

COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA

LUNES 20 DE JUNIO DEL 2016

EL TEMA DE HOY

PROTEGE A TUS HIJOS DE LOS DEPREDADORES SEXUALES

Todo padre desea que sus hijos sean felices y más aun que se sientan seguros; de allí la importancia de protegerlos.

¿Qué es el abuso sexual?

El abuso sexual es cualquier contacto o actividad sexual con o sin violencia; de manera directa o indirecta entre dos personas pero uno ejerciendo poder sobre otro, forzando, persuadiendo o coaccionando a participar en cualquier tipo de práctica sexual, incluyendo también el exhibicionismo, exposición ante material pornográfico, voyerismo o hasta entablando una conversación de tipo sexual a través del teléfono o internet.

Activemos su alarma: La Conciencia.

Para ello es necesario hablar abiertamente del asunto con tu hijo. Habla sobre su cuerpo, de cómo cuidarlo, defenderlo, etc. La conciencia es una alarma que avisa cuando algo está mal y los protege del peligro.

Expresiones que pueden usar como: **“Para”, “Basta”, “Mi cuerpo es mi territorio y nadie lo toca sin mi permiso”**.

La comunicación construirá la confianza. Instrúyelos para que no den su dirección de email, su dirección o teléfono de casa, etc.

Compartele informaciones sobre el abuso sexual infantil. De este modo, los potenciales abusadores sabrán que estás **alerta**.

Si el niño se siente incómodo o reacciona mal al estar con un determinado adulto, pregúntele por qué.?

El abusador suele manipular, amenazar y avergonzar al niño, acusándolo de haber permitido que ocurriera el abuso o diciéndole que sus padres se enfadarán al enterarse.

Los niños no revelan el abuso por temer desilusionar a sus padres.

El abusador convence al niño de que el abuso está 'bien' que es un juego.

En el caso de que haya alguna sospecha de abuso sexual, lleva al niño/a inmediatamente al médico y psicólogo .

Actúa siempre, aunque solo tengas sospechas y no pruebas.

El futuro bienestar de un niño/a está en riesgo.
Las sospechas y la falta de pruebas pueden darte miedo, pero confía en tu intuición y ten el valor de denunciar.

Detecta los indicadores del abuso sexual.

Señales más comunes: las emocionales o de comportamiento, que pueden ser por una ansiedad, dolor abdominal crónico, constantes dolores de cabeza, comportamiento perfeccionista, retraimiento o depresión, hasta una rabia y rebeldía inexplicables.

Señales poco comunes: las físicas, la irritación, la inflamación o el sarpullido en el área genital, las infecciones de las vías urinarias u otros síntomas, deben ser investigados con detenimiento.

Cuando el niño habla abiertamente sobre sexo de una manera atípica para su edad, también puede ser una señal de alarma.

Ten cuidado como reaccionas. Tu reacción tiene gran impacto sobre un niño vulnerable. Si respondes con rabia o incredulidad, el menor se encierra en sí mismo, y se sentirá aún más culpable.

Bríndale siempre tu apoyo al niño. Escúchale, no dudes de su palabra y cree en lo que te dice. Asegúrate de que él así lo entiende. Agradécele el hecho de contártelo y reconoce su valentía.

Anima al niño/a a que te cuente todo, pero que no se profundice demasiado en los detalles. Eso puede alterar sus recuerdos de los hechos.

Busca la ayuda y orientación de un profesional en psicología para hablar con el niño/a. Infórmate y conoce los pasos legales para denunciar. Debes conocer los organismos y/o instituciones competentes para denunciar un abuso sexual a un menor.

Los niños/a, víctimas de abuso sexual que reciben apoyo y ayuda psicológica a tiempo pueden superarlos y vivir una vida normal, de lo contrario en la etapa adulta, tendrán problemas en sus relaciones afectivas y sexuales.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 101 Y 102.

E-mail laurisalbavera@hotmail.com

Pagina Web www.clinicadeasesoriapsicologica.com

TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN.

Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico.