

bastade silencio[®]Teen

SOMBRA QUE
AMENAZA



bastadesilencio®

Basta de silencio es un proyecto educativo y de prevención contra el abuso y la violencia doméstica, promovido anualmente por la Iglesia Adventista del Séptimo Día en ocho países sudamericanos (Argentina, Brasil, Bolivia, Chile, Ecuador, Paraguay, Perú y Uruguay) desde 2002.

La campaña se desarrolla durante todo el año, pero una de sus principales actividades siempre tiene lugar el cuarto sábado de agosto. Se trata del "Día de énfasis contra el maltrato y la violencia", en el que se celebran marchas, foros, seminarios para padres, actos educativos contra la violencia y manifestaciones en toda Sudamérica.



Basta de silencio teen
Sombra que amenaza

Daniel Trentin, Christofer Valenço, Tiago Santos, Nadma Forti, Luciana García, Maira Mafra, Paula Ester Diedrich, Jaime Zinn, Diego Alexandre Rosendo da Silva.

Título del original: *Quebrando o silêncio Teen. Sombra que ameaça.*

Coordinación general: Denise Lopes, Betina Pinto, Jéssica Guidolin, Paulo Ribeiro.

Dirección y traducción: Claudia Blath.

Diseño: Marcos Castro, Ivonne Lechner.

IMPRESO EN LA ARGENTINA
Printed in Argentina

Primera edición
MMXXIV - 69,439M

Es propiedad. © 2024 Ministerio de la Mujer de la Unión Sur Brasileña.
© 2024 Asociación Casa Editora Sudamericana.
Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723.

ISBN 978-631-305-003-1

Basta de silencio teen: Sombra que amenaza / Daniel Trentin ... [et al.]
/ Dirigido por Claudia Blath. - 1ª ed. - Florida: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2024.

36 p. ; 24 x 17 cm.

Traducción de: Claudia Blath.
ISBN 978-631-305-003-1

1. Violencia. I. Trentin, Daniel. II. Blath, Claudia, dir.
CDD 201.76

Se terminó de imprimir el 25 de marzo de 2024 en talleres propios (Gral. José de San Martín 4555, B1604CD6 Florida Oeste, Buenos Aires).

Prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación (texto, imágenes y diseño), su manipulación informática y transmisión ya sea electrónica, mecánica, por fotocopia u otros medios, sin permiso previo del editor.

—114805—



¿QUÉ ES LA VIOLENCIA?

La violencia es uno de los temas cotidianos en los medios de comunicación. Cuando hablamos de violencia, no es solo física, sino también psicológica y sexual.

El problema es que, como estas noticias se han vuelto comunes, también nosotros nos hemos acostumbrado, y corremos el riesgo de considerar que no es terrible y no sentirnos apenados por quienes sufren violencia.

Es triste cuando alguien no ve la salida y, debido a la desintegración de su estado emocional, cree que la violencia no tiene solución. Por eso, entierra sus sueños y su felicidad.

Es aun peor cuando la persona sufre por no saber cómo se presentan el abuso y la violencia, y se le sigue faltando el respeto como si esto fuera normal.

No queremos que nada de esto suceda. Por eso, preparamos esta revista para ayudarte a descubrir cómo evitar la violencia sexual o buscar ayuda si la necesitas. Si eres víctima, aún es tiempo de ponerle fin, romper el silencio y buscar ayuda para trazar un nuevo camino para tu vida.

Denise Lopes
Coordinadora del Ministerio de la Mujer, Unión Sur Brasileña

ME PASÓ A MÍ

Vivíamos en una casa sencilla, en una ciudad pequeña.

HISTORIA: MAÍRA MAFRA
TEXTO: PUALO RIBEIRO
ILUSTRACIÓN: FABIO REZENDE

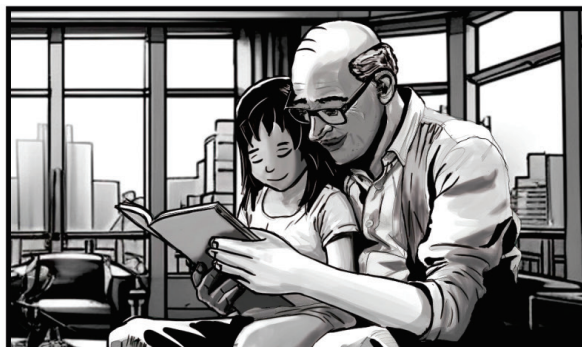
Después del divorcio, mamá trabajaba muchas horas al día para mantenernos.

Por eso, yo, con 12 años, y mi hermana, con 8, pasábamos mucho tiempo solas.

Así, terminamos siendo presa fácil de un depredador, un vecino de unos setenta años que vivía cerca de nuestra casa.



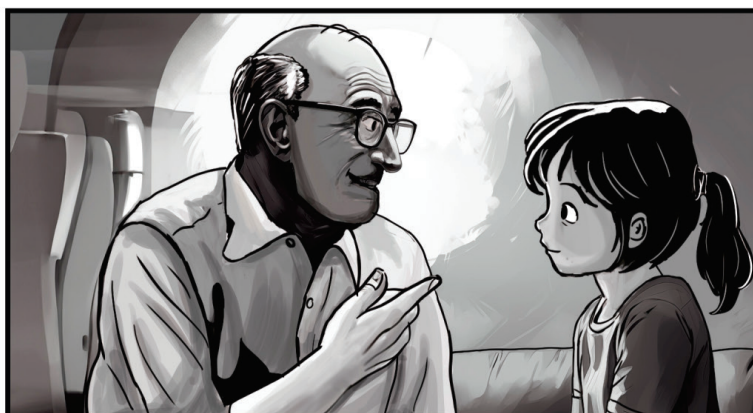
Él se acercó como un amigo, un abuelo, para suplir la falta de una presencia masculina. Nos daba caramelos, nos invitaba a participar de juegos, era educado y discreto.



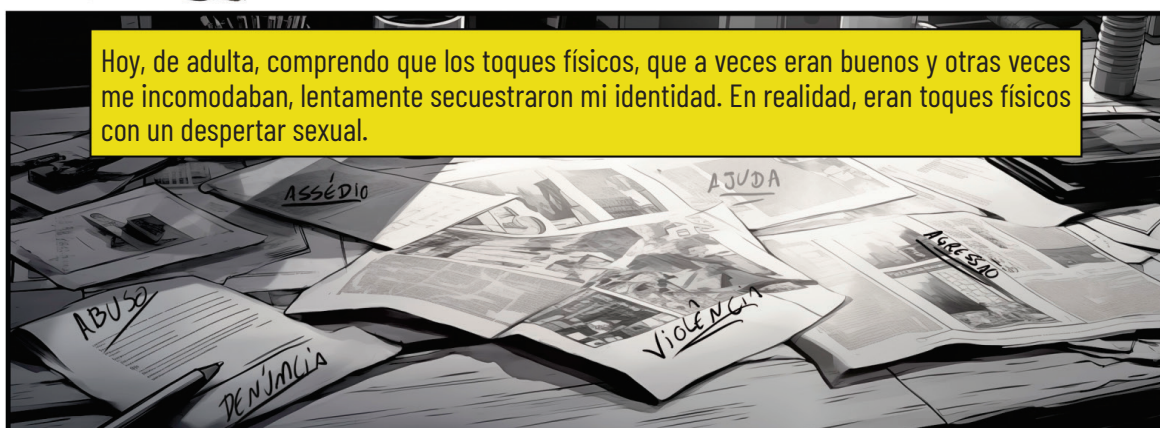
Como la mayoría de los abusadores y pedófilos, comenzó a desarrollar intimidad y amistad, demostrando interés en "ayudar". Rápidamente, afloraron los cariños, los abrazos y los toques.



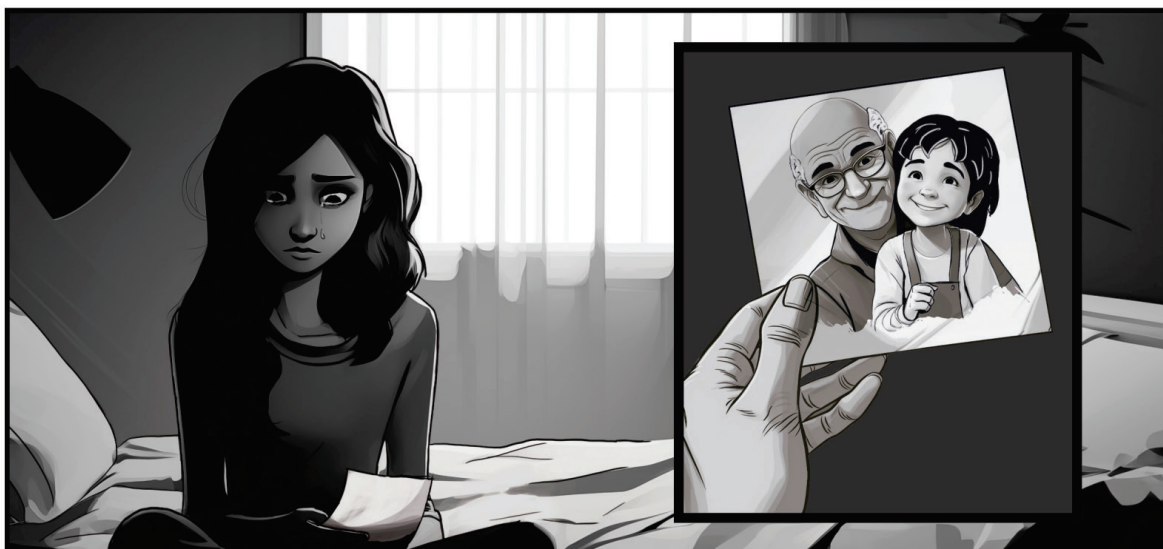
Cuando cumplí trece años, me di cuenta de que esos "cariños" eran diferentes y ocurrían en partes de mi cuerpo que solo él tocaba.



