Cómo prevenir el abuso sexual de menores

El abuso sexual afecta a niños y niñas de todas edades, en todos tipos de vecindarios y comunidades. Es más probable que un niño sea abusado sexualmente por alguien que conoce y en quien confía que por un desconocido. Los abusadores no siempre usan la fuerza física; muchos usan juegos, regalos, mentiras o amenazas para involucrar a los niños y tratar de prevenir que le digan a alguien lo que ha ocurrido.

Lo que usted puede hacer

Para prevenir el abuso sexual de menores, es importante mantener el enfoque en la responsabilidad adulta mientras les enseña a los niños las habilidades que necesitan para ayudar a protegerse. Considere los siguientes consejos:

- Juegue un papel activo en la vida de sus hijos. Aprenda sobre sus actividades y las personas con quienes pasan tiempo. Esté atento en caso de que hayan problemas.
- Esté atento a los comportamientos de "preparación" o acoso sexual en los adultos que pasan tiempo con su hijo. Indicios pueden incluir un adulto que busca maneras de estar a solas con su hijo con frecuencia, que ignora la necesidad de privacidad de su hijo (por ejemplo, en el baño) o le da regalos o dinero a su hijo sin razón particular.

Indicios de posible abuso sexual

Lo siguientes factores pueden ser indicios de abuso sexual y no deben ser ignorados:

- Dolor, picazón, enrojecimiento o sangre inexplicable en el área genital
- Un aumento en pesadillas o el niño moja la cama con más frecuencia
- Comportamiento introvertido o tímido o la apariencia de estar en trance
- Explosiones de ira o cambios bruscos de humor
- Pérdida de apetito o dificultad para tragar
- Ansiedad o depresión
- El querer evitar a ciertas personas o lugares de pronto y sin explicación
- Conocimientos sobre asuntos, lenguaje o comportamientos sexuales inusuales para un niño de su edad

- Asegure que las organizaciones, los grupos y los equipos con los cuales está involucrado su hijo eviten que los niños y los adultos pasen mucho tiempo individual a solas. Pregunte sobre cómo seleccionan y supervisan el personal y los voluntarios.
- Hágale saber a sus hijos que pueden hablar con usted acerca de cualquier cosa que les esté molestando o causando confusión.
- Enséñele a sus hijos los nombres correctos de las partes privadas del cuerpo y la diferencia entre el contacto apropiado e inapropiado.
- Dele a sus hijos el poder de decisión sobre sus cuerpos permitiéndoles un nivel de privacidad apropiado a sus edades, y anímelos a decir "no" cuando no quieran tocar a alguien o que alguien los toque, incluso en formas no sexuales.
- Enséñele a sus hijos a cuidar de sus propios cuerpos (por ejemplo, bañándose o usando el baño) para que no tengan que depender de adultos o niños mayores para ayuda.
- Eduque a los niños sobre la diferencia entre los secretos buenos (como una fiesta de sorpresa) y los secretos malos (secretos que los hacen sentir en peligro o incomodos).
- Supervise a sus hijos en cuanto al uso de tecnología, incluyendo sus teléfonos celulares, sitios de redes sociales por Internet y mensajes de texto. Revise sus listas de contactos con frecuencia y pregúnteles acerca de cualquier persona que no conozca.
- ¡Confié en sus propios instintos! Si se siente incómodo dejando a su hijo con alguien, no lo haga. Si está preocupado por la posibilidad de abuso sexual, haga preguntas.
- Si su hijo le dice que fue o está siendo abusado, manténgase calmado, escuche con cuidado y nunca culpe a su hijo por lo que le pasó. Agradézcale a su hijo por haberle dicho. Reporte el abuso lo antes posible.

Recuerde: Usted puede ayudar a proteger a sus hijos del abuso sexual jugando un papel activo en sus vidas y enseñándoles habilidades de seguridad.

Esta hoja de consejos fue adaptada usando información de Prevent Child Abuse America, la Red Nacional Para el Estrés Traumático Infantil (National Child Traumatic Stress Network), la campaña Enough Abuse Campaign y Stop It Now. Usted puede descargar esta hoja de consejos y encontrar más consejos sobre la crianza en https://www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting/ o llamando al 800.394.3366.