

Una Lista de Ideas

Para Los Padres Para La Prevención del Abuso Infantil



by Elizabeth D. Drake and Anne E. Gilroy

Copyright © 1986
by Elizabeth D. Drake and Anne E. Gilroy

All photos are copyright of the respective owners.
All rights reserved including the right of
reproduction in whole or in part in any form.

Revised editions © 1993, 2008, 2010

Printed in the United States of America
US Copyright TX 1-954-253

For more information about this book or our
other resources, please visit our website:
www.childadvocacy.com

**CHILD ADVOCACY
PUBLICATIONS**

6825 NW 18th Drive • Gainesville, FL 32653
352-372-2534 • 352-376-8130 fax

www.childadvocacypub.com



¡Oye, Mami! ¡Oye, Papi!

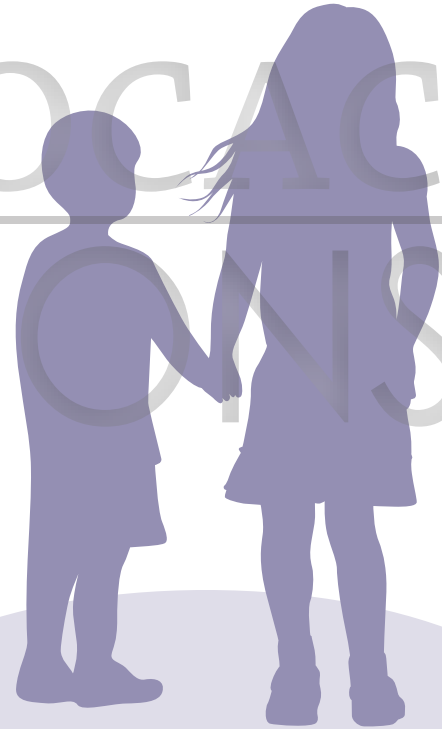
No es fácil ser madre. No es fácil ser padre.

Los pañales sucios. Las griterías. Los lloriqueos. Nunca hay suficiente dinero. Decisiones que tomar. ¡Tantas responsabilidades!
¡A veces nos parece que no podemos más! A veces queremos desaparecernos.

Todos los padres y todas las madres tienen sus límites.
La tensión nerviosa se acumula, y la armonía del hogar se destruye.
Las familias se meten en líos. Los niños se lastiman.
Los ignoramos. No les hacemos caso. Hasta abusamos de ellos.

Nueve de cada 10 niños son abusados por sus padres.
Los mismos padres que están tratando de criar bien a sus hijos.
Las mismas madres que quieren lo mejor para sus hijos.
Padres y madres como ustedes.

Pero el abuso infantil no tiene que ocurrir.
El abuso infantil se puede prevenir. Por los padres.
Por padres y madres que quieren aprender por que ocurre el abuso.
Por padres y madres que quieren mejorar... *¡por padres y madres como tú!*



Ser padre. Ser madre.

Aprender a ser padres empieza desde que somos pequeños.
Nuestra familia nos enseñó a ser padres y madres.
Criamos a nuestros hijos como nos criaron a nosotros.
Usamos las mismas reglas, tradiciones y hasta las mismas palabras.

¿Cómo te criaste tú?

¿Cómo te criaron? ¿Qué hacían tus padres y qué te decían?

Escucha lo que les dices a tus hijos. ¿Qué palabras usas?

¿Qué haces con ellos?

Cuenta las veces que hablas y actúas como alguien de tu familia.

Seguimos los ejemplos de nuestra familia.

A veces eso está bien.

Pero, a menudo, el abuso infantil es parte de lo que aprendimos.

La manera de ser de nuestros abuelos, buena o mala,
fue heredada por nuestros padres.

Y luego por nosotros.

Si no decidimos cambiar, acabamos tratando
a nuestros hijos de la misma manera.



Pero podemos salir de este círculo visioso.
Podemos corregir los malos hábitos que aprendimos.
Nos podemos quedar con los buenos y aprender más.
Podemos ponerle fin al abuso infantil.