Comencé a notar que eso lo dejaba incómodo y quedé confundida al observar su comportamiento. Me preguntaba: "¿Será que él acariciaba a todas mis amiguitas así, o era solo conmigo?" Entonces, decidí hacerle esta pregunta, y él respondió que me amaba solamente a mí, ilo que me hizo sentir especial! ¡Guau! ¡Él me amaba!



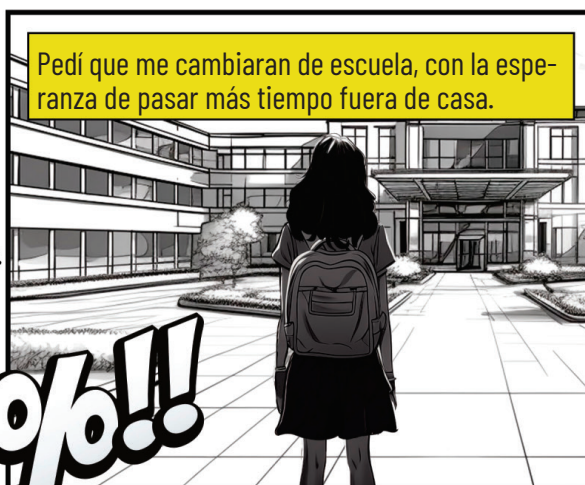
Hoy, de adulta, comprendo que los toques físicos, que a veces eran buenos y otras veces me incomodaban, lentamente secuestraron mi identidad. En realidad, eran toques físicos con un despertar sexual.



A medida que crecía, percibía que esa experiencia no era normal. Siempre que estaba solo conmigo, él me amenazaba. A los catorce años, comenzó el terror psicológico. Me amenazaba y me hacía sentir culpa: prácticas comunes de los abusadores. Yo creía que había hecho algo malo.



Con el paso de los años y mi maduración, percibí que él estaba más agresivo y amenazador.

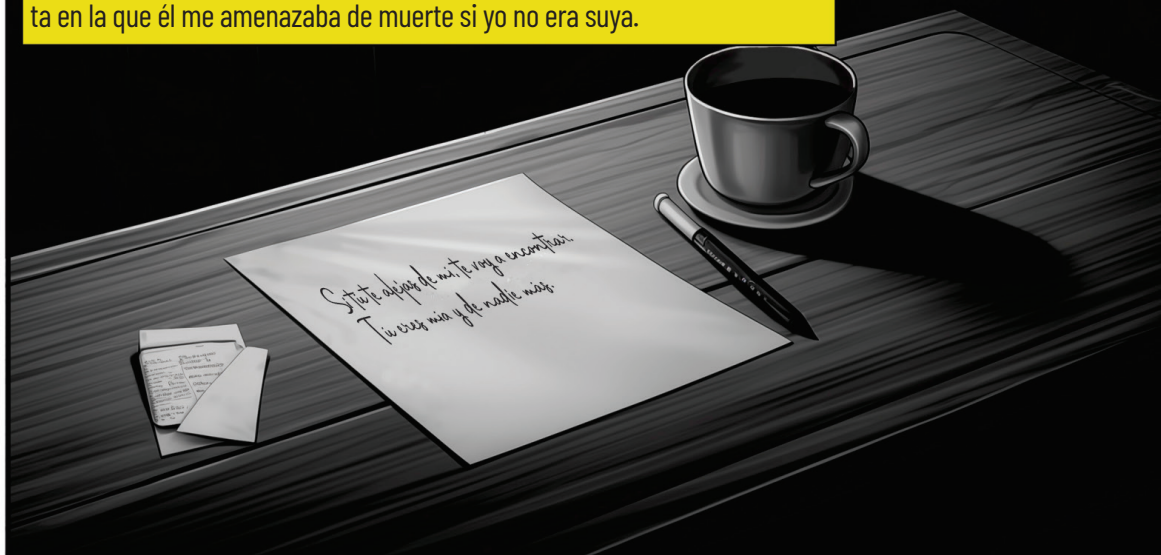


Pedí que me cambiaran de escuela, con la esperanza de pasar más tiempo fuera de casa.



Me empezó a perseguir y me retiraba de la escuela, con el pretexto de que era mi abuelo.

Pasaron algunos años. El abuso que yo sufría se descubrió mediante una carta en la que él me amenazaba de muerte si yo no era suya.



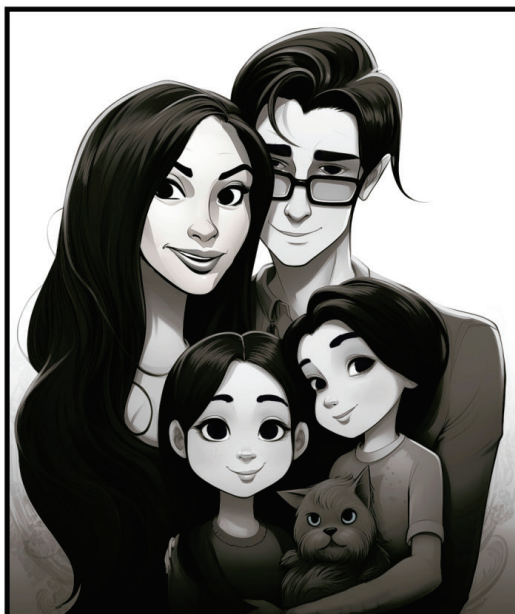


Necesité entender el daño que me causaron los abusos. Hasta el día de hoy me acompañan algunos recuerdos. Tomar conciencia de ese delito fue el primer paso para que yo buscara superarlo.

Las mentiras que acepté –que las “atenciones” de aquel hombre eran manifestaciones de amor y sentir culpa por la posibilidad de haber hecho algo malo- ya no forman más parte de mí ni tampoco necesitan ser parte de quien eres tú.



¡Supérate y acepta que tu historia puede cambiar!
¡Busca ayuda, cuéntale a alguien de confianza!



Estoy casada y tengo una linda familia. Satanás sugiere que yo no merezco esa felicidad. Mi conciencia me acusa de mi silencio. La culpa insinúa que soy indigna y que no tengo valor. La vergüenza sugiere que, si se lo cuento a alguien, estoy perdida. Pero logré restaurar quién soy: amada por Dios y hecha para ser feliz, ¡abundantemente feliz!

LA CURACIÓN REQUIERE TIEMPO Y COMPROMISO.



Algo muy común en nosotros, víctimas del abuso, son los muros de protección que levantamos inconscientemente.

Los muros que nos protegen del mal nos impiden vivir en plenitud. ¡Dios quiere derrumbar esos muros! De a poco, le pedí que quitara los ladrillos que me rodeaban. Durante un tiempo, estos ladrillos fueron un intento de ignorar lo sucedido. Añadí una nueva capa cuando decidí que nadie me haría daño. Rechacé la ayuda y evité mostrar fragilidad. Capa tras capa, mi protección contra el dolor intensificó lo que podía curarse.

Ya de adulta, busqué ayuda profesional, ¡y tú puedes hacer lo mismo hoy! Y lo más importante: ¡denúncialo!

VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL

Las historias como la que acabas de leer son más comunes de lo que crees. De hecho, el problema de los abusos sexuales va en aumento. Ocurre en todas partes del mundo, incluido el entorno familiar. Es una realidad dolorosa para la víctima, con graves consecuencias.

Algunas actitudes que ayudan a prevenir el abuso sexual son:

- Comprender ampliamente qué es el abuso sexual.
- Poner límites a las caricias.
- Evitar los lugares sin gente o caminar sin compañía por la noche.
- Identificar las señales de comportamiento de un abusador.

Si formas parte de estas tristes estadísticas o conoces a una víctima, es importante que sepas:

- ¿Cómo protegen las leyes a las víctimas?
- ¿Cuáles son las consecuencias del maltrato?
- ¿Dónde puedo encontrar ayuda?

Luego:

- Edúcate: la educación es una actitud de amor.
- Respétate: el respeto es una prueba de amor.
- Cuídate: cuidarse es un acto de amor.
- Quiérete: es la manera de encontrar valor y felicidad.



¡ASUNTO SERIO!

