalmente somos buenos para explicar que está mal pelear, tomar las cosas de otra persona o decir malas palabras. Explicamos cómo ser un buen amigo y hablamos sobre los conflictos y peligros de Internet. Pero existen temas que muchos de nosotros, los adultos, encontramos difíciles para conversar con los niños y niñas, tales como las relaciones, las partes privadas del cuerpo y lo que se puede y no se puede hacer con el cuerpo de los demás.

Cuando se tratan temas de violación o abuso sexual infantil en los medios de comunicación, Save the Children suele recibir inquietudes de los padres y madres de familia y de otros adultos sobre la manera en que pueden abordar el tema con los niños y niñas. **¿De qué manera puedo expresarme sin causar preocupaciones o miedos? ¿Qué es lo que los niños ya saben? ¿Por dónde debería empezar? Pero también: ¿De qué manera puedo proteger a mis hijos?**

¿De qué manera puedes expresarte sin causar preocupaciones o miedos?

Me gustaría que pudiéramos presentar un modo 100% a prueba de fallos para proteger a niños y niñas del abuso y la violación sexual. Eso no es posible. Pero hay mucho que los adultos pueden hacer, precisamente teniendo el valor de conversar con los niños y niñas sobre el cuerpo y sus límites, incluso cuando a veces resulte incómodo. Al concientizar a los niños y niñas —tan pronto como sea posible— sobre el valor de sus cuerpos y sobre cómo decir que sí y que no, podemos darles la sensación de seguridad y el criterio de aquello que es bueno y correcto, ahora y en el futuro. Al mismo tiempo, facilitaremos que los niños y niñas que hayan sufrido abusos puedan hablar al respecto.

Para hacerlo más sencillo para padres de familia y adultos, Save the Children ha elaborado *¡Respeten mi cuerpo!*, que ofrece consejos sobre cómo empezar a conversar con niños y niñas de diferentes edades sobre estos temas. Espero que luego de haber leído *¡Respeten mi cuerpo!* se sientan más confiados para hablar con niños y niñas, sus hijos e hijas o los de otros, sobre el cuerpo y sus zonas íntimas, y que ayuden a darles fuerza interior y un criterio sobre lo que parece bueno y lo que parece malo.

Elisabeth Dahlin

Secretaria General
Save the Children Suecia

Conversar con los niños

¿Alguna vez has conversado, o tratado de conversar, con niños y niñas sobre asuntos relacionados con el cuerpo, la definición de límites y las relaciones?

Si lo has hecho, probablemente sepas que puede resultar incómodo y difícil. Como padres y madres de familia y adultos, es posible que evitemos el tema por miedo a asustar al niño o niña o a provocar pensamientos “inadecuados”. El lenguaje —la dificultad de encontrar las palabras adecuadas y el contexto correcto— también puede ser percibido como un obstáculo, como lo puede ser el desafío de encontrar el nivel correcto: *¿Cómo lo entenderá mi hijo o hija? ¿Lo estoy haciendo demasiado avanzado? ¿Cómo puedo explicar esto?* Quizás estas preocupaciones suenen conocidas.

Existen importantes motivos por los que debemos conversar abiertamente con los niños y niñas sobre su derecho a cuidar su propio cuerpo, los límites relacionados con lo que se permite a otros hacer con su cuerpo y lo que está bien que haga un niño o niña con el cuerpo de otra persona. Así que incluso si nos tropezamos con las palabras, si terminamos en el nivel “equivocado” y tenemos que empezar de nuevo, seguimos haciéndoles un gran servicio a los niños y niñas simplemente con una mentalidad abierta. Al atrevernos a discutir temas íntimos, hacemos que sean menos tabú y esto envía una señal importante: No hay problema si hablamos de esto. Permitimos que los niños y niñas se sientan seguros sabiendo que sus cuerpos son valiosos y que son ellos y ellas quienes deciden sobre sus cuerpos.

La curiosidad que los niños y niñas sienten sobre sus propios cuerpos y los cuerpos de otras personas desde temprana edad es algo positivo que debe ser fomentado. Al mismo tiempo, es importante ser claros con reglas y códigos más o menos explícitos. Por ejemplo, no debemos permitir que los niños y niñas pequeños toquen sus partes privadas cuando vayan por ahí. Hacemos hincapié en que determinadas zonas del cuerpo son especialmente delicadas y deben ser manipuladas con respeto y cuidado. A la vez, tenemos límites claros sobre nuestros propios cuerpos. Incluso si tenemos un contacto físico cercano y bueno

con nuestros hijos e hijas, debemos ser claros desde temprana edad que también existen límites para este contacto. De este modo, la cercanía se percibe como segura.

