

LECTURAS Y RECURSOS ADICIONALES

National Child Traumatic Stress Network: www.nctsn.org

New York State Coalition Against Sexual Assault: www.nyscasa.org

Stop it Now!: www.stopitnow.org

Prevent Child Abuse NY: www.preventchildabuseny.org

The Mama Bear Effect: www.themamabeareffect.org

Child Advocacy Center (CAC): The Child Advocacy Center of the Albany County Department of Children, Youth and Families provides a coordinated community approach to the investigation, prosecution and treatment of child sexual abuse and physical abuse. To reach the Family Advocate at the CAC call (518) 447-2525.

Si tiene alguna pregunta sobre la información presentada en este folleto, o si desea para hablar con el terapeuta infantil, comuníquese con:

El Centro de víctimas del crimen y violencia sexual del condado de Albany
112 State Street, Room 1010, Albany, NY 12207

Oficina: (518) 447-7100 • **Fax:** (518) 447-7102

Horario de: 8:30 am a 4:30 pm lunes a viernes

correo electrónico: cvsvc@albanycounty.com • **Sitio web:** www.albanycounty.com/cvsvc

Atención telefónica de agresión sexual de 24 horas: (518) 447-7716

Chat de crisis en línea: www.resourceconnect.com/albanycvsvc/chat

La misión del Centro de víctimas del crimen y violencia sexual (CVSVC) es brindar servicios directos y servicios integrales a todas las personas afectadas por la agresión sexual y otros delitos de violencia. Utilizando la terapia, defensa, movilización comunitaria, educación preventiva y el compromiso de los espectadores, el CVSVC busca cambiar las condiciones sociales que permiten y perpetúan la opresión.

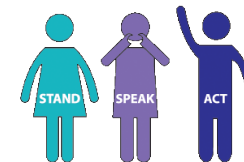


Daniel P. McCoy
Ejecutivo del condado de Albany

El Centro de víctimas del crimen y violencia sexual del condado de Albany es un departamento del gobierno del condado de Albany.

Ninguna persona en los Estados Unidos deberá, según la base de su raza, color, religión, origen nacional, sexo, identidad de género (como se define en el párrafo 249 (c) (4) del título 18 del Código de los Estados Unidos), orientación sexual o discapacidad, ser excluida de la participación, negada los beneficios o ser objeto de discriminación en cualquier programa o actividad financiado en su totalidad o en parte con fondos disponibles bajo [VAWA], y cualquier otro programa o actividad financiado en su totalidad o en parte con fondos asignados para subvenciones, acuerdos de cooperación y otra asistencia administrada por la Oficina de violencia contra la mujer.

ENTENDIENDO EL ABUSO SEXUAL INFANTIL



Albany County Crime Victim & Sexual Violence Center
112 State Street, Habitación 1010
Albany, NY 12207

ABUSO SEXUAL INFANTIL

La prevalencia del abuso sexual infantil es difícil de determinar porque a menudo no se denuncia. Los expertos coinciden en que la incidencia es mucho mayor de lo que se informa a las autoridades.

A menudo es especialmente difícil aceptar que un niño que conoce se ha visto afectado por este problema. Como adulto de confianza, se le encarga la difícil tarea de equilibrar sus necesidades con las del niño. El apoyo y la información que reciba sobre el abuso sexual podría ser beneficioso para ambos.

ENFRENTAR EL ABUSO

- Incluso si el niño no habla sobre el abuso, no asuma que lo haya olvidado y no finja que nunca haya sucedido. El niño puede estar confundido e inseguro de lo que sucedió exactamente y puede sentirse culpable. Su franqueza y comprensión ayudarán a sanar las heridas emocionales dejadas por el abuso.
- Llame al **Centro de violencia sexual y víctimas del crimen del condado de Albany** o a la **Línea directa de agresión sexual del condado de Albany las 24 horas**, donde puede recibir información confidencial sobre intervención en crisis, apoyo, información y referencias a recursos locales. CVSVC cuenta con médicos en el personal que se especializan en terapia para niños, adolescentes y adultos / padres. Se pueden encontrar lecturas y recursos adicionales en la última página de este folleto .