Jéssica Guidolin

Hablar de abuso no es agradable, pero es necesario. Tenemos que ser conscientes de las señales y de lo que ocurre a nuestro alrededor. La información es una forma de protegernos a nosotros mismos y a los demás.

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA SEXUAL?

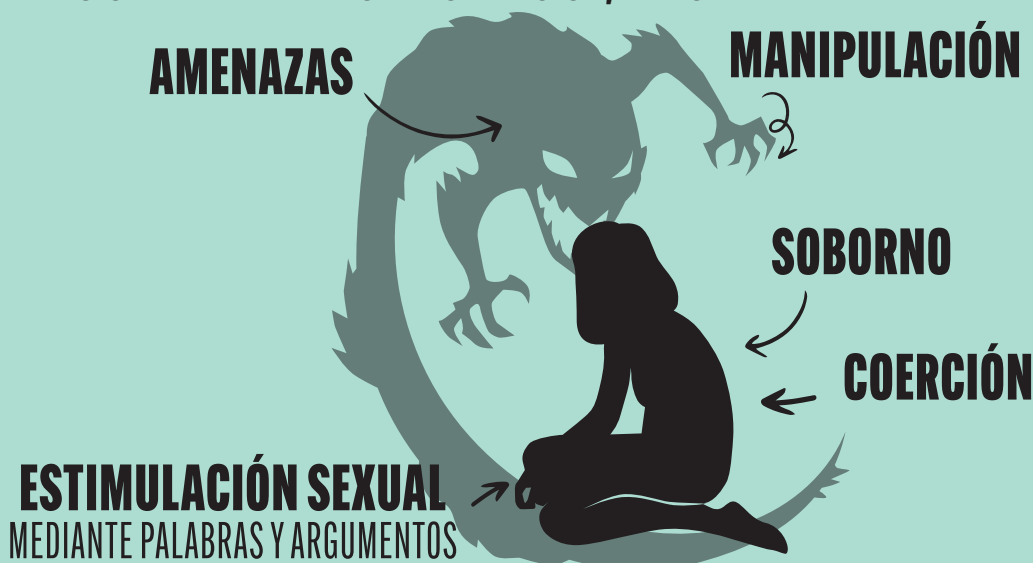
La violencia y el abuso sexual contra niños y adolescentes se produce cuando se los usa para la satisfacción sexual de personas que, generalmente, son mayores.

Esta situación se da en diversos entornos socioeconómicos, religiosos, étnicos y culturales. La violencia sexual abarca todo acto, explotación, juego, relación heterosexual u homosexual y la victimización de niños y adolescentes mediante el uso de poder, la diferencia de edad y de conocimiento sobre el comportamiento sexual.

EL ABUSO Y LA VIOLENCIA SEXUAL PUEDEN SER:

- ◆ Extrafamiliares. Ocurren fuera del entorno familiar. Pueden ser perpetrados por extraños o por alguien conocido: amigos, vecinos, profesionales (profesores, médicos, líderes religiosos, etc.).
- ◆ Intrafamiliares. Ocurren en el contexto doméstico. Las cometen personas con las que se tiene una relación estrecha y afectiva. Esta cercanía puede deberse a lazos de consanguinidad (padres, hermanos, abuelos, tíos, etc.), de afinidad (padrastro, madrastra, cuñado, etc.) o responsabilidad (custodia, tutela, adopción, etc.).

NO SIEMPRE HAY VIOLENCIA FÍSICA, PERO HAY:



TIPOS DE VIOLENCIA SEXUAL

Los siguientes actos forman parte del abuso sexual. Son comportamientos no deseados y no consentidos que se le imponen a la víctima.

CONTACTO FÍSICO

Toques, caricias, besos forzados o en los genitales. Intento de relación sexual, masturbación, sexo oral o penetración.

ACTIVIDADES SEXUALES VERBALES

Conversaciones e intercambios de mensajes de contenido erótico.

EXPOSICIÓN DEL CUERPO

Cuando se obliga a alguien a desnudarse o a mostrar partes de su cuerpo.

VIOLACIÓN

La violación es el tipo más grave de abuso sexual. Se caracteriza por el uso de violencia física o psicológica en la que el agresor amenaza a la víctima para satisfacer su placer.

EXHIBICIONISMO

El acto de mostrar los genitales o masturbarse en presencia de niños o adolescentes, o dentro de su campo de visión.

VOYEURISMO

El acto de obtener satisfacción sexual al mirar fijamente los actos sexuales o los genitales de otras personas cuando estas no desean ser vistas.

EXPLOTACIÓN SEXUAL

Cuando se obliga o coacciona a alguien a participar de actividades sexuales a cambio de dinero, bienes, favores o cualquier otro beneficio.

INCESTO

Cualquier relación sexual entre un adulto y un niño o adolescente, entre un adolescente y un niño, o entre adolescentes. Existe un vínculo familiar -directo o no- o una relación de responsabilidad.

ACOSO SEXUAL

Puede expresarse de forma verbal, no verbal o física. Se refiere a todo comportamiento no deseado de naturaleza sexual: comentarios, insinuaciones, propuestas o gestos ofensivos que crean un entorno hostil, intimidatorio o incómodo para la víctima.

EXHIBICIÓN DE MATERIAL PORNOGRÁFICO

Obligar a alguien a ver, producir o participar de material pornográfico. Esto incluye fotos, videos o cualquier tipo de contenido sexual.



Se estima que
400 millones
de niños y adolescentes son
víctimas de violencia sexual
cada año.



**LA VIOLACIÓN ES EL TIPO DE
DELITO MÁS REGISTRADO CONTRA
NIÑOS Y ADOLESCENTES.**

71,5%
de las violaciones son cometidas
por un familiar.

↓
85 a 90 %
de los casos son cometidos
por conocidos.

72,2 %
de los casos ocurren en la casa de la
víctima o del abusador.

**LA MAYORÍA DE LAS VÍCTIMAS
SON DE SEXO FEMENINO, DE PIEL
NEGRA O MORENA.***

* Según estadísticas de Brasil.

¿QUIÉNES SON LOS ABUSADORES?

Aproximadamente el

70 %
de los casos provienen de
FAMILIARES.



82,5%
de los casos son
CONOCIDOS
de la víctima.

17,5%
son
DESCONOCIDOS.

HAY DOS TIPOS DE ABUSADORES

Abusadores habituales: quienes practican sus
actitudes abusivas vez tras vez.

Abusadores situacionales: quienes se aprovechan
de situaciones favorables puntuales.

Aunque la mayoría de los casos
reportados involucran agresores
de sexo masculino, tanto para
las víctimas niñas como para los
niños, es importante reconocer
que los atacantes pueden ser de
cualquier sexo y edad.

Referencias:

<https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitos-humanos/noticia/2023>
<https://fontesegura.forumseguranca.org.br/violencia-sexual-infantil>
<https://informe.ensp.fiocruz.br/noticias>
Anuário Brasileiro de Segurança Pública de 2022.



**RECUERDA: HAY PARTES DE TU
CUERPO
QUE SON SOLO TUYAS**

SEÑALES DE ALERTA

TODO OK

Padres y familiares cariñosos con abrazos y besos, siempre que no te hagan sentir avergonzado.

NADA OK

Si el toque te hace sentir incómodo, invadido, con miedo o triste.

MANUAL DEL FABRICANTE

Nadma Forti



Hola...

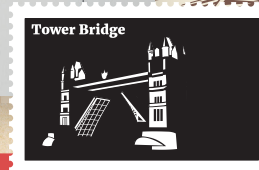
Hace tiempo que quería hablarte de tu cuerpo. Quizá, ya hayas notado algunos cambios en él. Los pies crecieron, también el vello púbico. Aparecieron diferentes olores y secreciones... A veces, parece que estás en una montaña rusa de sentimientos debido a las hormonas y las emociones. Inesperadamente, pasas de la tristeza a la alegría, del llanto a la euforia, entre otros cambios de humor, ¿verdad?

Yo te planifiqué, así que te sugiero que sigas estas pautas, ya que soy el Creador.

Solo quiero lo mejor para ti. Te programé para vivir la pubertad. Entonces, ¿tu cuerpo y tu mente están completos? ¡No! Creces hasta los 18 años y tu cerebro madura hasta los 25. Serán años de lucha para protegerte y evitar el sufrimiento.

¿Sabes?, te puse algunas terminaciones especiales. ¡Y realmente funcionan! A veces, incluso sin que te des cuenta. Pero son para tu uso exclusivo (esto se lo dije a Adán y a Eva en Gén. 1:26-28).

No permitas que nadie vea, toque ni manipule tus partes íntimas, y mucho menos que jueguen con el acto sexual. Estas “pequeñas partes” son de gran importancia. Proporcionan placer, pero son privadas.



¿Qué pasa si alguien insiste, queriendo acabar con tu privacidad, diciendo: "Por favor, solo una vez y nunca más"? ¡Trampa! ¡Peligro! ¡Te prepararé para disfrutar de este placer todos los días, no solo una vez, y no de esta manera!