A medida que los niños y niñas crecen, así también crece su curiosidad, y su interés por las relaciones íntimas empieza a tomar forma. Su necesidad de orientación y de conversaciones sobre los límites cambia. Como adultos, es importante estar disponibles incluso hasta los años adolescentes para hablar sobre normas, virtudes y defectos y el desarrollo corporal.

Al estar disponibles, como adultos y padres/madres de familia, para discutir estos asuntos —durante todas las etapas del desarrollo infantil—, contribuimos con un sentido bien desarrollado de identidad y de seguridad en el niño y niña.

Pero, ¿cuándo es el momento indicado para conversar con nuestros hijos/hijas?

¿Y cómo? Al contrario de lo que quizás supongamos, no se trata de sentarse para una larga y seria conversación en un momento preciso. En lugar de eso, se trata de una actitud, de estar atentos y de aprovechar el momento en nuestra vida cotidiana. Y de hacerlo continuamente, a lo largo de la infancia.

Así ustedes tengan niños/niñas pequeños o adolescentes, deben hablar con ellos sobre estos temas. Deben adaptar el lenguaje y los contenidos a la etapa de desarrollo del niño/niña. Y esto se puede lograr de diferentes maneras.

¿Cómo hacer esto? ¿Qué entiende un niño/niña de 3 años? ¿Y cómo hablarle a un adolescente? En las siguientes páginas, les daremos consejos sobre cómo hablar con niños y niñas de todas las edades.





El niño más pequeño

Los niños y niñas pequeños se encuentran siempre muy ocupados conociéndose a sí mismos y a su entorno. Se pasan mucho tiempo descubriendo cómo funcionan sus cuerpos y lo que pueden y no pueden hacer. Normalmente, esto lo hacen acompañados de un adulto, básicamente porque el niño y la niña dependen de ayudas.

En todas las situaciones en las que cuidemos y criemos a un niño/niña, por ejemplo al bañarlo, cambiar los pañales, aplicar lociones o alimentar al niño o niña, puedes indicar de varias maneras que **se trata del propio cuerpo del niño/niña, que tiene su propio valor, y tú puedes ayudar a tomar decisiones sobre él, incluso cuando alguien debe estar allí para ayudar.**

Una buena manera de lograr esto es permitir —tan pronto como sea posible (el niño o la niña puede tener desde 1 año de edad)— que aprenda cómo lavar sus partes íntimas. Primero puedes mostrarle, en la ducha o la bañera, cómo lavar los genitales y el trasero y dejar que el niño o la niña lo intente por sí mismo. Otra manera es dejar que el niño/la niña participe durante los cambios de pañal, y enseñarle tan pronto como sea posible el modo en que se puede limpiar a sí mismo después de usar el retrete.

La boca es también una parte íntima. Anima al bebé a comer por sí mismo desde temprana edad (incluso si se ensucia) y no le des la comida por la fuerza en su boca. Ya que los niños/las niñas pequeños dependen de la ayuda de los adultos y no siempre se les permite decidir por sí mismos, es importante que dediquemos tiempo para explicarles por qué hacemos cosas con sus cuerpos, tales como cambiar de pañales, y por qué a veces tenemos que hacer cosas que a ellos no les gustan o que no quieren hacer.

Los esfuerzos realizados en la mesa o en el baño pueden ser complicados y consumir mucho tiempo, pero a la larga pueden ser de gran importancia. Al permitir que el niño/la niña participe desde temprana edad estamos fortaleciendo su integridad y su sentido de valor propio.

Como padre/madre de familia o adulto responsable de un niño/una niña pequeño, también podrías tomar en cuenta el contacto físico de él o ella con otras personas. ¿Cómo nos comportamos cuando los parientes, amigos o desconocidos quieren abrazar y besar al niño o la niña? ¿Es posible que lo estemos promoviendo —sin saber cómo se siente el niño o la niña al respecto— solo por cortesía? No fuerces al niño o niña a abrazar, besar o sentarse en las piernas de alguien. En lugar de ordenarle: **Anda, ve y siéntate con la abuela**, pregúntale: **¿Quieres sentarte en las piernas de la abuela?** Esto ayuda al niño o niña a comprender que no debe estar cerca de otras personas si no lo desea. También ayuda a que se pregunte si le parece bien o mal y, por extensión, a definir límites.

Puedes hablar de manera general sobre la importancia de escuchar a otras personas y respetar lo que dicen y lo que desean. Cuando alguien dice: **No, no lo quiero, no me parece bien seguir con lo que estabas haciendo. Eso pondrá a la persona triste, molesta o la asustará.** Los niños y niñas que aprenden a responder ante las señales de otras personas también aprenden a escuchar a sus propios sentimientos y a definir límites para sí mismos.