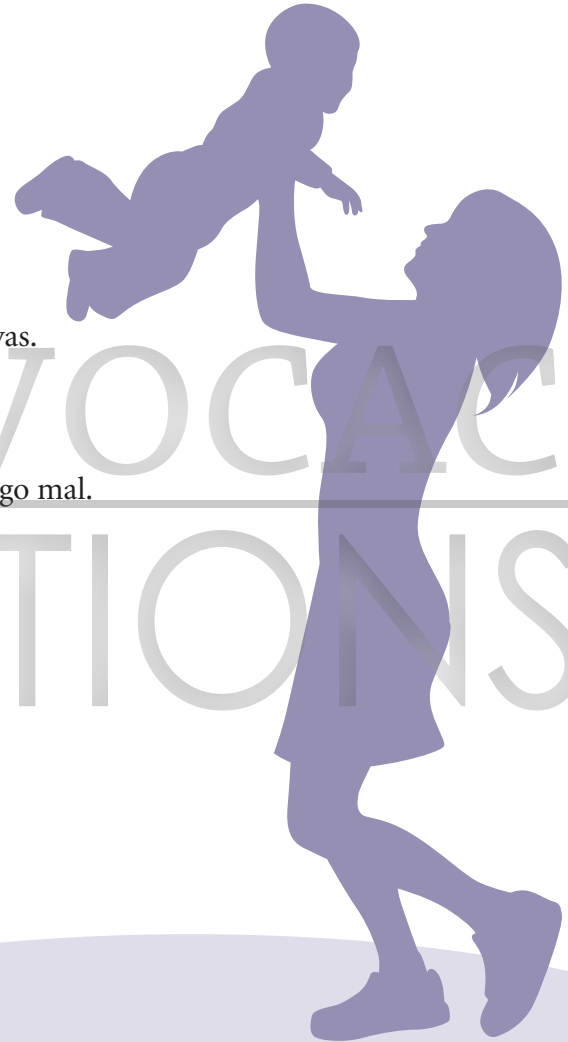
Trata de recordar que sentías cuando eras niño.
Entonces piensa que clase de padre o madre quisieras ser.
Tu puedes decidir que cambios harías y puedes introducir ideas nuevas.
Serás el mejor padre o madre posible.

Pero recuerda que no existe la madre o el padre perfecto.
Todos los padres sabemos lo mal que nos sentimos al hacer algo mal.
Todos decimos y hacemos cosas que quisieramos cambiar.

*Promete dar lo mejor de ti como padre o madre.
Si rompes la promesa, piensa lo bien y vuelve a empezar.*

✓ **Empieza con esta libro.**

Léelo, guárdalo y léelo otra vez.
Ensaya con ideas nuevas.
Usa este libro para aprender hábitos nuevos.



La Tensión Nerviosa

El lloriqueo. Los pañales sucios. La bulla. La tensión.

Muchas cosas que hacen los niños normales nos pueden poner de mal humor.

Que no quieren comer. Que se orinan en la cama. Que lo ensucian todo.

Todas estas cosas son naturales en los niños.

El llorar es lo más normal que hacen los bebés recién nacidos — pero puede enojar a los padres.

A veces tu puedes consolar a un bebé. Otras veces parece que necesitan llorar.

Observa a un bebé que llorar fuertemente y te darás cuenta que a veces es por su propio bien.

El se está fortaleciendo para poder levantar la cabeza y poderse virar boca arriba.

- ✓ Trata de calmar a un bebé que llora. Dale de comer. Cámbiale el pañal. Si te vuelve loco el lloriqueo y no lo puedes calmar, deja al bebé seguro en su cuna, y sal del cuarto. Cálmate. Es lo único que ayuda.

¡Nunca le pegues a un bebé por llorar!

Nunca golpees, abofetees or sacudas a un bebé.

- ✓ Tu bebé va a madurar, estate consiente de lo que sabe el niño. Tal vez es demasiado joven para beber de un vaso or de amarrarse los zapatos. No esperes que actúen como una persona mayor.