¿Y si un conocido, amigo, familiar o *crush* se acerca, te dice cosas encantadoras, te dice que eres especial e invade tu privacidad? ¿Y si empieza con suaves caricias o con una propuesta indecente?

Y... ¿si tu corazón se acelera, tu adrenalina se dispara y sientes esa emoción? ¡Huye, no caigas en la trampa! Lo que intentaron hacer tiene un nombre: **ABUSO SEXUAL**. Situaciones como esta solo dañan y lastiman.

¡Tienes que estar atento! Sé lo que pasa por la cabeza de la gente. ¡Desconfía de ciertos comportamientos, miradas y regalos porque, lamentablemente, la malicia existe!

¿Y si cuando te tocan te sientes extraño, incómodo, con miedo, nervioso, triste y no sabes qué hacer? ¿Y si te obligan a hacer algo que no quieres o no tenías planeado? Esto es abuso sexual. Una persona abusada puede sentir miedo, ansiedad y estrés. Busca ayuda, cuéntaselo a tu red de apoyo, a alguien de confianza (padre, madre, familiar, profesores).

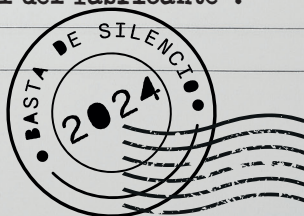
¡Yo estoy contigo -en situaciones felices y también en los desafíos que puedan surgir-, porque tú eres especial, tienes valor, aunque digan lo contrario, incluso cuando quieran invadir tu privacidad, incluso cuando haya malos sentimientos presentes!

Así que nunca lo olvides: te creé perfecto.

Presta atención y sigue el "manual del fabricante".

Te amo...

P. D.: Iré a buscarte pronto.



¡EL PELIGRO PUEDE ESTAR AL LADO!

Christofer Valenço y Luciane Garcia

Aunque estamos rodeados de muchas amenazas, desde enfermedades hasta cambios climáticos, precisamente son las que subestimamos las que pueden causarnos más daño.

Como ya has observado en las páginas anteriores, la mayoría de los abusos sexuales y la violencia sexual son perpetrados por personas cercanas a nosotros, y esa es la amenaza más terrible a la que puedes estar expuesto.

Es importante dejar en claro que la violencia sexual, en sus diversas formas, nunca puede atribuirse a la víctima.

LA RESPONSABILIDAD ES SIEMPRE DEL AGRESOR, EN CUALQUIER SITUACIÓN.



EL CONOCIMIENTO ES PODER

Las investigaciones identifican los principales comportamientos y las vulnerabilidades recurrentes.

El servicio gratuito de denuncias de Brasil, Disque 100, registró **17.500 denuncias de violencia sexual** contra **niños y adolescentes** en los primeros cuatro meses de 2023, un **aumento del 68 %** en comparación con el mismo período de 2022.

Estas violaciones, ya sean presenciales o en línea, tienen lugar en una gran variedad de lugares: escuelas, autobuses, centros comerciales, transportes basados en aplicaciones (ej. Uber, Cabify), casas de amigos y, sobre todo, en **el propio hogar de la víctima**. Pueden ocurrir una sola vez, pero lo más frecuente es que se repitan.

Lo aterrador es que el **agresor** podría estar muy cerca de ti. Podría ser alguien que conoces y, además, **difícil de identificar**. **No hay ninguna característica física ni etiqueta para identificar a los abusadores**, porque ellos:

- ✓ Tienen una apariencia normal.
- ✓ Suelen ser amables.
- ✓ Se presentan como personas fuera de toda sospecha.
- ✓ Son aparentemente dignos de confianza, educados y dispuestos a ayudar (pero con intenciones egoístas y perversas).
- ✓ Suelen aprovecharse de la generosidad, la confianza y las creencias, igual que un estafador.

Lo que puede agravar la situación es que, durante la adolescencia, es natural buscar modelos de referencia (profesores, artistas, amigos mayores, padres de amigos, tíos, vecinos, conocidos). Esta búsqueda es sana y necesaria para el desarrollo de tu identidad.

Sin embargo, es crucial estar alerta para no dejarte engañar y, lamentablemente, descubrir que el peligro estaba al lado.



PRESTA ATENCIÓN SI:

INTENTA MANIPULARTE PARA CONVENCERTE, AUN SIN TU CONSENTIMIENTO.

MONITOREA TUS ACTIVIDADES E IMPIDE TU LIBERTAD.

SE APROVECHA DE LA AMABILIDAD, DE LA BUENA VOLUNTAD Y DEL COMPORTAMIENTO NATURAL.

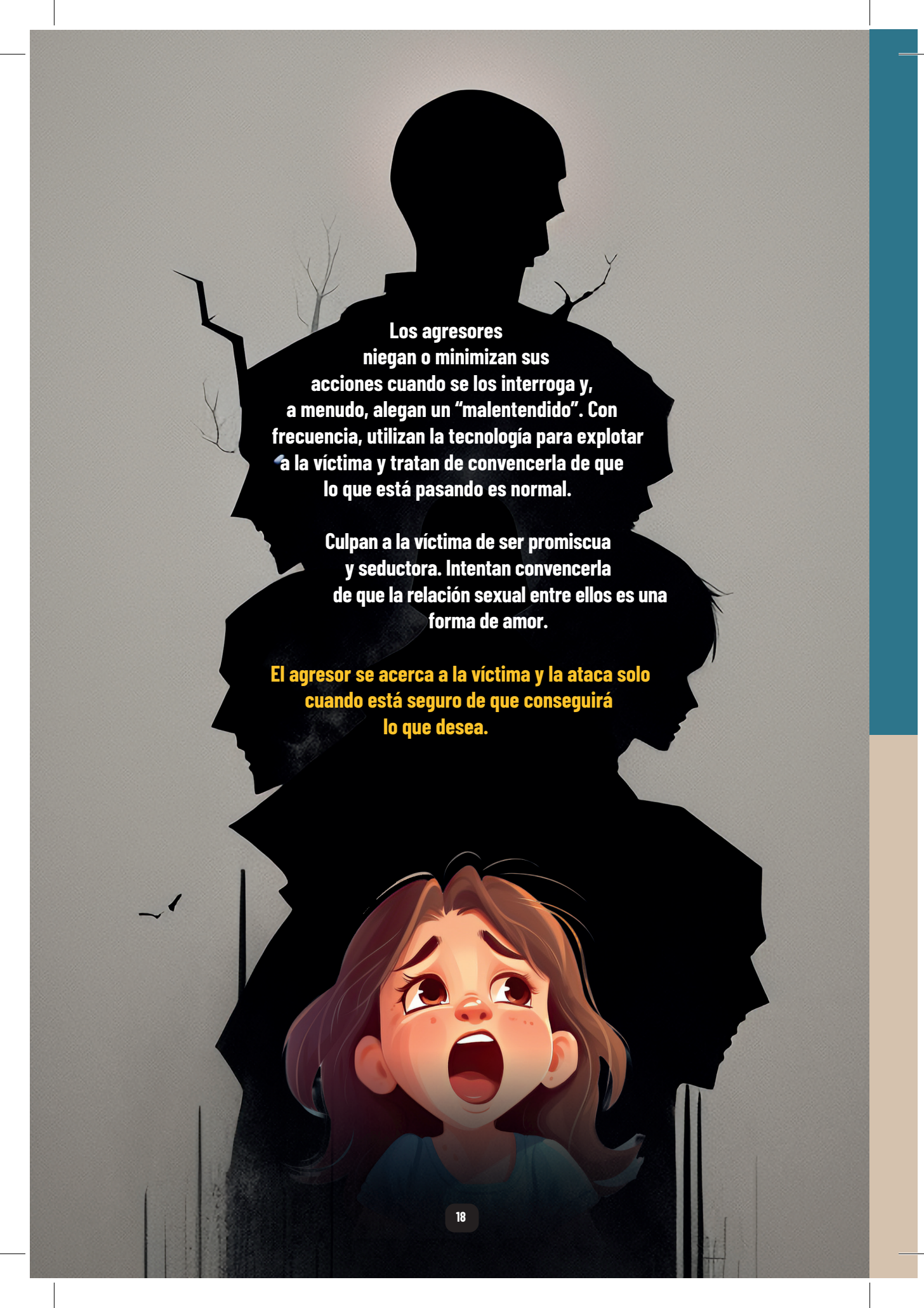
DESEA QUEDARSE CONTIGO LEJOS DE LA VIGILANCIA DE OTROS ADULTOS Y AMIGOS.

MUESTRA CELOS Y ES POSESIVO COMO FORMA DE GANARSE TU CONFIANZA.

CONSUME DROGAS O ALCOHOL

COMPARTE SECRETOS QUE TE PIDE QUE NO LE CUENTES A NADIE, PORQUE "LOS DEMÁS NO LO ENTENDERÁN".





Los agresores niegan o minimizan sus acciones cuando se los interroga y, a menudo, alegan un "malentendido". Con frecuencia, utilizan la tecnología para explotar a la víctima y tratan de convencerla de que lo que está pasando es normal.