Cuando el niño o niña tiene de 4 a 5 años de edad, también podemos plantear el hecho de que es posible que algunas personas quieran hacer "cosas malas". Trata de encontrar una manera de hablar sobre esto sin asustar al niño o niña. Puedes explicar que si alguien hace o quiere hacer algo con su cuerpo que ellos no desean, pueden decir que no, y pueden contarles a otros adultos lo que ha ocurrido. Desafortunadamente, es común que cuando los niños y niñas pequeños son víctimas de abusos, el agresor es alguien conocido y a quien posiblemente quieren. Así que tiene sentido decirles a los niños y las niñas que está bien decir que no

incluso cuando quieren a esas personas, tal como cuando un hermano o hermana quiere jugar un juego y ellos no lo desean.

A los niños y niñas pequeños les gusta explorar sus cuerpos mutuamente y a veces juegan de un modo íntimo. Esta es una parte natural de su desarrollo. Mientras todos los involucrados estén razonablemente cercanos en edad y talla, y sientan que el juego es aceptable, no hay motivos para preocuparse. Pero si alguien se siente incómodo o traspasa un límite, es importante que un adulto intervenga.

Existen muchas buenas oportunidades para conversar con los niños y niñas sobre estas cosas. Sus vidas cotidianas están llenas de situaciones y eventos en los cuales el cuerpo es fundamental. Por ejemplo, puedes aprovechar la oportunidad cuando un niño o niña descubre nuevas zonas y funciones del cuerpo, o cuando está tomando un baño con otros niños y niñas. El hecho de que los niños/niñas pequeños suelen hacer preguntas sobre el cuerpo nos dará oportunidades para tener conversaciones directas.



- **Permite que el niño/la niña participe en sus cuidados diarios, tales como el cambio de pañales. Explícale qué estás haciendo con su cuerpo y por qué lo estás haciendo.**
- **Empieza a enseñar al niño o a la niña tan pronto como sea posible a lavar sus partes íntimas y a asearse después de usar el retrete.**
- **No obligues al niño o a la niña a abrazar, besar o a sentarse en las piernas de parientes o amigos. En lugar de eso, pregúntale si eso es algo que le gustaría hacer.**
- **Explícale que si alguien hace o quiere hacer algo con su cuerpo que él/ella no desea, puede decir que no y contarle a otros adultos al respecto.**
- **Enséñale al niño que no hay problema si dice no, incluso a personas que él/ella podría querer.**



Secretos Buenos y Malos

Es una buena idea enseñar a los niños y niñas menores la diferencia entre los secretos buenos y los malos.



Los buenos secretos

son cosas como los regalos de cumpleaños o los de Navidad: cosas que te hacen feliz.

Los secretos malos son cosas que te ponen triste o que te dan un dolor de barriga. Los secretos malos se pueden contar, incluso cuando alguien dice que no está permitido. Hablar sobre los secretos buenos y malos es un modo de hacer que los niños y niñas compartan sucesos molestos que alguien les pidió guardar en silencio.





Niños y niñas en edad escolar

Para muchos niños y niñas, la pubertad empieza ya **entre los 8 y 12 años** de edad. El cuerpo crece y cambia y empieza a tener un aspecto más adulto, y esto, a su vez, desencadena pensamientos sobre la sexualidad y las relaciones íntimas con otras personas. Los amigos y amigas de la misma edad pueden influir en los niños y las niñas en esta etapa.

Los niños y niñas que han alcanzado la edad escolar pueden haber logrado ya un sentido muy desarrollado del cuerpo como algo valioso y sobre el cual pueden decidir. En estos casos, ellos y ellas saben a quiénes quieren tener cerca, y cómo decir que no cuando algo no parece correcto. Pero de repente aparece un conjunto nuevo de ideas. El niño o niña empieza la escuela, hace nuevos amigos y se desarrollan nuevas normas sociales. Los adultos hacen bien al tener una mente abierta tanto al interior como alrededor del niño/niña y al conversar al respecto con él/ella, teniendo en cuenta en qué etapa de su desarrollo se encuentra.

Entre los 7 y 9 años, los niños y niñas normalmente son conscientes de que las relaciones íntimas existen, y obtienen los datos de los hermanos/hermanas, amigos/amigas o de los medios de comunicación, a no ser que los padres/madres de familia hayan decidido plantear el tema. Los niños y niñas de esta edad suelen preguntarse sobre sus propios cuerpos y sobre sus cambios: por qué lucen de ese modo, qué diferencias hay entre los géneros y si acaso sus propios cuerpos están bien.