- ✓ Enseñarles a los bebés a usar el toilet toma muchos meses. ¡Es natural que ocurran accidentes! Los doctores dicen que la mayoría de los bebés no aprenden a usar el toilet sino hasta los dos años y medio. No castigues a tus niños por estos accidentes En vez de eso, prémialos cuando traten de hacerlo bien.
- ✓ Deja que tus niños aprenden tratando. Es una buena forma de aprender. No los regañes o castigues si no lo hacen bien la primera vez.
- ✓ Sé claro y justo sobre las reglas que les impongas a tus hijos. Diles lo que quieres que hagan y no hagan. Es normal tener que repetirles las cosas a los niños.

¡Recuerda, los niños siguen tu ejemplo!

Estate seguro de la lección que quieres que el niño aprenda.

Nunca muerdas a un niño para enseñarle a no morder.

No le pegues a un niño para enseñarle a no pegar.

- ✓ En vez de pagarles, prueba otras formas de enseñarles a tus hijos como portarse bien. Usa “Time out”. Cuando un niño rompe una regla, explícale lo que ha hecho mal. Dale unos minutos de “Time out” para sentarse solo y pensar sobre lo que ha hecho. Pon un reloj con timbre. Después que suene el timbre, habla con el niño de como de debe comportarse la proxima vez.
- ✓ Usa castigos que no sean violentos. Mándalos a la cama. O apaga la televisión.
- ✓ Muchas veces los niños solamente reciben atención cuando están haciendo algo malo. “Sorpréndelos” haciendo algo bueno. Diles que estás orgulloso de ellos. ¡Dale un abrazo!

El Descuido

Imagínate que tienes un año. ¡Debe ser como visitar otro planeta!

Todo es extraño y nuevo. Quieres tocarlo todo y probarlo todo.

No sabes lo que es peligroso.

No sabes lo que se puede comer, lo que se puede tocar. Necesitas ayuda.

Los niños necesitan tu ayuda todos los días.

Ellos no saben lo que es peligroso sin la ayuda de sus padres.

El descuido es cuando los niños no reciben suficiente protección y cuidado.

A todas las edades, los niños necesitan supervisión de los padres — 24 horas al día.

Muchos padres piensan que esta es la parte más difícil de ser padre.

Y hay más reportes de descuido que de otros tipos de abuso.

- ✓ Enseñales a tus hijos las cosas que son peligrosas...
Los enchufes eléctricos. La estufa. Los automóviles. Las medicinas.
Explícales lo que puede ocurrir y por qué tienen que tener cuidado.
- ✓ Esconde, bajo llave, todas las armas, todos los venenos: el licor, los insecticidas, el cloro, y los detergentes son venenos y peligrosos.
- ✓ Guarda las medicinas para que los niños no las encuentren.
Hasta la aspirina puede causar la muerte.



- ✓ El agua caliente quema. Nunca dejes a un niño menor de 2 años solo en el baño y mantén la temperatura del calentador de agua a 125° para prevenir quemaduras.
- ✓ Mantén a los niños saludables. Lávalos las manitas, las caritas y nalguitas todos los días. Lávalos los dientes. Lávalos las heridas y cortadas con agua y jabón. Llévalos a la clínica si están enfermos o lastimados seriamente.
- ✓ Cámbiale los pañales a tu bebé cada vez que lo necesite. El salpullido de pañal puede ser algo serio. Usa las medicinas apropiadas para prevenir las infecciones. No te olvides de llevar a tu bebé a la clínica para sus vacunas y sus chequeos. Hazle preguntas a las enfermeras y al medico.
- ✓ Nunca dejes a los bebés solos o al cuidado de otros niños.
No dejes a los niños menores de 9 años solos en la casa.
Enséñales a los niños mayores que dejas en la casa cómo llamarte al trabajo.
Enséñales qué hacer en caso de emergencia.
- ✓ ¡Ocúpate de lo que comen tus hijos! Dale comidas saludables 3 veces al día. Los niños necesitan la nutrición de las comidas saludables para crecer. Manteca de cacahuete o maní. Arroz y frijoles. Frutas y jugos y vegetales. Carne y leche.

