

Preguntas y Respuestas Acerca del Abuso Sexual Infantil



Una Entrevista con la Dra. Esther Deblinger

Como definir el Abuso

P: ¿Qué es el abuso sexual infantil?

R: El abuso sexual es cualquier interacción entre un niño y un adulto, o con un niño de mayor edad, en el cual el niño es utilizado para la estimulación sexual del abusador o un observador. El abuso sexual usualmente involucra contacto físico directo, tocamiento, besos, caricias, frotamiento, sexo oral o penetración de la vagina o el ano. Algunas veces el agresor sexual puede obtener gratificación con solo exhibirse ante un niño* o al observar o filmar a un niño quitándose su ropa. Los agresores generalmente no usan fuerza física, pero pueden usar el juego, el engaño, amenazas, u otros métodos coercitivos para "enganchar" a los jóvenes y mantener su silencio.

P: ¿Cuándo consideraría usted que la actividad sexual entre dos niños se podría considerar abuso?

R: El abuso generalmente es una actividad en la que existe una clara diferencia de poder entre dos niños y en la que un niño fuerza a otro niño a participar en comportamientos sexuales como de adulto. Esto es muy diferente del comportamiento entre niños más o menos de la misma edad que refleja curiosidad sexual normal y exploración mutua (tal como jugar al doctor).

*Para simplificar la lectura de este documento se ha decidido utilizar la palabra niño (en masculino) para referirse tanto a niños como niñas.

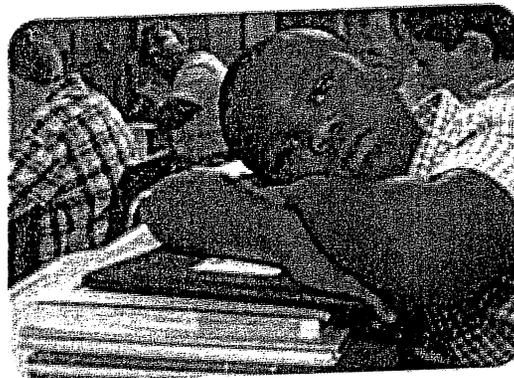
El abuso sexual infantil es un problema que se desarrolla en secreto, así que hablar abierta y públicamente acerca de problema mejorará los esfuerzos de prevención.

Debemos animar a nuestros niños a que se sientan cómodos hablándoles a sus padres acerca de sus cuerpos, sin que les de vergüenza, y enseñarles qué tipo de tocamiento entre un niño y un adulto es apropiado y cuál no. Los padres deben explicar a los niños que los agresores pueden tratar de engañarlos y decirles que mantengan en secreto tocamientos que no son apropiados. Y en este sentido es importante que los ayudemos a entender la diferencia entre secretos y sorpresas. Podemos recordarles a los niños que a pesar de lo que el agresor diga, no se deben guardar secretos y que es correcto que el niño cuente lo que ocurre a los adultos. Finalmente, cuando los niños reúnan la suficiente valentía para revelar el abuso sexual, es importante que respondamos haciendo todo lo posible para protegerlos, aplicando las leyes en contra de los abusadores y ofreciendo cuidados de salud mental y médicos efectivos. Podemos ayudar a los niños a recuperarse de estas experiencias, y en el proceso, proteger a otros niños.

El Impacto del Abuso en los Niños

P: ¿Cuál es el impacto psicológico del abuso sexual infantil?

R: A corto plazo, puede ser común que un niño desarrolle algunas reacciones de estrés post-traumático que pueden responder positivamente al tratamiento. Otros – particularmente aquellos que han sufrido traumas múltiples y han recibido poco apoyo de los padres – pueden desarrollar trastorno de estrés post-traumático, depresión, y ansiedad. Es también posible que lo sucedido pueda afectar su habilidad para confiar en los adultos. Lamentablemente, cuando los niños no revelan el abuso sexual y/o no reciben asesoría psicológica efectiva, pueden sufrir dificultades a lo largo de sus vidas. Tal como lo expresó un niño: “el abuso es como un boomerang. Si no lo enfrentas, puede regresar y lastimarte”. Por otro lado, los niños que tienen el apoyo de un cuidador comprensivo y un tratamiento efectivo pueden recuperarse sin efectos a largo plazo.



P: ¿Cuáles son las reacciones de estrés post-traumático?