Al contribuir en etapas tempranas con conocimientos adecuados a su edad, los adultos tienen la oportunidad de brindar a los niños y niñas una imagen saludable y matizada sobre el cuerpo y la sexualidad. Los niños y niñas pueden haber empezado a conversar sobre las relaciones íntimas en la escuela o pueden haber visto a sus padres besándose. Dichas situaciones promueven preguntas y brindan oportunidades para explicar que la cercanía es algo positivo cuando ocurre entre dos personas que se quieren mutuamente.



Si la imagen que el niño o la niña se forma está basada solo en información de los medios de comunicación, los hermanos/hermanas y cosas por el estilo, esa imagen es propensa a estar distorsionada.

Cuando le hablas a un niño o niña sobre relaciones íntimas, como adulto puedes explicarle lo que quiere decir comportamiento inadecuado. Si alguien quiere mirar o tocar las partes privadas del niño o niña, o quiere que él/ella se toquen sin que ellos lo deseen o comprendan, significa que el comportamiento está mal y está prohibido. Indícale que es bastante inusual, pero que podría ocurrir: Explícale que todos los adultos saben que eso no está permitido.

Dentro de este contexto, podrías aprovechar para mencionar que la persona no necesariamente tiene que ser un adulto; también podría ser un adolescente u otro niño o niña. Asegúrale al niño o a la niña que no hay problema si lo quiere contar: *Si alguien se comporta o trata de comportarse de manera indebida hacia ti, entonces quiero que sepas que me lo puedes contar.* Es una buena idea mencionar que hay otros adultos con quienes el niño o niña podría conversar también: la abuela, los primos, un profesor o alguna otra persona en quien él/ella confíe, y que dependerá de él/ella elegir con quién conversar. Dile que nunca es culpa o responsabilidad de

un niño o niña si alguien se comporta indebidamente hacia él/ella. Ya que los niños y niñas suelen ser leales y no desean que otros se metan en problemas, también podrías asegurarles que quienes se comportan mal pueden conseguir ayuda: *Las personas que hacen cosas malas a los niños y niñas necesitan ayuda para parar y pueden conseguir esta ayuda.*

Puede resultar incómodo conversar sobre este tipo de cosas, y difícil encontrar la ocasión indicada. Un consejo es plantear el tema cuando los medios de comunicación hagan reportajes al respecto. Por ejemplo, puede haber informes sobre niños y niñas sometidos a propuestas sexuales por Internet o situaciones en que los niños/ las niñas hayan sido víctimas de violaciones o abusos sexuales. Puedes preguntarle al niño o niña si se ha enterado sobre el incidente y, si así ha ocurrido, qué piensa al respecto. Si el niño o la niña se ha enterado o no del suceso, es una oportunidad para expresar tus sentimientos y pensamientos y para sacar el tema de manera natural.

Si alguien hace esto contigo o continúa haciéndolo, quiero que sepas que me lo puedes contar.

- * Ayuda al niño o niña a encontrar una imagen saludable y equilibrada del cuerpo y de relaciones íntimas. Aporta tus propios conocimientos y perspectiva para complementar la imagen ofrecida al niño o la niña mediante canales como los medios de comunicaciones o los hermanos/hermanas mayores.
- * Que quede claro que la intimidad es algo positivo y que vale la pena. Explica también lo que está mal y prohibido.
- * Explica que siempre es bueno contar si ha ocurrido algo, y que el niño o niña puede elegir a qué adulto contarle.
- * Si tienes dificultades para encontrar la oportunidad adecuada para plantear el tema, aprovecha cuando sea un tema de actualidad en los medios.