A veces los padres no pueden dar el cuidado necesario porque tienen sus propios problemas... depresión, abusan de las drogas o el alcohol. Si un adulto en tu familia tiene estos problemas, los niños tal vez no estén sin peligro. Tu familia necesita ayuda. Progete a tu familia pidiendo ayuda.



El Abuso Emocional

“¡Estúpido! ¡No haces nada bien!”

Las palabras duelen.

Te hacen sentir que no vales nada. Te hacen sentir feo.

Que nadie te quiere.

Los padres tal vez no sepan que sus palabras pueden herir.

Tal vez piensen que las palabras crueles ayuden a los niños a compartirse.

Pero el daño causado por las palabras crueles puede durar para siempre.

Los padres hieren a los niños sin levantar una mano.

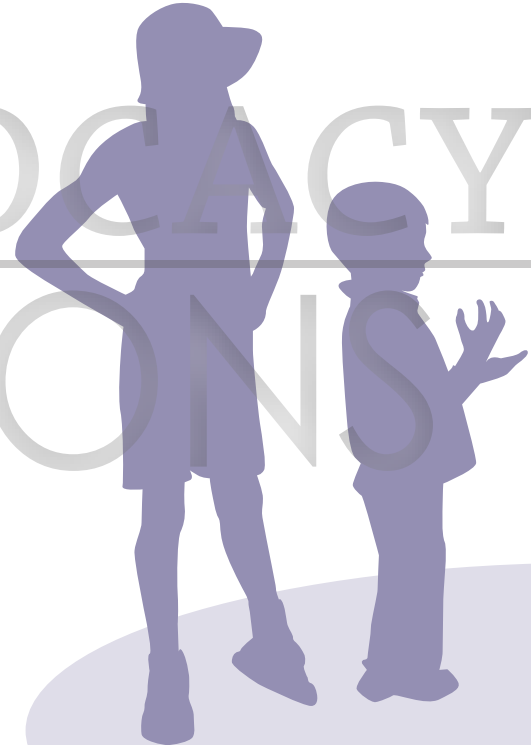
¿Recuerdas cuando alguien que tú querías te hirió con palabras?

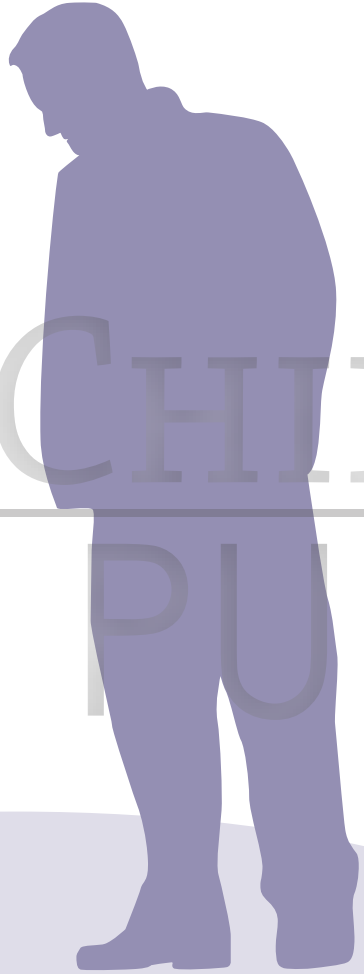
La herida de esas palabras puede durar muchos años...

Alienta a tu hijo con palabras bondadosas y de apoyo.

Usa palabras que lo hagan sentirse seguro.

Lo que tu le digas ahora es lo que él creará si mismo por el resto de su vida.