Culpan a la víctima de ser promiscua y seductora. Intentan convencerla de que la relación sexual entre ellos es una forma de amor.

El agresor se acerca a la víctima y la ataca solo cuando está seguro de que conseguirá lo que desea.

Cuando se trata de violencia sexual contra adolescentes de **10 a 19 años**, más del



de las víctimas son de sexo femenino.



La mayoría de los abusos ocurren en la franja etaria que va de los

10 a 14 años.



3 de cada 10 niñas y 1 de cada 8 niños será víctima de algún tipo de abuso sexual antes de cumplir 18 años.

ES FUNDAMENTAL ENTENDER QUE NADA JUSTIFICA EL ABUSO. NINGÚN COMPORTAMIENTO, LUGAR, VESTIMENTA O ESTILO DA AUTORIZACIÓN AL ABUSADOR.

La precaución es esencial. Mantente siempre alerta a actitudes y comportamientos extraños. La intuición puede ayudarnos a identificar situaciones inapropiadas. Si algo parece estar mal, **busca ayuda** para averiguar si lo que estás experimentando es apropiado, correcto o confiable. En caso de duda, pregunta a gente de confianza. Recuerda: **el conocimiento es poder.**

Referencia:
Maria Leolina Couto, *Abuso sexual contra crianças e adolescentes: abordagem de casos concretos em uma perspectiva multidisciplinar e interinstitucional* (Governo Federal: Brasília, 2021).

SEÑALES DE ALERTA

Los adolescentes que son víctimas dan señales cuando están sufriendo algún tipo de violencia. Las señales tienen que ver con el cuerpo, el equilibrio emocional, el comportamiento y la interacción social.

Es muy importante dejar en claro que, para que alguien sea considerado víctima, necesita presentar varias señales, no solo dos, tres o cuatro. Conozcamos algunas señales:

SEÑALES FÍSICAS

- Ropa rasgada o manchada de sangre.
- Hemorragia vaginal o rectal
- Secreción vaginal o peniana
- Infección urinaria y dolor pélvico.
- Dificultad para caminar.
- Hematomas, dolor e hinchazón en las zonas genital y mamaria.
- Quejas constantes de gastritis.
- Enfermedades de transmisión sexual.
- Dificultad para controlar la vejiga y los intestinos.
- Embarazo precoz.

SEÑALES DE COMPORTAMIENTO

- Miedo a estar solo con alguien o en algún lugar.
- Cambios frecuentes de humor.
- Llanto sin motivo aparente.
- Tristeza y apatía, que pueden desembocar en una depresión crónica.
- Baja autoestima.
- Ansiedad generalizada.
- Pérdida o exceso de apetito.
- Amenazas o huidas de casa.
- Falta de ganas de pasar tiempo con la familia.
- Consumo de drogas.
- Pesadillas frecuentes, con probable sudoración durante la noche.
- Intentos de suicidio.



- Dificultad para concentrarse, estado de alerta constante, fatiga.
- Aversión al tacto de otra persona.
- Automutilación.

SEÑALES DE RENDIMIENTO ESCOLAR

- Ausencias escolares y descenso del rendimiento académico.
- Dificultad para concentrarse y aprender.
- Escasa o nula participación en las actividades escolares.
- Excesiva presencia o permanencia en la escuela, con fijación por la puntualidad.
- Apego exagerado al profesor.

SEÑALES DE COMPORTAMIENTO SEXUAL

- Interés precoz por el juego sexual o erotizado.
- Masturbación compulsiva.
- Relatos de agresiones sexuales.
- Dibujo de genitales con detalles y características.
- Comportamiento seductor.
- Chistes, historias, canciones eróticas.
- Aversión a compañeros del mismo sexo que su agresor.
- Promiscuidad.
- Vergüenza excesiva.

POSIBLES CONSECUENCIAS FUTURAS

- Desconfianza hacia todo y todos.
- Problemas en las relaciones sexuales y sociales.
- Dificultad para mantener el peso en el rango deseado.
- Disfunción sexual.
- Depresión y suicidio.
- Atracción por el dolor y el sufrimiento.
- Ataques de pánico y pesadillas muy vívidas.
- Tendencia a abusar de tranquilizantes o narcóticos.
- Dificultades en los logros profesionales.
- Dificultad para mantener la fidelidad en las relaciones sexuales.

Referencia:

"Você sabe como agir? Referencial teórico para profissionais que lidam com crianças e adolescentes". Governo da Bahia. <https://11nq.com/bFenK>



YO, VÍCTIMA

JAMILE ZINN

Todas las personas, hayan sufrido abuso o no, deben luchar contra este delito.

Si estás sufriendo abusos, dentro o fuera del contexto familiar, **DENUNCIA.**

Sabemos que el abuso cometido fuera del contexto familiar se denuncia más fácilmente. Sin embargo, si ocurrió en casa, necesitas librarte de esta situación, aunque puede resultar mucho más difícil debido al doble vínculo con el abusador.



¿QUÉ ES UN DOBLE VÍNCULO?

- ✗ Una forma de comunicación o relación llena de ambigüedades que confunden y desorientan.
- ✗ El abusador actúa de forma afectuosa contigo y luego se muestra agresivo y abusivo.

Es como si tuvieras un vaso de agua potable y le mezclaras tierra. Obviamente, esa agua no te hará ningún bien.

Presta atención. El abusador tiene buenas cualidades, pero sus acciones te perjudican.

NO ACEPTES AGUA SUCIA. AGUA LIMPIA CON SUCIEDAD ES AGUA SUCIA. UNA BUENA PERSONA QUE ABUSA ES UNA MALA PERSONA.

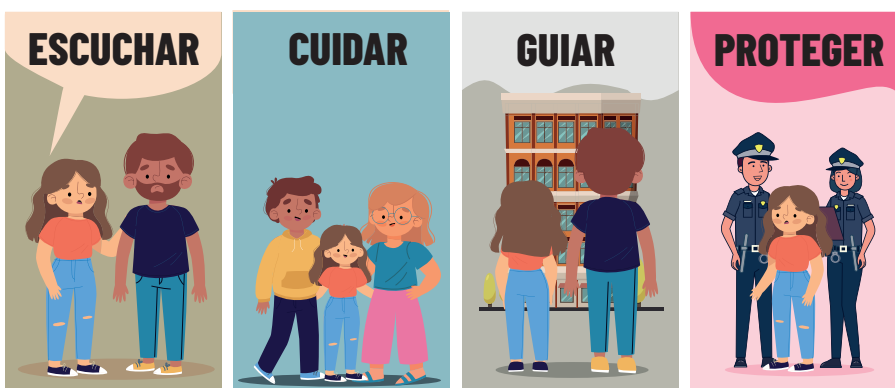


SI ALGUNA VEZ ABUSARON DE TI, ¿QUÉ AYUDA DEBES BUSCAR?

Algunos tienen miedo de pedir ayuda debido a la incertidumbre y al temor sobre el futuro. Piensan que no encontrarán a nadie que los escuche y los ayude.

Debes saber que existen profesionales bien preparados para afrontar esta situación. Se han desarrollado muchos estudios en este campo con el propósito de comprender este fenómeno que destroza tantas vidas. Alguien te cuidará.

Ante todo, pídele a Dios que te dé a alguien que pueda:



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE HABLAR?

- 1º - Para evitar que sigas siendo una víctima. Necesitamos poner fin a esta violencia.
- 2º - Para reducir las consecuencias y el sufrimiento futuro.
- 3º - Para restaurar tu valor y dignidad. Nadie nació para sufrir abusos. Todos fuimos creados por Dios para ser plenamente felices.

¿POR QUÉ ES DIFÍCIL HABLAR?

- ✓ Porque es complejo identificar el comportamiento de la otra persona como abuso y te sientes inferior por ello.
- ✓ Porque es difícil aceptar el hecho.
- ✓ Porque hay amenazas por parte del abusador.
- ✓ Porque puede haber problemas culturales y familiares, y temes ser rechazado o excluido.
- ✓ Por miedo a que no te crean.
- ✓ Porque no puedes expresarte; no sabes qué decir.
- ✓ Porque crees que es tu culpa.

AUN ASÍ, NADA DEBE ACALLAR TU VOZ. HABLAR ES POSIBLE Y NECESARIO.

¿Es difícil? Sí. Debemos recordar que pasarás por un torbellino de emociones, que pueden incluir:

- ✓ Sentimientos de culpa y vergüenza.
- ✓ Pensamientos de que eres malo, sucio y de poco valor.
- ✓ Pérdida de confianza en la gente.
- ✓ Miedo.
- ✓ Permitir que la tristeza y el “dejarse llevar” se apoderen de ti.

LO MEJOR, SIEMPRE, ES HACER QUE SE CONOZCA LA VERDAD.

Hacer esto:

- ✓ Te activará la memoria y te reorganizará la mente.
- ✓ Te ayudará a superar los traumas.
- ✓ Te demostrará que hay gente que cree en ti.
- ✓ Te ayudará a confiar en un adulto no abusivo.
- ✓ Te reestructurará la vida y el concepto de ti mismo.
- ✓ Te cambiará las ideas sobre la culpa y lo que es una relación sana.