Centro de violencia sexual y
víctimas del crimen del
condado de Albany
(518) 447-7100

Línea directa de agresión
sexual del condado de Albany
las 24 horas
(518) 447-7716

*Cualquiera que experimente abuso sexual **NUNCA** tiene la culpa o es culpable del abuso. Quienes cometen abusos sexuales son*



A.H.P.R.E.

Como padre, usted juega un papel clave en el proceso de recuperación de su hijo. Superar el trauma experimentado por su hijo puede ser un proceso difícil para ambos. Es natural experimentar sentimientos de conmoción, enojo e incluso negación, pero es importante que no juzgue y que escuche a su hijo. El enfoque A.H.P.R.E. identifica los pasos clave que puede tomar como padre. El apoyo de palabras y acciones puede mejorar enormemente la recuperación de su hijo.

Apoye a su hijo y a usted mismo mientras ambos trabajan en el proceso de curación. Es posible que lleve tiempo.

Honre los sentimientos y emociones tanto de su hijo como de usted mismo.

Permita que su hijo exprese sus sentimientos y emociones. Dese tiempo para procesar su propio dolor y recuperación.

Reciba toda la información que pueda surgir. Su hijo puede revelar nueva información a medida que se desarrolle el proceso.

Empoderar a sin hijo. Hágale saber que es valiente poder hablar sobre el abuso. Si su hijo no lo ha revelado, esfuércese por darles las herramientas para recuperar la propiedad de su cuerpo.

¿QUÉ PUEDE USTED HACER?

- Es importante hacerle saber a su hijo que le cree, que el abuso no es culpa de su hijo, que usted no está enojado con él y que está bien hablar sobre lo que siente.
- Déjele en claro a su hijo que cualquier enojo que pueda sentir está dirigido al agresor, no al hijo.
- Los niños deben ser tratados con sensibilidad bajo cualquier circunstancia. Un niño que ha sido abusado sexualmente puede necesitar más garantías de su amor y apoyo de lo habitual. Continuar con las rutinas del hogar puede proporcionar una comodidad predecible para su hijo.
- Enseñarle a su hijo sobre sus derechos a la seguridad personal y promover una autoestima saludable le permitirá desarrollar sus límites personales. Este sentido de sí mismo le permitirá a su hijo clasificar las experiencias que pueden resultarle confusas.
- Hágale saber a su hijo que tiene derecho a expresar sus propios pensamientos, emociones y opiniones.
- Hágale saber a su hijo que tiene derecho a decir quién puede y quién no puede tocar su cuerpo.
- A los niños que han sido abusados sexualmente se les han violado sus límites personales. Puede ayudar a reconstruir límites saludables fomentando la privacidad personal. Esto incluye darle a su hijo el derecho de decir no a cualquier persona, incluido usted, que quiera abrazos, besos y otras formas físicas de afecto.
- Sea consciente de sus propios sentimientos sobre el abuso. No es raro que los niños reflejen las emociones de sus padres, ya sea que las expresen verbalmente o no. Usted puede experimentar una variedad de emociones como ira, tristeza, confusión y culpa. También es importante que usted, como padre, obtenga el apoyo que necesite. Su autocuidado es vital. Identifique lo que necesita para afrontarlo mejor. Al cuidarse a sí mismo, también cuida a su hijo.

RESPUESTAS A PREGUNTAS FRECUENTES

¿Cómo sé lo que mi hijo dice es la verdad?

Crear en su hijo es el primer paso y el más importante para su proceso de curación. **Su reacción tendrá un efecto importante en la respuesta del niño al abuso sexual en el futuro.**

¿Por qué parece que mi hijo aceptó el abuso?

Los perpetradores se involucran en un proceso de manipulación para establecer una relación cariñosa y de confianza con un niño, lo que hace que sea más difícil para un niño resistir o denunciar el abuso.