- ✓ Diles “Te quiero” muchas veces. Dales abrazos. Sonríe.
- ✓ Alaba a tus niños. “¡Bien hecho!”
Diles que estás orgulloso de ellos, y por qué.
- ✓ Dale a tu hijo o hija trabajos fáciles que pueda hacer bien.
¡Déjalo que triunfe! Ayúdalo a sentirse orgulloso de sí mismo.
- ✓ No lo provoques. No lo fastidies.
No es un juego confundir o asustar a un niño.
- ✓ No te burles de la apariencia de un niño.
Tus palabras pueden durar para siempre.
- ✓ Sé fiel a tus niños.
No dejes que otros los fastidien o se burlen de ellos.
Denuncia a cualquier maestro or entrenador
que usa humiliación para enseñar una lección.
- ✓ Hazles saber que son importantes para tí.
“¡Eres fabuloso!” “Te quiero mucho.”

*Si no puedes llevarte bien con tus hijos, busca ayuda.
Pide ayuda de la gente en la lista en la página 16.*

El Abuso Físico

Los padres tenemos muchos preocupaciones.

El empleo. El dinero. La familia. La tensión nerviosa se acumula. Y nos enojamos.

La gritería de los niños nos vuelve locos.

Perdemos el control y lo dirigimos hacia los niños.

El abuso físico ocurre a veces cuando los padres o las madres están castigando al niño.

Los padres dicen, “No quise hacerle daño. Esa no fue mi intención. Sólo quería darle una lección.”

Pero un adulto puede lastimar a un niño. Los niños y los bebés pueden recibir una fractura, daño cerebral, o hasta la muerte cuando los padres les pegan fuertemente.

Los padres enojados pueden lastimar a los niños. No dejes que la furia controle tus acciones.

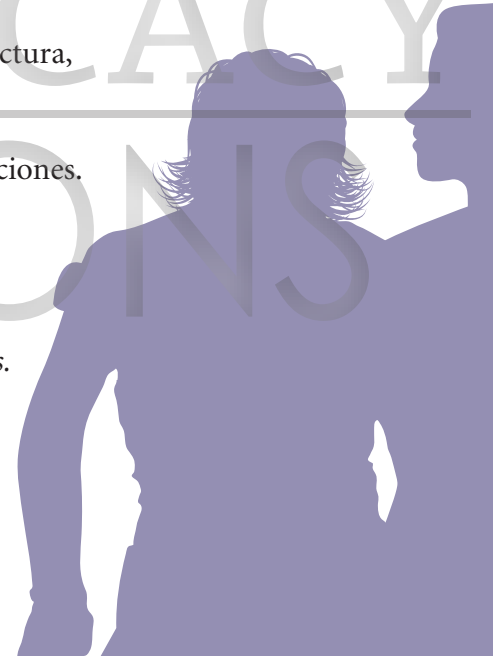
Si temes hacerles daño a tus hijos, busca ayuda *ahora mismo*.

Puedes aprender mejores maneras de disciplinar a tus hijos.

Si lastimas o les dejas marcas rojas o cardenales, es abuso. El abuso infantil es ilegal.

Nunca uses un objeto para pegarle a un niño. Ni reglas, ni correas, ni chancletas ni palos.

Nunca le pegues en la cara o en la cabeza.



- ✓ Haz una promesa. Aléjate de tus niños si estás sintiendo furia. Sal del cuarto o de la casa. Regresa cuando te sientas mejor.
- ✓ La furia hace que sientas ganas de pegar y de gritar. Desahógate. Pégale a una almohada, nó a un niño. Sal a caminar, respira hondo, cuenta hasta 100.
- ✓ Llama a un amigo o amiga. Deshógate con ellos. Háblales de cómo te sientes.
- ✓ Sentirse atascado con los hijos puede causar tensión nerviosa. Usa el “Day Care.” Toma turnos con una amiga o amigo en el cuidado de los niños. Toma tiempo para tí.
- ✓ Pon tu casa “a prueba de niños.” Esconde las cosas que no quieres que tu niño toque. Así no tendrás que pasarte el día diciéndole que “No!”
- ✓ Habla con otros padres de niños como los tuyos. Ellos tienen los mismos problemas. Comparte ideas.