Así que habla. No te quedes callado.

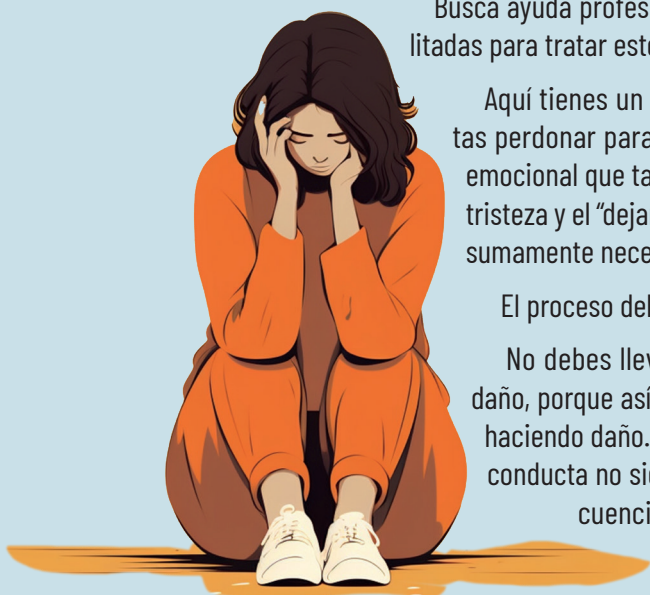
SI YA HAS SUFRIDO ABUSOS

Busca ayuda profesional. Acude a instituciones competentes habilitadas para tratar estos casos.

Aquí tienes un consejo, el más importante de todos: Necesitas perdonar para seguir adelante con tu vida, libre de la carga emocional que tanto sufrimiento te produce. No permitas que la tristeza y el “dejarse llevar” se apoderen de ti. No es fácil, pero es sumamente necesario.

El proceso del perdón puede ser un desafío, pero es posible.

No debes llevar dentro de ti a alguien que ya te ha hecho daño, porque así, aunque estés lejos de esa persona, te seguirá haciendo daño. Vale recordar que perdonar al abusador por su conducta no significa evitar que esa persona sufra las consecuencias de sus actos. Al perdonar conseguirás algo más importante: PAZ MENTAL.





SI ERES ABUSADOR

¡TEN CUIDADO, TU CONDUCTA PUEDE TRAERTE A TI Y A LOS DEMÁS GRAVES CONSECUENCIAS!

Los abusadores suelen tener motivaciones distorsionadas y pueden tener trastornos que necesitan ser trabajados y pueden ser superados. Así que, busca ayuda profesional y fortaleza en Dios. Basta de dañarte a ti mismo y a los demás.

SI NUNCA HAS SUFRIDO ABUSO

La Palabra de Dios nos da la tremenda responsabilidad de ayudar, cuidar y guiar a quienes se encuentran en situación de vulnerabilidad.

“Abre tu boca en favor del mudo, en el juicio de todos los desvalidos”.

— Proverbios 31:8



UN MENSAJE PARA LOS ADULTOS

Y si tú, como adulto que lees esta revista, recibes a un adolescente abusado,

SÉ DISCRETO Y CUIDADOSO. EXPONER POR EXPONER SOLO ENTORPECE.

LLEVA EL CASO A QUIENES AYUDARÁN EFICAZMENTE Y NO JUZGARÁN.

**PROTEGER A LA VÍCTIMA NO SOLO
SIGNIFICA CASTIGAR A LOS
RESPONSABLES DEL ABUSO.**

LA
PERICIA
POLICIAL,
EL CASTIGO Y LA
PROTECCIÓN NO SON
TRATAMIENTOS

CURA PARA LAS HERIDAS

■ Tiago Santos

¿Alguna vez te lastimaste? ¿Alguna vez te has parado a contar cuántas cicatrices tienes en el cuerpo? Un día, me detuve a hacer cuentas y el número final fue de solo cuatro cicatrices. Pocas, ¿verdad?

Algunos tuvieron una infancia más agitada y las cicatrices cuentan esas historias.

¿Qué historias cuentan tus cicatrices?

Las heridas no siempre son superficiales, así como las cicatrices no siempre son visibles. **En casos de abuso, la herida psicológica puede acompañar a la víctima durante mucho tiempo.** Quizá, la lesión todavía te moleste. Es posible que la herida se esté produciendo ahora mismo, y lo único que necesitas es ayuda.

¿QUÉ HACER CUANDO NOS GOLPEAN DE ESTA MANERA?

En primer lugar, es importante saber que no tienes por qué enfrentarte solo al sufrimiento. A veces, ni siquiera tienes fuerzas para luchar y cerrar la herida.

La escuela, la iglesia y la familia son algunos lugares donde puedes encontrar ayuda y primeros auxilios. También es necesario contar con apoyo profesional.

Todos los que sufren son víctimas, nunca culpables. Tal vez, te sientas culpable por lo que pasa en tu vida. Ora para que Dios te ayude a deshacerte de ese sentimiento que te causa más dolor.



Al orar, cuéntale a Dios cómo te sientes por lo que estás viviendo en este momento. La oración es la forma de desahogarnos con él y buscar ayuda del Cielo para cualquier situación. Nunca olvides que Dios está cerca de ti. La Biblia nos recuerda en Salmos 34:18:

“

“El Señor está cerca de los quebrantados de corazón, y salva a los contritos de espíritu”.

”

Por último, no olvides que Dios te ama incondicionalmente y que siempre está a tu lado, sin importar las circunstancias.

**NO IMPORTA CÓMO SEAN
LAS HERIDAS, PUEDES
CONFIAR EN QUE
DIOS ES EL MAYOR
CICATRIZADOR
DE HERIDAS DEL
UNIVERSO.**





¿QUÉ DICE LA LEY?

Daniel Trentin

La violencia sexual contra niños y adolescentes es un tema importante para la población en general y está contemplada en aspectos legales. Existen leyes para castigar este tipo de violencia. Por su gran impacto, este acto despierta un gran sentido de justicia en la sociedad.

Cualquier implicación de un niño o adolescente en una actividad sexual, sin plena conciencia de lo que está ocurriendo, se considera abuso sexual.

La falta de comprensión por parte de la víctima hace que el delito sea aun más repugnante, ya que queda incapacitada para expresarse y defenderse, no solo física sino también psicológicamente.

En 1959, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) aprobó la Declaración de los derechos del niño, que prevé la protección total de los niños en todo el mundo. En Brasil, existe un documento llamado Estatuto del niño y del adolescente (ECA) -redactado especialmente para garantizar la protección de los derechos de estos ciudadanos- que especifica la responsabilidad que tiene la sociedad de protegerlos.

Es probable que cada país tenga algo parecido al artículo 4 del ECA:

“Es deber de la familia, de la comunidad, de la sociedad en general y de los poderes públicos garantizar con absoluta prioridad la efectivización de los derechos relativos a la vida, la salud, la alimentación, la educación, el deporte, el ocio, la profesionalización, la cultura, el respeto, la libertad y la convivencia familiar y comunitaria”.

NOTA QUE LA ORDEN ES GENERAL, PARA TODOS, A FAVOR DE LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES.

Es deber de todos velar sin demora por la seguridad de los niños o adolescentes que han sufrido o están sufriendo abuso sexual.

El artículo 70 del ECA determina:

“Es deber de todos impedir que se produzcan amenazas o violaciones de los derechos de niños y adolescentes. Nadie puede eximirse del deber de prevenir las amenazas o violaciones de los derechos de los niños y adolescentes”.

Es decir, si se tiene conocimiento de que un niño o adolescente está sufriendo violencia sexual, es deber de la persona -ya sea familiar, amigo, maestro, médico o cualquier otra persona- hacer la denuncia ante las autoridades competentes. Si no lo hace, puede enfrentar acciones legales por omisión.

El problema del abuso se da en todo el mundo y cada país adopta una postura diferente en cuanto al castigo, según la legislación local.

En **Brasil**, el delito de violación de una persona vulnerable conlleva una pena de ocho a quince años de prisión. Si a la víctima se le permite presenciar relaciones sexuales o actos libidinosos, de dos a cuatro años de prisión. En caso de violación simple, la pena es de seis a diez años de prisión. En caso de lesiones corporales graves a la víctima, la pena será de ocho a doce años. Si se produce la muerte, la pena será de doce a treinta años.

En **Argentina**, la “ley nacional de delitos contra la integridad sexual” define una pena de cuatro a diez años de prisión cuando se cometen abusos de “sometimiento sexual gravemente ultrajante para la víctima”. La pena aumenta hasta quince años cuando hay penetración. Y si el agresor es familiar de la víctima o si el delito es cometido por dos o más personas, veinte años de prisión.

En los **Estados Unidos**, cada Estado tiene su propia legislación penal e incluso la definición de violación puede variar, al igual que los términos utilizados para tipificar el delito. Sin embargo, diez de los cincuenta Estados estadounidenses prevén la cadena perpetua para este tipo de delitos.