¿Por qué mi hijo no me lo dijo antes?

Los niños retrasan la divulgación del abuso sexual por varias razones:

- Confusión
- Vergüenza
- Culpabilidad
- Deseo de proteger a los adultos que aman y de quienes incluso pueden depender
- Amenazas del abusador
- Temor
 - * de las consecuencias para ellos mismos
 - * de las consecuencias para los padres / cuidadores / familia
 - * de las consecuencias para el abusador

¿Cómo respondemos a las preguntas de la gente sobre el abuso?

Puede ser importante informar a ciertas personas responsables sobre el abuso, como un consejero escolar o un médico. Usted y su hijo tienen derecho a la privacidad, y usted y su hijo deciden quién conoce esta información..

Posible respuesta del niño: "Mi mamá dice que no tengo que responder a ninguna pregunta que no quiera".

Posible respuesta de un adulto: "Gracias por su preocupación; estamos recibiendo la ayuda que necesitamos".

¿NECESITARÁ MI HIJO TERAPIA?

El impacto del abuso sexual es único para cada niño. Aunque es beneficioso para muchos, la terapia no es necesaria para todos los niños. Después de un trauma, algunos niños presentan cambios físicos, de comportamiento y emocionales que pueden indicar que la terapia sería útil.

Los niños generalmente se sienten aliviados al hablar con alguien que no está involucrado directamente. Muchos niños, preocupados por sus cuidadores, no quieren hablar de cosas que hagan que los cuidadores se sientan tristes.



QUÉ ESPERAR EN LA TERAPIA INFANTIL

- Los problemas comunes que los niños exploran en la terapia son la culpabilidad, la tristeza y la pérdida, sentimientos de ser diferente a otros niños, el miedo, los comportamientos sexuales, la ira y la comprensión del trauma que han sufrido.
- Los objetivos de la terapia infantil son proporcionar un entorno seguro y sin amenazas para que los niños procesen sus pensamientos y sentimientos. La terapia también proporciona a los niños información y educación relevantes. Los métodos terapéuticos varían según las necesidades de desarrollo del niño.
- No es inusual que los niños muestren sentimientos como ira y tristeza después de recibir asesoramiento. Esto puede indicar signos de curación.
- Los métodos terapéuticos con niños incluyen el juego, el arte y la psicoterapia. Estos procesos de curación autoguiados proporcionan una forma para que los niños se comuniquen, expresen sentimientos y conflictos emocionales, aumenten la conciencia de sí mismos y enfrenten mejor los problemas.

DATOS IMPORTANTES SOBRE EL ABUSO INFANTIL

El abuso sexual infantil es cometido por personas conocidas por el niño y la familia.

90% de los niños conocen a sus agresores.

Los niños casi nunca inventan historias sobre experiencias sexuales.

Los niños tienen una imaginación maravillosa y pueden crear historias, pero no sobre el abuso sexual. Los niños pequeños no saben lo suficiente sobre el sexo para describir los comportamientos sexuales que han ocurrido.

Pocos niños le cuentan a alguien sobre el abuso.

73% de los niños no divulgan el abuso dentro del primer año de ocurrencia.

45% de los niños no revela ni siquiera 5 años después del abuso.

Muchos niños nunca revelan el abuso sexual.

Los niños pueden recuperarse del abuso

Los niños son increíblemente resistentes. A menudo, pueden curarse mucho más rápido y más fácilmente que los adultos si se les brinda apoyo.

TERAPIAS COMUNES PARA PROCESAR EL TRAUMA

Terapia cognitiva de compartimiento centrada en el trauma

Un modelo basado en la evidencia que involucra al cuidador en algunas sesiones. El enfoque del tratamiento es ayudar al niño o adolescente a desarrollar estrategias de afrontamiento para las reacciones de estrés traumático y reducir los síntomas de depresión, ansiedad o comportamientos rebeldes que son comunes en los niños expuestos a un trauma.