Adolescentes

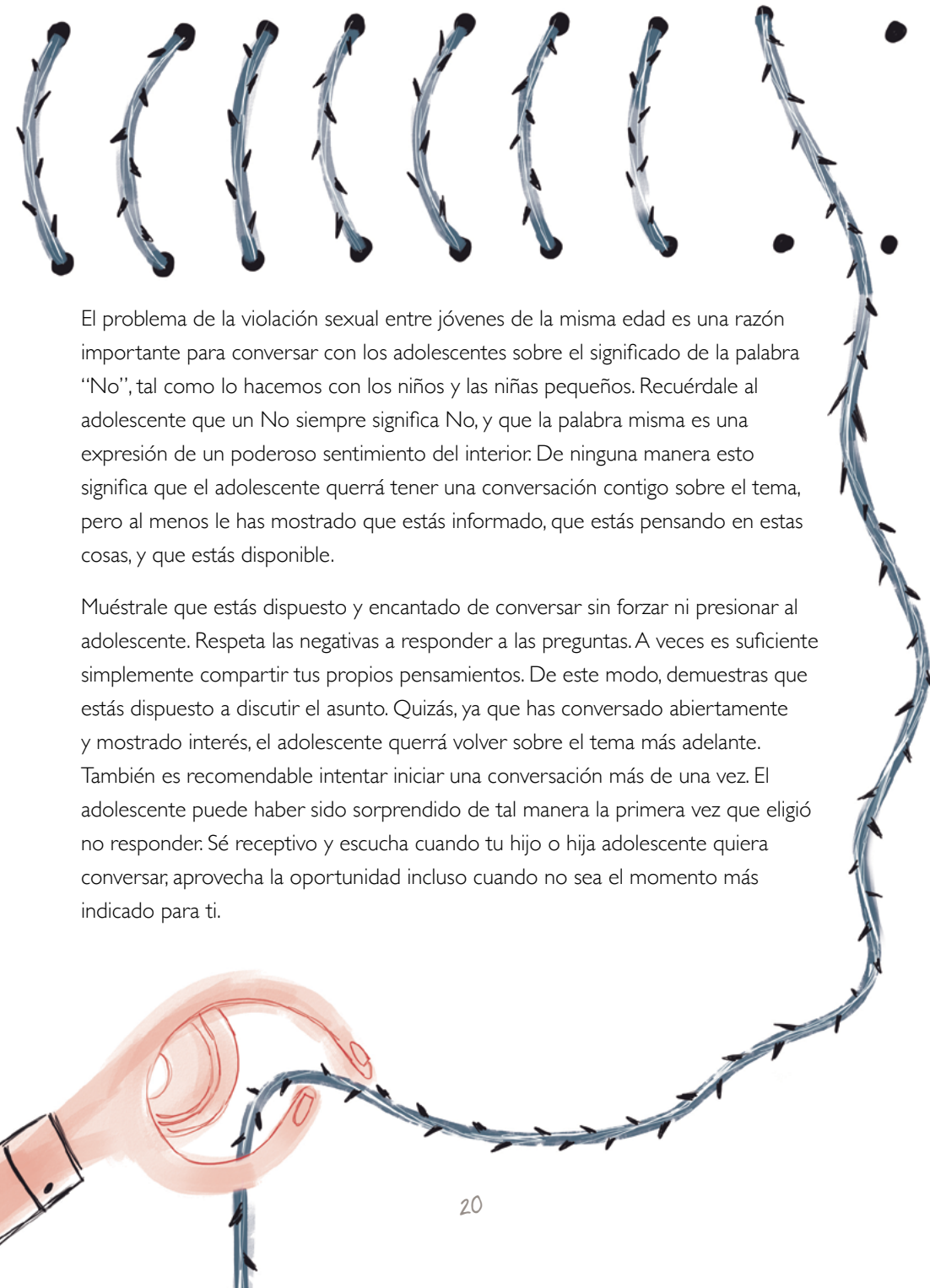
Durante los años de la adolescencia, los niños y niñas empiezan a comprender su identidad sexual, así no nos guste a nosotros, los adultos. Tratar de proteger a los niños o a las niñas de este aspecto del crecimiento es inútil. Sin embargo, los padres/madres de familia y otros adultos pueden ayudar a los adolescentes a abordar su sexualidad de un modo saludable y natural.

Si has conversado con tu hijo o hija sobre el cuerpo, la sexualidad y la definición de límites antes de que llegaran a la adolescencia, estás en buenas condiciones. El tema no será tan dramático ni tendrá una carga tan pesada que la que tendría de haber sido postergado durante los años anteriores. Y la capacidad para influir en los niños y las niñas disminuye a medida que se hacen mayores.

Es aconsejable mostrar al adolescente que estás comprometido y que estás informado. Trata de aclarar que la intimidad sexual y el sexo son esencialmente cosas buenas y divertidas pero que, al mismo tiempo, pueden ser problemáticas, complicadas, e incluso ilegales. Una buena manera para abordar al adolescente sobre este tema es hacer referencia a los informes que aparecen en los medios: **Me topé con esto y me preguntaba qué piensas al respecto.** Cuéntale al niño o niña tus pensamientos y reflexiones. Para poder abordar el tema debes tener ya un diálogo permanente con tu hijo o hija adolescente sobre todo tipo de cosas de la vida. Al mostrar curiosidad por los intereses del adolescente y al hacerlo juntos, las oportunidades para conversar surgen más seguidamente y las conversaciones tienen más posibilidades de fluir de manera natural.