En India, la aprobación de una enmienda a la legislación penal amplió la definición de violación y endureció las penas de siete a veinte años de prisión. La pena máxima es la cadena perpetua.

En **Francia**, la legislación penal prevé una pena de prisión de quince años por el delito de violación. Puede llegar hasta veinte años si hay agravantes y hasta treinta si la víctima muere. Se aplica la cadena perpetua si el acto “va acompañado o seguido de torturas o actos de barbarie”.

En **Rusia**, la violación o las “acciones sexuales coercitivas”, sin circunstancias agravantes, se castigan con entre tres y seis años de prisión. Si es reincidente, catorce años, pudiendo ser condenado a una pena de quince a veinte años de prisión y sin derecho a ejercer cargos públicos. También se contempla la cadena perpetua.

En **Arabia Saudita**, la legislación penal prevé el castigo con una cantidad específica de latigazos (incluso para la víctima, en algunos casos) y la pena de muerte por decapitación por el delito de violación.

En **Irán**, la legislación prevé la pena de muerte para los condenados por el delito de violación. En algunos casos, el juez puede ordenar que el condenado sea azotado antes de la ejecución.

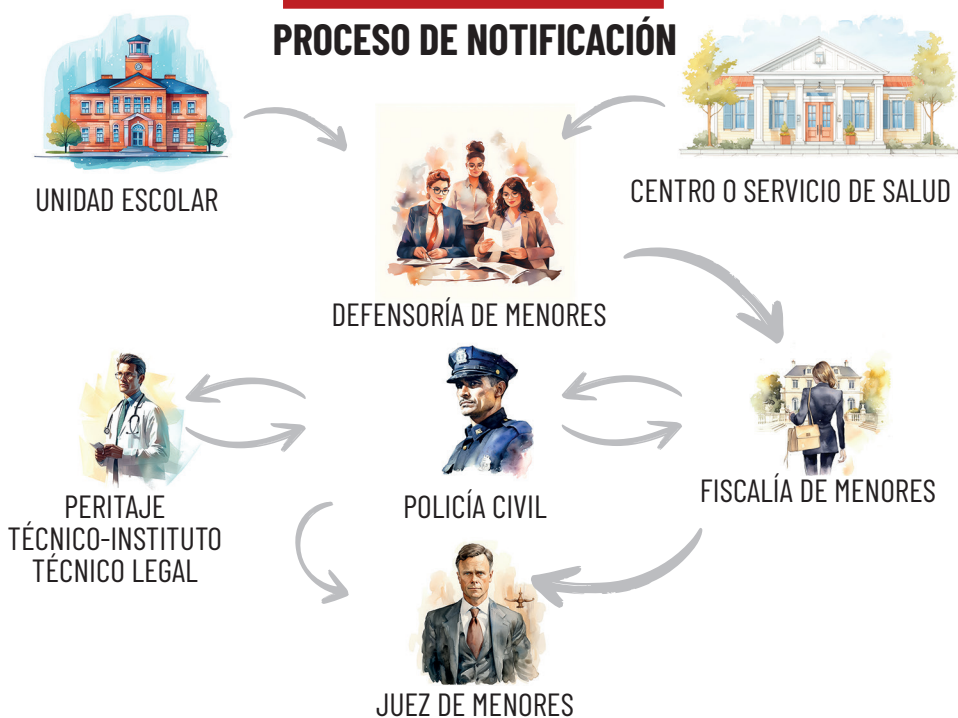
Está claro que la violencia sexual contra menores, en todos los casos y países, es un DELITO, ¡y el agresor puede ir preso!

Vale recordar que la impunidad del agresor puede llevar a que otros niños y adolescentes sean victimizados y expuestos al peligro. Por lo tanto, denunciar es importante en todos los sentidos.

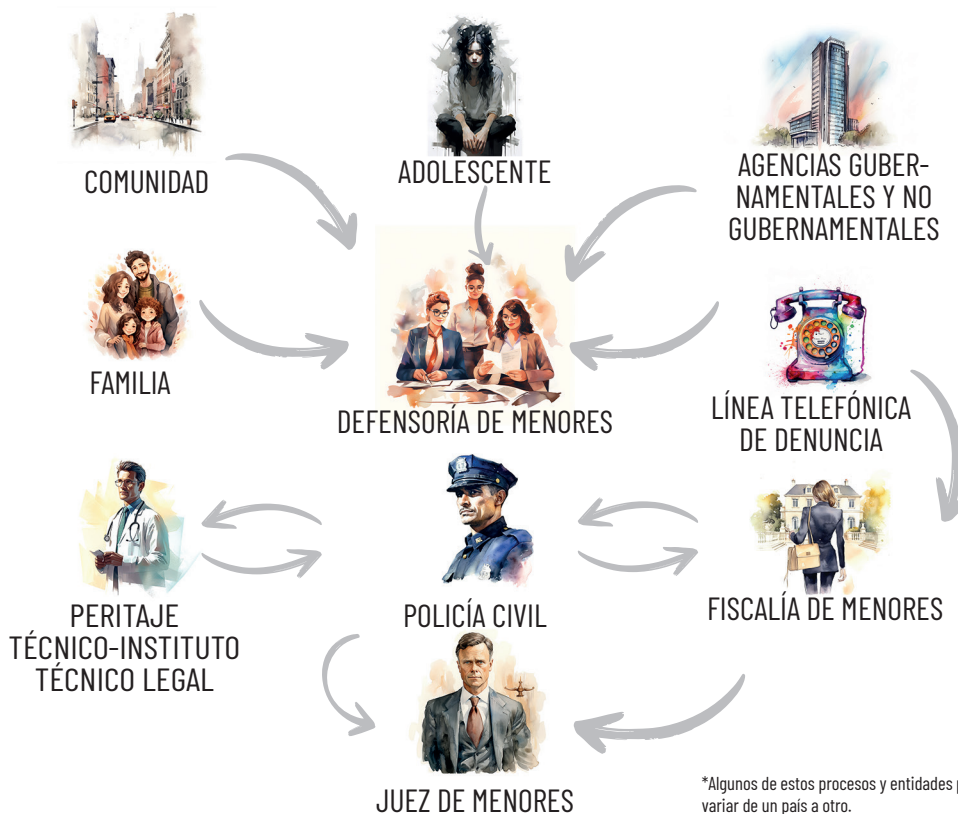
La búsqueda de un entorno seguro marca la diferencia. Si necesitas ayuda, **busca a alguien de confianza**, denuncia los hechos, solicita confidencialidad y proporciona toda la información a las autoridades competentes. ¡No estás solo!

CONOCE EL PROCESO DE DENUNCIA Y QUÉ ENTIDADES PARTICIPAN EN EL PROCESO DE PROTECCIÓN A LA VÍCTIMA*

PROCESO DE NOTIFICACIÓN



PROCESO DE DENUNCIA



*Algunos de estos procesos y entidades podrían variar de un país a otro.

ME PASÓ A MÍ...

Paula Ester Diedrich - Administradora

Como todos, he tenido momentos de mucha tristeza, pero gracias a Dios encontré la fuerza para levantarme y volver a sonreír.

Uno de los momentos más traumáticos ocurrió en mi infancia.

Siempre he oído que las investigaciones muestran que el abusador sexual es, en la mayoría de los casos, alguien cercano y de confianza. Puedo confirmarlo.

A los siete años fui abusada sexualmente por un hombre en quien confiaba mucho. Él recibió ayuda y apoyo de su esposa.

Una noche, esa pareja me invitó a dormir a su casa. Pensé que sería muy divertido, pero terminó siendo la noche más aterradora de mi vida. Poco después de que abusaran de mí, me desmayé y desperté por la mañana en el suelo de la sala.

Dios me ayudó a escapar y regresar a mi hogar. Si no hubiera escapado, estoy segura de que no estaría aquí contando mi historia.

Ese mismo día, para mi sorpresa y horror, vinieron a verme. Los agresores me amenazaron con matar a mi madre y a mi hermano si contaba lo que me habían hecho. Por eso, tardé 24 años en contar mi

historia. ¡No hagas como yo! ¡Denuncia y busca ayuda pronto! Recuerda que estas amenazas no son ciertas.

Créeme: los abusadores amenazan por que tienen miedo. Saben que si se lo cuentas a alguien de confianza, estarán perdidos. No caigas en esa trampa. ¡Cuenta!

Desconfía de cualquiera que parezca querer "comparte" de alguna manera.

Mantente alerta si notas que la persona actúa de manera sospechosa. **Pide ayuda.**

A menudo, leía artículos sobre abuso sexual en la revista *Basta de silencio*. Las historias de superación impulsaron mi deseo de liberarme, aunque me resistía.

¡PERO LO LOGRÉ!

Hoy tengo 32 años, soy madre y esposa. Con la ayuda de Dios, decidí escribir un libro con mi historia. Esta fue la manera que encontré para romper el silencio: escribiendo.

Cuando mi familia leyó el libro, descubrió todo lo que me había pasado.

Me llevó mucho tiempo dar el grito de libertad.

Lo escribí para que otras personas, que aún no han logrado liberarse, tengan valor y busquen ser libres.