R: Tres tipos de síntomas ocurren con las reacciones de estrés post-traumático:

Sobreexcitación del sistema nervioso significa que el niño está nervioso e inquieto, Tiene una respuesta de sobresalto elevada, y puede reaccionar más intensamente a cualquier situación que produzca ansiedad.

Revivir el trauma significa que el niño puede seguir teniendo imágenes mentales relacionadas al abuso, o puede revivir algunos aspectos de la experiencia, ya sea mientras esté despierto o durante el sueño en la forma de pesadillas. Un niño puede tener otros problemas del sueño, tales como insomnio o despertarse frecuentemente. Los niños más pequeños son susceptibles a tener temores generalizados o pesadillas relacionadas a otros miedos, como por ejemplo monstruos que los persiguen. Con niños mayores, las pesadillas pueden estar directamente relacionadas con el trauma. Revivir el trauma también incluye las reacciones a recordatorios traumáticos, esto es cualquier cosa, persona, evento, imagen, olor, etc., relacionado con el abuso. Por ejemplo, si el abusador tenía barba, el niño puede empezar a sentirse temeroso e incómodo, generalmente sin saber por qué, alrededor de cualquier hombre que tenga barba. Un recordatorio traumático puede ser hasta ser tocado por otra persona.

Evitar el Trauma significa que el niño evita exponerse a recordatorios traumáticos, y algunas veces evita pensar acerca del abuso en general. Así, por ejemplo, si el abuso ocurrió en el sótano, el niño puede evitar ir a cualquier sótano. Las reacciones a – y el evitar – los recordatorios traumáticos pueden llegar a ser generalizados. El niño puede empezar con un miedo a un sótano particular que se generaliza a reacciones a y el evitar todos los sótanos, y de ahí a cualquier cuarto que tenga algún parecido a un sótano. Evitar el trauma puede restringir seriamente las actividades de un niño – razón importante para buscar ayuda temprana.



P: ¿Es común para los niños que no les digan ni a sus padres que han sido abusados?

R: Es común que los niños se tarden en revelar estos hechos y esto no es un reflejo de una relación pobre entre padre e hijos. Algunas veces los niños dicen que no les contaron a sus papás porque no querían lastimarlos o hacerlos sentir mal porque los quieren mucho. El abuso sexual infantil por naturaleza se mantiene en secreto. Casi siempre ocurre cuando el niño está a solas con el agresor. Un agresor puede directamente amenazar con hacerle daño físico al niño o a miembros queridos de su familia si él o ella lo cuentan. Puede también presionar o coaccionar al niño con promesas, regalos, u otras formas de persuasión verbal. Es común que los niños se culpen, teman ser castigados o tengan miedo a que no se les crea. Un niño puede sentirse avergonzado y apenado. Evitar recordar el trauma es parte de las reacciones de estrés post-traumático y puede que el niño simplemente trate de olvidar lo que sucedió. Pueden pasar muchos años antes de que los niños que han sido abusados sexualmente le cuenten a alguien lo que sucedió.

¿Cómo sanarse y recuperarse juntos?

P: ¿Necesitan tratamiento todos los niños que han sido abusados sexualmente?

R: Por lo regular, el abuso sexual es muy confuso para un niño. Generalmente se lleva a cabo una investigación que requiere que el niño hable con un oficial de la policía o con otro profesional. Es de gran ayuda que el padre/madre y el niño tengan el apoyo de un profesional de salud mental y ayuda para entender el abuso y sus reacciones al abuso. En muchos casos, un niño puede que no necesite terapia intensiva y prolongada, pero si puede ayudar que el niño y el padre/madre se entrevisten con un profesional especializado y hablen sobre lo que ha sucedido. De esta manera, se puede asegurar que el niño entienda y se sienta seguro de poder hablar acerca de sus sentimientos. Los niños pueden sentirse culpables o tener ideas o creencias equivocadas acerca del abuso (distorsiones cognitivas) que necesitan ser corregidas.

Los padres también pueden beneficiarse al hablar con un profesional que pueda ayudarlos a sobrellevar la aflicción que comúnmente se asocia con el descubrimiento de que un hijo ha sido abusado sexualmente. Un tipo de tratamiento que ha recibido apoyo científico considerable y que involucra a padres e hijos es la Terapia Cognitivo-Conductual Enfocada al Trauma (Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy). Existen numerosas investigaciones psicológicas que demuestran que con el apoyo de un adulto protector y afectuoso, además de un tratamiento de alta calidad, muchos niños y padres se recuperan y pueden sentirse más fuertes y unidos como familia después de una experiencia traumática.

