

¡Hablemos!

Consejos para hablar de seguridad personal y abuso sexual con niños de 5 años o menos

0-5

Pónganse cómodos e inicie la conversación

Desde el momento en que nace su hijo, usted quiere protegerlo de cualquier daño y criarlo para que tenga confianza en sí mismo y sea competente. Aplique estos consejos para iniciar una conversación continua y sincera sobre seguridad personal que pueda proteger a su hijo ahora y siente las bases de su seguridad futura a medida que crezca.

Lo que usted puede decir

“Una persona más grande NUNCA debe tocar tus partes privadas”.

“Siempre puedes decir ‘no’ o ‘para’ si no te gusta algo”.

“Nunca guardes secretos sobre tocamientos”.

“Los únicos secretos seguros son los que finalmente se pueden compartir, como las sorpresas de cumpleaños”.

“Pregunta siempre al adulto a cargo si está bien que otro adulto te dé algo o te lleve a algún sitio”.

“Si algo te incomoda, puedes decir: ‘Para. No me gusta eso’”.

“¿Puedes decir el nombre de todas las partes de tu cuerpo? Ojos, orejas, codos, pene, rodillas...”

“¿Puedes señalar las partes de tu cuerpo que cubre un traje de baño? Están cubiertas porque son privadas”.

“Pregunta siempre antes de tocar a otra persona”.

“Escucha cuando alguien dice ‘no’ o ‘para’”.

1 Mantenga conversaciones breves y sencillas

Hable de seguridad personal y de tocamientos inapropiados en los momentos cotidianos. Al leer juntos, por ejemplo, puede señalar diferentes tipos de tocamientos y situaciones de seguridad. Además, hay muchos libros apropiados para cada edad que abordan conceptos clave sobre seguridad personal, como *Some Secrets Should Never Be Kept* de Jayneen Sanders.

2 Concéntrese en enseñar las reglas básicas de seguridad personal

En cuanto su bebé empiece a hablar, puede empezar a enseñarle los nombres correctos de todas las partes del cuerpo. Entre las edades de 1 y 4 años, los infantes pueden empezar a reconocer las diferencias entre los tocamientos seguros y los inapropiados. Enséñeles reglas sencillas y directas como: “Nunca guardes secretos sobre tocamientos”. Los niños pequeños aprenden mediante la repetición, así que recuérdelos con frecuencia las reglas de seguridad.

3 Enséñeles los nombres correctos de todas las partes del cuerpo

La hora del baño es una gran oportunidad para enseñar a los niños pequeños el nombre correcto de todas las partes del cuerpo. Esto es importante por algunas razones clave: fomenta la confianza en el cuerpo y las investigaciones indican que los niños bien informados tienen menos probabilidades de ser el objetivo de los agresores.¹ Además, si sufren algún daño, pueden describir con precisión lo sucedido.

4 Enséñeles a rechazar los tocamientos no deseados

La hora de jugar puede ser un buen momento para explicar las reglas básicas de los tocamientos seguros y los inapropiados y los límites personales. Dígale a su hijo que está bien rechazar tocamientos, aunque se trate del abrazo de un familiar o de una actividad que parezca divertida, como las cosquillas. Practiquen juntos la asertividad. Muéstrele cómo mantenerse erguido y rechazar las situaciones incómodas con voz tranquila.

SI SOSPECHA UN ABUSO O NECESITA AYUDA

Childhelp **800-4-A-Child**

National Sexual Violence Resource Center **877-739-3895**

National Human Trafficking Hotline **888-373-7888** o envíe **HELP** por texto a **233733**.

Rape, Abuse & Incest National Network **800-656-HOPE**



1. Finkelhor, D. y Dziuba-Leatherman, J. (1995). Victimization prevention programs: A national survey of children's exposure and reactions. *Child Abuse & Neglect*, 19(2), 129-139. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(94\)00111-7](https://doi.org/10.1016/0145-2134(94)00111-7)

© Committee for Children 2020, 2022 Reimpreso con autorización para uso personal o con fines educativos.