



Como Padre/Madre, ¿Qué Puedo Hacer para Reducir el Riesgo del Abuso Sexual Infantil?

Establezca límites

- Ayude a su hijo(a) a entender su rol en la familia. Su hijo(a) debe estar separado(a) de los problemas de los adultos.
- Comience a hablar con su hijo(a) sobre el espacio corporal personal y la privacidad a los tres años y sobre el sexo antes de los 10 años.
- Establezca reglas para usar el baño, bañarse y cambiarse de ropa, es decir, solo una persona debe ir al baño a la vez; “debes cambiarte la ropa en la privacidad de tu habitación, etc.”.
- Designe un espacio personal en el hogar para cada persona (incluidas las pertenencias y el tiempo personal a solas).
- No fuerce el afecto. No fuerce a sus hijos a abrazar o besar a las personas que no quieren. Hágales saber que está bien elegir a quién quieren abrazar.
- Recuerde que el respeto no significa enseñar obediencia, a veces está bien que un niño diga que no.
- Enséñeles a los niños los nombres correctos de las partes del cuerpo.
- A medida que crecen, enséñeles a sus hijos a bañarse, vestirse, lavarse e ir solos al baño.

Monitoree la exposición a temas de adultos

- Establezca límites apropiados para su edad con respecto a la televisión, radio, música, conversaciones de adultos, juegos e Internet.



Enséñeles Acerca de la Asertividad

- Cree oportunidades para que los niños practiquen la correspondencia de su lenguaje corporal con mensajes verbales fuertes, es decir, proponga situaciones diferentes en las que su hijo(a) deba ser asertivo y practique con ellos lo que deberían decir y hacer.
- Enséñeles a los niños que está bien decir: “no, basta, o no me gusta eso”.

Enséñele a su hijo(a) a que le cuente a usted si alguien hace algo que lo/a haga sentirse incómodo(a), incluyendo:

- Si le piden tocar o mirar las partes privadas de su hijo(a) o si le piden que toque o mire las partes privadas de otra persona.
- Si quieren tomar fotos de su hijo(a) sin ropa (o si le muestran fotos de personas sin ropa).
- Si le cuentan chistes sexuales a su hijo(a) o le hablan a su hijo(a) sobre sexo.
- Si van con su hijo(a) al baño.
- Si quieren bañar a su hijo(a).
- Si hacen que el/la niño(a) se sienta asustado(a), herido(a), triste o incómodo(a).



Hablen acerca de secretos

- Explique la diferencia entre las sorpresas, las cuales deben ser contadas, y los secretos que no son seguros y que nunca se pueden contar.

Identifique a los adultos seguros

- Ayude a su hijo(a) a identificar a los adultos seguros en su vida. Ayúdeles a pensar a quién pueden acudir en busca de ayuda, como un maestro, tía, tío, etc.

Enséñeles acerca de las relaciones saludables entre los adultos y los niños.

- Discuta qué es la amistad y qué no es.
- Hable sobre relaciones saludables y no saludables.
- Recuerde que los niños necesitan afecto y atención; esto puede ser utilizado por delincuentes para acercarse a su hijo(a).

Enséñeles a sus hijos cómo identificar y etiquetar sus sentimientos.

- Nombre el sentimiento: Ayude a sus hijos a nombrar sus sentimientos dándoles etiquetas para que las usen. “Mami tuvo que ir a trabajar, estás triste. Dijiste que quieres a tu mami.”
- Identifique los sentimientos en sí mismos y en los demás: Hable sobre los sentimientos que ellos sienten y los que ve en los demás. “Te escucho reír, ¿eres feliz?” O “Se cayó, ¿cómo crees que se siente?”
- Hable sobre cómo se pueden expresar los sentimientos. Predique con el ejemplo. Hable acerca de sus propios sentimientos y cómo puede expresar esos sentimientos. ¿Qué haces cuando te enojas? ¿Cómo sabe la gente que eres feliz? Hable sobre las formas en que su hijo(a) puede expresar sus emociones.



Esta publicación es financiada en parte por una subvención de Child Victim's Trust Fund.

Este proyecto está financiado en parte o en su totalidad con fondos estatales o federales a través de un contrato (# PON2 736 1400001748 2) con el Gabinete de KY para Servicios de Salud y Familiares.



**Prevent Child Abuse
Kentucky®**

801 Corporate Drive, Suite 120
Lexington, Kentucky 40503
(859)225-8879

© 2016 Prevent Child Abuse Kentucky. Todos los derechos reservados.
Póngase en contacto con nosotros escribiendo a pcaky@pcaky.org para solicitar permiso para reproducir esta información.