En los últimos años, el mundo adulto y el sistema judicial se han enfrentado al hecho de que el acoso y las agresiones pueden ocurrir entre jóvenes de la misma edad como pueden ocurrir entre adultos y niños/niñas. Anteriormente, dichos incidentes no eran considerados como verdaderos abusos sino como “problemas de adolescentes”. Desafortunadamente, muchos adolescentes dan testimonio de ser, o de haber sido, víctimas de acoso y/o violencia sexual por parte de otros jóvenes. Puede ocurrir en la escuela, por Internet y en otros contextos sociales donde la juventud se encuentre. Tiene sentido mostrar al adolescente que eres consciente de la problemática. Haz mayores averiguaciones si lo consideras necesario y trata de mantenerte actualizado. Por ejemplo, mencionando que has escuchado sobre abuso y violencia sexual en la comunidad y que no hay problema si ella/él quieren hablar al respecto contigo.

Para poder abordar el tema debes tener ya un diálogo permanente con tu hijo o hija adolescente sobre todo tipo de cosas de la vida.



El problema de la violación sexual entre jóvenes de la misma edad es una razón importante para conversar con los adolescentes sobre el significado de la palabra "No", tal como lo hacemos con los niños y las niñas pequeños. Recuérdale al adolescente que un No siempre significa No, y que la palabra misma es una expresión de un poderoso sentimiento del interior. De ninguna manera esto significa que el adolescente querrá tener una conversación contigo sobre el tema, pero al menos le has mostrado que estás informado, que estás pensando en estas cosas, y que estás disponible.

Muéstrale que estás dispuesto y encantado de conversar sin forzar ni presionar al adolescente. Respeta las negativas a responder a las preguntas. A veces es suficiente simplemente compartir tus propios pensamientos. De este modo, demuestras que estás dispuesto a discutir el asunto. Quizás, ya que has conversado abiertamente y mostrado interés, el adolescente querrá volver sobre el tema más adelante. También es recomendable intentar iniciar una conversación más de una vez. El adolescente puede haber sido sorprendido de tal manera la primera vez que eligió no responder. Sé receptivo y escucha cuando tu hijo o hija adolescente quiera conversar; aprovecha la oportunidad incluso cuando no sea el momento más indicado para ti.

- ▶ Muéstrale que estás informado y comprometido, y procura tener un diálogo permanente sobre la vida con tu hijo o hija adolescente.
- ▶ **Explica que** la intimidad sexual y el sexo son cosas buenas y divertidas pero que también pueden ser problemáticas, complicadas, e incluso ilegales.
- ▶ Si tienes problemas para encontrar la oportunidad indicada para plantear el tema, comenta los incidentes que hayas visto, por ejemplo, en los medios de comunicación. Habla abiertamente sobre tus propios pensamientos.
- ▶ Recuérdale al adolescente que un No siempre significa No.
- ▶ Muéstrale que estás dispuesto y encantado de conversar sin forzar ni ejercer presión. Respeta las negativas a responder a las preguntas.
- ▶ No te rindas si no llegas a conseguir una respuesta a la primera. ¡Inténtalo de nuevo!

Niños y niñas e Internet



Internet ofrece un excelente medio para que niños, niñas y jóvenes se comuniquen, conozcan nuevos amigos/amigas, socialicen y aprendan. Pero como todos sabemos, también existen peligros en línea. Por lo tanto, puede parecer preocupante cuando nuestros hijos e hijas usan sus computadoras sin supervisión. Los adultos podemos sentir una falta de control sobre la situación.

¿Cómo podemos ocuparnos de esto y cómo podemos asegurarnos de que los niños y niñas no se metan en problemas en la red?

Ya que los niños y niñas usan Internet desde muy temprana edad, es recomendable que empieces a conversar con tu hijo o hija cuando tenga 5 o 6 años sobre lo que existe en la red, lo que debe tener en cuenta y lo que se le permite y lo que no se le permite hacer. Es muy recomendable que los adultos monitoreen las actividades en línea de los niños y niñas. No tanto controlarlos, sino evitar que encuentren cosas que puedan parecer ofensivas y difíciles.

Sin importar la edad del niño o niña, un primer paso podría ser interesarte en lo que tus hijos e hijas hacen en Internet: qué foros usan y qué juegos disfrutan. También hay consejos generales que les puedes dar a tus hijos e hijas. Por ejemplo, que no