Nunca lo olvides: tú eres la víctima.

Si conoces a alguien que está pasando por un problema similar, por favor, bríndale amor. El amor es esencial para sanar, y abre la posibilidad de una nueva historia a personas como yo.



CUIDADOS QUE MARCAN LA DIFERENCIA

Prof. Dr. Diego Alexandre Rozendo da Silva

¡Hola, amigos! Pongamos manos a la obra para prevenir la violencia sexual.

En primer lugar, quiero dejar en claro que **EN NINGÚN CASO ES CULPA DE LA VÍCTIMA**. Desafortunadamente, aun tomando todos los recaudos, pueden ocurrir situaciones malas. Pero lo que podemos hacer es adoptar precauciones que pueden ayudar a reducir los riesgos. Queremos que todos se sientan protegidos y respetados. ¡Empecemos!

1. CONOCE TUS LÍMITES:

Cada uno de nosotros tenemos derecho a definir nuestros propios límites y a decir “no” cuando no nos sentimos cómodos en alguna situación. Respeta tus sentimientos y no te sientas presionado a hacer algo que no quieras hacer.



2. LA COMUNICACIÓN ES LA CLAVE:

¡Habla siempre! Mantén diálogos abiertos con amigos, familiares o personas de confianza sobre cualquier situación incómoda que hayas vivido o presenciado. Hablar de lo que te molesta te ayudará a encontrar apoyo y soluciones.



3. REDES SOCIALES CON RESPONSABILIDAD:

Las redes sociales son increíbles para conectarnos, pero debemos tener cuidado. Evita compartir información personal en la red, sobre todo con gente que no conoces personalmente. No todo el mundo en internet tiene buenas intenciones. La privacidad es importante para evitar situaciones peligrosas.



4. PRESTA ATENCIÓN A LAS AMISTADES:

Conoce a tus amistades. No todo el mundo es lo que parece, así que presta atención a las nuevas personas que llegan a tu vida. Si algo te parece extraño, no tengas miedo de alejarte.



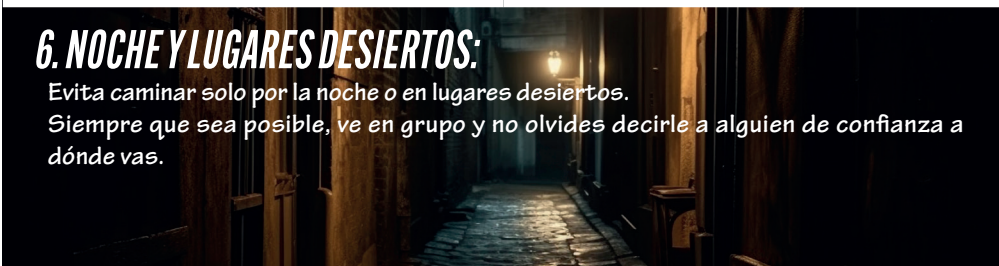
5. FIESTAS Y EVENTOS:

Cuando asistas a reuniones sociales o eventos, ten cuidado con lo que bebes. No aceptes bebidas de desconocidos y, si sientes algún síntoma extraño, pide ayuda inmediatamente.



6. NOCHE Y LUGARES DESIERTOS:

Evita caminar solo por la noche o en lugares desiertos. Siempre que sea posible, ve en grupo y no olvides decirle a alguien de confianza a dónde vas.



7. DENUNCIA LOS CASOS DE ABUSO, AUNQUE OCURRAN EN CASA:

Lamentablemente, la realidad es dolorosa: la mayoría de los casos de abuso ocurren a manos de un familiar o de alguien en quien la familia confía. Esta triste realidad nos obliga a enfrentarnos a una verdad incómoda pero necesaria para proteger a quienes amamos y crear entornos seguros. En este delicado contexto, la denuncia es un paso crucial en el camino para romper el ciclo del abuso.



Recuerda siempre: mereces ser tratado con dignidad y respeto, ¡porque esa es la voluntad de Dios para ti! ¿Difundimos este importante mensaje? Digamos juntos: ¡Basta de silencio contra la violencia sexual!



¿Y AHORA, QUIÉN PODRÁ DEFENDERME?

I Pastor Otacilio Porfirio

Hay situaciones en las que creo que te gustaría tener un superhéroe al lado para defenderte de alguna manera. Por cierto, lo tienes; no es alguien de ficción, sino un ser real. **Tienes un Dios.** Lejos de ser torpe como el Chapulín Colorado, es perfecto. Y es común que tú y yo cuestionemos su presencia cuando suceden cosas malas. Es común explotar de dolor y hasta dudar de que él realmente exista. Pero créeme: él existe, y no ignora tu sufrimiento ni tu situación.

TU DOLOR ES PERSONAL E INTRANSFERIBLE

(detente a leer esa frase nuevamente)

Definidamente, no eres el único que pasa por problemas y tiene estos cuestionamientos.

Y no eres el único que se pregunta si a Dios le importas. Es decir, no estás solo (detente a leer este párrafo nuevamente).

Puedes acercarte a Dios con la confianza de que él te comprende. Él entiende tu dolor. No solo la angustia por la que has pasado, sino también la angustia de sentirte abandonado por Dios. ¿Y sabes por qué? Cuando él se encarnó y habitó entre nosotros, se sintió abandonado en el huerto de Getsemaní. Sintió una tristeza que definió como “hasta el punto de morir”, que lo llevó a pedir tres veces al Padre que apartara la copa de él... ¿Te suena?

Otro momento fue en la Cruz, cuando gritó con fuerza al preguntar ¡por qué Dios lo había abandonado!

Y recuerda, la **Cruz del Calvario**, además de todo lo que ya sabemos de ella, fue el escenario

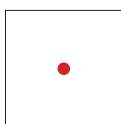
donde Dios mismo fue víctima de abusos. Fue maltratado física, moral, psicológica y, sí, sexualmente. Le rasgaron la ropa y se la arrancaron... su desnudez quedó expuesta y sintió un dolor que solo lo puede sentir el que lo ha experimentado.

En este contexto, exclamó: "Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has desamparado?" Definidamente, Dios comprende tu dolor y tu sentimiento de abandono.

Pero ¿dónde estaba Dios cuando él más lo necesitaba? Cuando Jesús hizo esta pregunta, lo que encontró fue el silencio del Padre. ¿Significa esto que Dios lo había abandonado? ¿Significa que no respondió?

Desde luego que no. Pero es un hecho que la respuesta de Dios no llegó en la Cruz, en aquel viernes trágico. La respuesta de Dios a la pregunta de Jesús llegó tres días después. La Cruz fue el lugar del dolor, del abuso, del sufrimiento, del cuestionamiento y del silencio... pero no fue el fin. ¡Dios respondió, no con palabras, sino con una nueva vida, en lo que conocemos como la mañana de la resurrección!

Permíteme pedirte que hagas un ejercicio visual. ¿Qué ves en el siguiente cuadrado?



Esta imagen tiene un punto rojo en el centro. No hay forma de ignorar este punto, pero tampoco podemos decir que toda la imagen es roja. Es un cuadrado blanco con un punto rojo, pero sigue siendo un cuadrado blanco.

No podemos (ni debemos) ignorar lo que ha ocurrido en tu vida, pero eso no define toda tu existencia, ni mucho menos quién eres. Es un punto rojo, extremadamente doloroso, pero sigue siendo un punto. El jardín de Getsemaní y la Cruz

del Calvario fueron un punto rojo en la historia de Cristo, pero no fueron su final. Dios le dio un nuevo comienzo. Lo que definirá tu vida no es lo que te ha sucedido, sino lo que **decidas hacer** con lo que te ha sucedido. Dios quiere ayudarte a nacer de nuevo y a reescribir tu historia.

Hay más personas de la que imaginas en esta misma situación. Por desgracia, la vergüenza hace que guarden silencio sobre todo esto. Pero el silencio y la negación del dolor no curan. Al contrario, hacen que todo sea más difícil. Si hay algo de Dios que aprendí en la búsqueda de respuestas a mis preguntas, es que -y subraya esto en tu corazón- Dios es maduro (emocionalmente hablando) para afrontar nuestras preguntas. Es comprensivo y se especializa en transformar vidas y circunstancias.

Yo también tuve mi calvario personal... pero esperé... ¡y Dios me dio una nueva vida! Recuerda que tu vida no se acaba por los días y momentos que atormentan tus recuerdos. ¡Hay una vida nueva en Dios esperándote!

¡CREE, ACEPTA, VIVE!



BASTA DE SILENCIO

SI SUFRISTE ABUSOS, O SABES ALGO DE ALGÚN TIPO DE ABUSO O
EXPLOTACIÓN SEXUAL, NO LO PIENSES MÁS.

**DÓNDE HACER
DENUNCIAS Y
ENCONTRAR AYUDA**



ARGENTINA

137



CHILE

1455



PARAGUAY

137



URUGUAY

0800 4141



BOLIVIA

0800 10 8004



PERÚ

100



ECUADOR

911



editorialaces.com