Terapia de juego

la forma de comunicación más natural para un niño es un juego. Los niños usan muñecos, arena, juegos, títeres y otros materiales para expresarse.

Terapia artística

Terapia artística permite a los niños expresarse a través del dibujo, la pintura y otras formas de arte.



Terapia de conversación

La exploración de pensamientos, sentimientos y comportamiento con el propósito de resolver problemas o lograr niveles más altos de funcionamiento.

Todos los niños que completen la terapia de trauma aprenderán sobre abuso, habilidades de afrontamiento y seguridad corporal.

REACCIONES COMUNES AL ABUSO SEXUAL

Todos los niños son diferentes y por lo tanto, tienen diferentes reacciones ante eventos traumáticos. A continuación se muestra una lista no exhaustiva de reacciones comunes que puede o puede que no se vea en un niño que ha sufrido abuso sexual.

Físicas

Vómitos, pérdida o aumento repentino de peso, dolor abdominal, cambios en el apetito, dolores de cabeza, dolores de estómago y enuresis, descuido de las necesidades higiénicas.

Emocionales

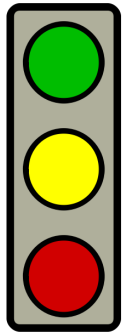
Cambios de humor, recuerdos repentinos, depresión, dificultad para concentrarse, pensamientos suicidas, ira, ansiedad, hipervigilancia, tristeza, miedos excesivos.

De comportamiento

Alteraciones del sueño, masturbación excesiva, mantenerse alejado de los demás, pesadillas, promiscuidad, arrebatos de ira, auto-abuso y conocimientos sexuales / juegos sexuales inapropiados con otros niños.

Es importante tener en cuenta que los signos enumerados anteriormente también pueden ser indicativos de situaciones no abusivas. Considere el contexto de los comportamientos y el temperamento individual de su hijo

La exploración del cuerpo es un comportamiento de desarrollo normal. Para ayudarlo a identificar comportamientos saludables, preocupantes o peligrosos, hemos utilizado la idea de un semáforo para ayudarlo a identificar dónde cae un comportamiento en este continuo

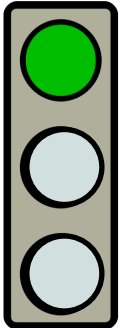


Verde = comportamientos típicos y aceptados

Amarillo = comportamientos a monitorear

Rojo = comportamientos problemáticos

COMPORTAMIENTOS SEXUALES TÍPICOS...

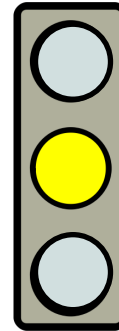


Los niños más pequeños pueden

- Hacer preguntas acerca de las partes íntimas / cómo se hacen los bebés
- Tocar / frotar los propios genitales al ir a dormir, nervioso, emocionado
- Comparar genitales con compañeros de la misma edad.

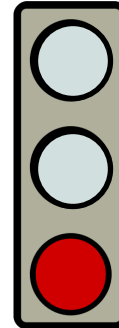
Los niños mayores pueden

- Contar/enviar mensajes de texto de chistes sucios
- Mostrar interés en los medios sexuales
- Masturbarse en privado



COMPORTAMIENTOS PREOCUPANTES...

- Tocar las partes íntimas de otros niños incluso después de que se le haya dicho que no
- Descubirlo repetidamente mirando a otros en el baño
- Imitar la copulación contra otros niños con la ropa puesta
- Querer que otros niños vean pornografía con ellos
- Poner objetos en sus propios genitales o en los de otro niño
- Tocar "accidentalmente" las partes íntimas de otras personas durante el juego



BUSQUE AYUDA SI LOS COMPORTAMIENTOS...

- Implican coerción, fuerza o agresión de cualquier tipo. (incluidas las amenazas)
- Tienen lugar entre niños de edades o habilidades muy diferentes.
- Se inician con fuertes sentimientos de malestar como ira o ansiedad
- Causan daño o daño potencial (físico o emocional) a cualquier niño.