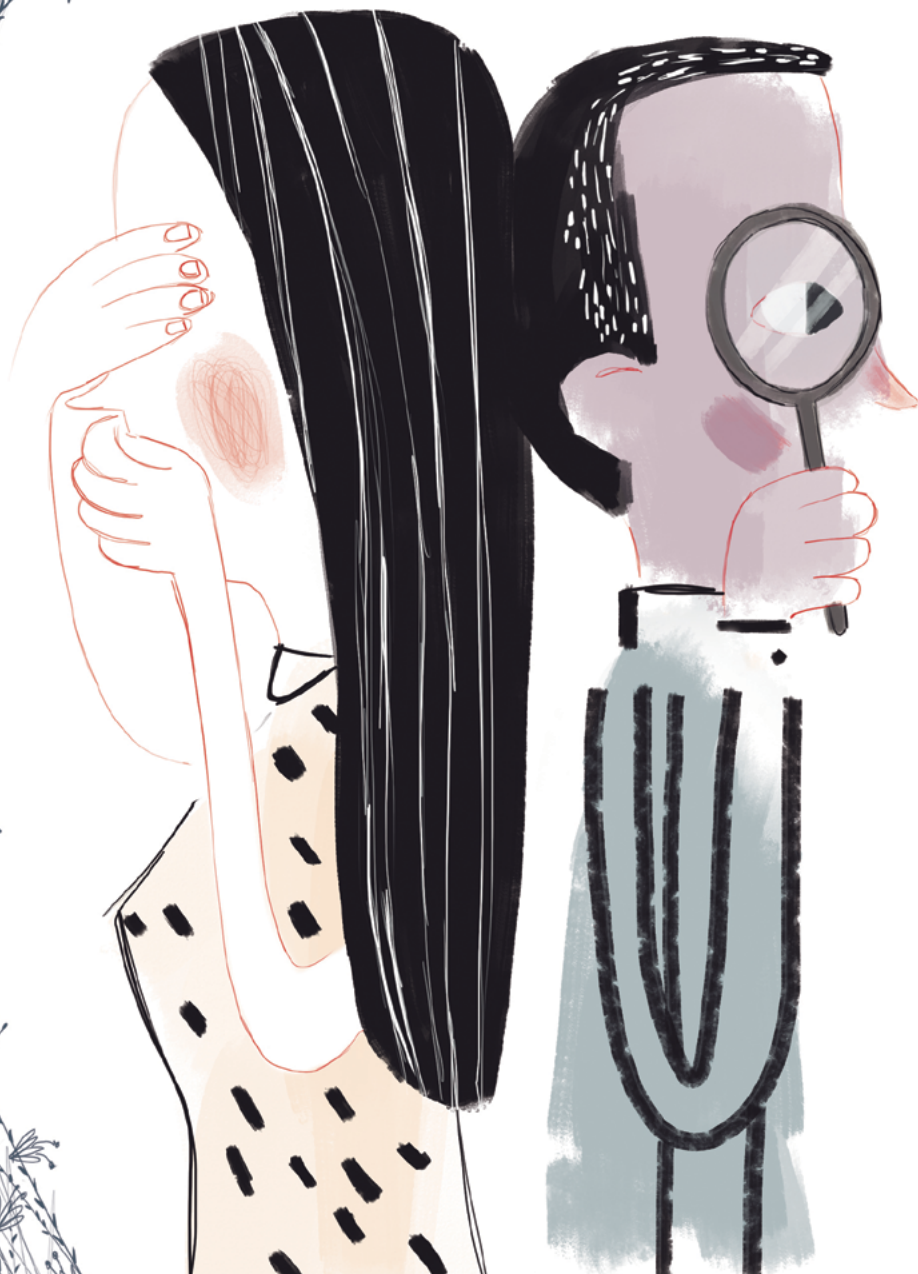


deben dar sus nombres o dirección a extraños, que deben tener cuidado con lo que publican y el hecho de que una persona con la que chatean puede ser alguien distinto a quien dicen ser. Si el niño o la niña conoce a alguien en línea, deben saber que no hay problema con contárselo a sus padres, madres o a otro adulto de su elección. Si el niño o niña decide conocer a alguien que ha contactado en línea, debe contarle a un adulto y no debería conocer a una persona a solas la primera vez. Él/ella debería llevar a un amigo o amiga consigo y conocer a la persona en un espacio público.

Aunque pueda resultar incómodo no saber lo que hacen los niños y las niñas en línea, puede tener sentido recordar no ser tan indiscretos. Una sugerencia es entrar en el hábito de preguntar acerca de su día en línea, del mismo modo en que tendemos a preguntar por su día en la escuela. *¿Con quién conversaste? ¿Ocurrió algo divertido? ¿Ocurrió algo malo?*

Si te preocupa el uso del Internet de tu hijo o hija, puede ser una buena idea —en lugar de empezar a espiar sus conversaciones o actividades de Facebook— sacar el tema en el contexto de noticias relacionadas con incidentes de Internet. Aprovecha la oportunidad para preguntarle al niño o niña cómo se siente sobre esto y cómo le va en su mundo en línea.

Si estás preocupado o preocupada



Probablemente no sea tan malo

Si nosotros, como padres/madres de familia o adultos, nos preocupamos por algo que le ha ocurrido a un niño o niña, por ejemplo, que haya sido víctima de una violación o, en el peor de los casos, de abuso sexual, las sensaciones de ansiedad fácilmente se apoderan de nosotros. Existen ciertos inconvenientes comunes que sería bueno conocer y evitar.

Un inconveniente habitual para un adulto preocupado y asustado es evadir el tema y decidir que seguro estamos exagerando y que probablemente no es algo tan malo. Si reaccionamos de esta manera, el niño o la niña puede sentir que el tema es tabú. Si él/ella tiene una historia que contar acerca de una violación, abusos o alguna otra cosa, podrían elegir quedársela para sí mismos. Otro inconveniente es empezar a asumir el papel de "policía". Podríamos interrogar al niño o niña o a otras personas, podríamos usar preguntas dirigidas, leer los mensajes de texto del niño o la niña y el diario, y hurgar en su computadora.

Al actuar de este modo, nos arriesgamos a dar signos de que algo anda realmente mal, y esto podría intimidar al niño o la niña a tal punto que decida no contar nada. Nuestras propias indagaciones podrían complicar también el trabajo de verdaderos investigadores, tales como la policía o los servicios sociales.



Me preocupa y me pregunto qué quiere decir

Si estamos preocupados por algo que ha ocurrido, es recomendable primero tener claro qué nos está preocupando exactamente. ¿Se trata de algo que hemos visto, un mensaje de texto que leímos por casualidad, o tiene que ver con cierto comportamiento? Cuando conocemos detalles, los podemos usar para hablarle al niño o niña y lo podemos lograr sin hacer preguntas insistentes. Podemos evitar insinuar la violación o la agresión sexual. Por ejemplo: **Cuando vi que esto ocurrió** o **Cuando sin querer leí ese mensaje de texto, no me pareció correcto. Me preocupa y me pregunto qué quiere decir.**

Quizás obtengamos una respuesta o reacción que nos calme, pero también podríamos tener una respuesta que nos deje incluso más preocupados. Pero tenemos que decidir si queremos llevar el tema más allá, por ejemplo, buscando ayuda profesional. O quizás no tengamos ningún tipo de respuesta. No presiones al niño o a la niña para que dé una respuesta; explícale: **Estoy preocupado y quiero que sepas que si algo te ocurriera que te hace sentir mal, quiero que sepas que siempre puedes hablar conmigo. Pero también hay otras personas con quienes puedes hablar al respecto.** Esas otras personas pueden ser adultos con quienes el niño o niña se sienta en confianza, tales como un abuelo, profesor o trabajador social. En pocas palabras, se trata de hacerle saber al niño o niña que si alguien dice o hace algo que de cualquier manera lo daña física o mentalmente, es correcto contarle a un adulto y además el niño puede obtener ayuda. ¡Nunca es culpa ni responsabilidad del niño o de la niña!

- ◀ Si estás preocupado porque algo malo haya ocurrido a un niño o niña, sé cuidadoso con tu reacción. No evadas el tema ni asumas el papel de "policía".
- ◀ Cuando menciones el tema con el niño o niña, apoya tu conversación en el evento o situación específica que te preocupa.
- ◀ Evita presionar al niño o niña para que dé una respuesta; hazle saber que estás allí para conversar y que también hay otros adultos con quienes conversar (tales como padres de familia, profesores o trabajadores sociales)

VIOLENCIA Y ABUSO SEXUAL

La violencia sexual y el abuso sexual de niños y niñas abarcan todas las conductas de naturaleza sexual que son impuestas a un niño o niña por otra persona. Se caracteriza por un adulto o un niño o niña bastante mayor que aprovecha la posición de dependencia de la víctima para exponerla a acciones que no puede comprender y para las cuales no está preparada. Él/ella carece de criterios para dar su consentimiento y su integridad es vulnerada. El abuso puede ser físico o no físico.

¿Alguna vez has conversado —o intentado conversar— con niños y niñas sobre asuntos relacionados con el cuerpo, definir límites y relaciones íntimas? Si lo has hecho, probablemente sabes que puede resultar difícil e incómodo. Como padres/madres de familia y como adultos, tendemos a evitar estos temas por miedo a asustar al niño o a la niña o a desencadenar pensamientos “inadecuados”. Sin embargo, es importante conversar abiertamente con niños y niñas sobre sus propios cuerpos y sobre los límites. Es por este motivo que Save the Children ha elaborado ¡Respeten mi cuerpo! con consejos concretos sobre el modo de empezar a hablar sobre estos asuntos con niños y niñas de diferentes edades.