¡Nunca le peques a sacudas bruscamente a un bebé!

Los bebés son muy jóvenes para castigar.

Y pegarle o sacudirle bruscamente a un bebé no hará que el niño deje de llorar.

Shaken Baby Syndrome ocurre cuando el cerebro de un niño se lastima porque alguien sacudió al niño bruscamente. Sacudir bruscamente a un bebé puede resultar en que el niño sea ciego, tenga daño cerebral, o le cause la muerte.

Si un niño muere de Shaken Baby Syndrome, el adulto puede ser sentenciado por homicidio.

El Abuso Sexual

Una de cada 5 niñas y uno de cada 10 niños es abusado sexualmente.
No por un extraño. Por un adulto que ellos conocen y en el cual confían...
Por un padre, un pariente, un vecino, un maestro, o un líder.

El abuso sexual no es solamente la violación.
Cada vez que un adulto usa a un niño o una niña en una forma sexual, es abuso sexual.
Puede ser caricias sexuales o besos. Puede ser tierno o doloroso. La ropa puesta or no.
Puede ser con consentimiento o a la fuerza. Pero todo esto es abuso sexual.

12

*El abuso sexual nunca es la culpa del niño, no importa lo que el adulto le haya hecho pensar al niño.
Los niños son demasiado jóvenes para darles permiso a un adulto para cualquier actividad sexual.
Un adulto que usa a un niño de esta manera está cometiendo un crimen.*

- ✓ Dile a tus hijos que no guarden secretos de ti.
Un adulto puede abusar de un niño sólo si logra que se mantenga el secreto.
- ✓ A veces los niños sueltan indirectas sobre un problema.
Tus niños te pueden contar sobre “juegos” que no les gustan.
O que alguien los “molesta.” Pídeles detalles. *Averigua más.*
- ✓ Enséñale a tus hijos que no permitan que nadie los toque en sus partes privadas.
Diles que digan que “¡No!” y que se escapen de las caricias sexuales.



- ✓ No los obligues a besar y abrazar a parientes y amigos si ellos no quieren hacerlo. Eso les enseña que tienen que besar o abrazar a un adulto si el adulto lo desea. Deja que escojan a quién quieren besar y abrazar.
- ✓ Créele a un niño o niña que te cuente sobre un asalto sexual. Dile que no es su culpa. Prométele que lo vas a ayudar y cumple tu promesa. Es importante que tu hijo sepa que te vas a encargar del problema y que lo vas a proteger.
- ✓ Ten cuidado con cualquier adulto que quiera tener a tu hijo como un “amigo especial” y que quiera estar solo con tu hijo. Estate seguro de que sabes donde está tu hijo y lo que está haciendo. Preguntale.
- ✓ Llévalos al doctor si se quejan de un dolor o piquiña en sus partes privadas.

Protege a tu hijo or hija. ¡No al que los ha abusado! Reporta el abuso sexual. Es contra la ley mantenerlo en secreto. Llama a una agencia protectora de niños o la policía. No pienses que vas a causar problemas. El ofensor es el que está causando el problema.

Hay que ponerle fin al abuso sexual por parte de un padre.

Tú familia no puede resolver ese problema sin ayuda... necesitas ayuda.

Denuncia lo que está pasando. Cuando pongas una denuncia, puedes pedir que no se mencione tu nombre.

El Carino Tierno

*Cuando eras niño, ¿sabías que eras amado? ¿O lo dudabas?
¿Cuáles de estas cosas haces tú para que tus niños se sientan amados?*

- ✓ Di les “Te quiero” con frecuencia.
- ✓ Coge a tu bebé en tus brazos cuando le das la leche.
Míralo en los ojos. Háblale y cántale.
- ✓ Habla con tus niños. Habla sobre la gente, los animales, los sentimientos.
Contesta sus preguntas. Lean juntos. Hagan cosas juntos.
- ✓ ¡Canta con tus niños! Enseñales a silbar. Jueguen y bailen juntos.
- ✓ Hablen sobre lo que ven y lo que sienten.
Ve a sus escuelas y conoce a sus maestras. Llévalos a la iglesia contigo.
- ✓ Deja que tus niños trabajen contigo. Enseñales a hacer cosas.
- ✓ Acompañales a la cama todas las noches.
Diles buenas noches con un beso y un abrazo.
¡Y que sueñen con los angelitos!



La Ley y el Abuso Infantil

Hay leyes que protegen a los niños.

Si tú o alguien que conoces está siendo investigado por abuso, ten en mente estas cosas...

Las denuncias son hechas por personas que están preocupadas. No porque quieren causar problemas. Las personas denuncian el abuso porque piensan que el niño o la niña necesita ayuda.

A los niños no se los llevan automáticamente cuando hay una denuncia.

Algunas veces los niños no están bien cuidados en su casa porque los padres están tan furiosos.

Un juez podría decidir que otra casa es más segura por el momento.

Los niños podrían quedarse con parientes o con padres adoptivos por un tiempo.

Los investigadores no están a favor del niño y en contra de los padres.

Su propósito es el de ayudar a la familia y asegurarse de que el niño o la niña esté sano y salvo.

¡Por favor, llama a alguien si piensas que algún niño está siendo abusado!

O descuidado. O abusado sexualmente. Abusado física o emocionalmente.

Es raro que el abuso ocurra solamente una vez. Usualmente es repetido. Una y otra vez.

Una denuncia de abuso infantil hace posible que esa familia reciba ayuda.

A veces la persona que sospecha el abuso infantil no lo denuncia. Ella piensa, “No puedo probar nada.”

La persona que denuncia el caso no tiene que probar nada. Ese es el trabajo de los investigadores.

Recuerda... la ley dice que se debe denunciar el abuso infantil a las autoridades.



¡Socorro!

Al buscar ayuda aprenderás nuevas formas de enseñarles a los niños como portarse bien.

Al buscar ayuda conocerás otra gente y harás nuevas amistades.

Vas a aprender lo que es ser padre o madre.

Vas a tratar de mejorar, porque tú y tu familia se lo merecen.

Prepara un plan

Diles a los que te dieron este librito, que quieres aprender más.

Busca grupos programas de actividades que te interesen.

Tratalos para ver cuáles te gustan.

Asiste a las reuniones de grupos para padres y madres.

Pregúntale a la enfermera del departamento de salud o la clínica o preguntale a la consejera del colegio.

Busca un Day Care o Head Start que tienen clases para los padres.

Busca ideas nueva

Busca en la guía telefónica.

Llama a una agencia de protección infantil o a “United Way.”

Busca un “Parents’ Helpline” o “Hotline” en la guía telefónica.

Llama “Parents Anonymous” y pregunta por el grupo más cercano.



Llama por teléfono

Childhelp USA

Línea Nacional del Abuso de Menores

15757 N. 78th St.

Scottsdale, AZ 85260

(800) 4-A-CHILD o (800) 422-4453 (la llamada es gratis)

La línea directa opera las 24 horas al día, los siete días de la semana.

Ofrese intervención de crisis, información, literatura y referencias

www.childhelpusa.org/

Parents Anonymous

Parents Anonymous® Inc.

(909) 621-6184

www.parentsanonymous.org/

Prevent Child Abuse America

“Si usted sospecha que puede estar ocurriendo abuso o abandono de niños, denúncielo.

Para averiguar cómo hacerlo, llame a informaciones o póngase en contacto con su departamento de servicios sociales que aparece listado bajo “agencias del gobierno” en su directorio telefónico.

Si cree que hay un niño en peligro inminente, llame a la policía.”

Prevent Child Abuse America, <http://www.preventchildabuse.org/> (en Español)

CHILD ADVOCACY PUBLICATIONS

CHILD ADVOCACY
PUBLICATIONS

6825 NW 18th Drive • Gainesville, FL 32653

www.childadvocacypub.com