

*Manual del Cuidador:
El Entendimiento
del Abuso
y el Proceso de Curación*



The Children's Advocacy Center of Delaware

www.cacofde.org

Este programa está financiado por El Consejo del Sistema Penal de Delaware, por El Departamento de Justicia de los Estados Unidos, La Oficina de Programas de Justicia, La Oficina de Víctimas de Delitos.

© 2015 Children's Advocacy Center of Delaware, Inc., All Rights Reserved

Tabla de Contenidos

The Children’s Advocacy Center of Delaware.....	2
El Equipo Multidisciplinario (MDT).....	3-8
<i>Miembros del MDT</i>	
<i>El trabajar con el MDT</i>	
<i>El proceso de investigación del MDT</i>	
<i>La preparación para el Tribunal</i>	
Tipos de Abuso	9-14
<i>Abuso físico</i>	
<i>Testigos de abuso o violencia</i>	
<i>Abuso sexual</i>	
<i>El proceso de preparación</i>	
El Cuidador.....	15-20
<i>Las emociones del cuidador</i>	
<i>La comunicación con los demás</i>	
<i>El cuidado propio</i>	
El Apoyar a Su Niño.....	21-26
<i>Cosas que usted puede hacer y decir</i>	
<i>El entendimiento del trauma</i>	
<i>Consejería</i>	
<i>El elegir un consejero</i>	
Recursos.....	27-29
<i>Recursos</i>	
<i>Información del MDT</i>	

The Children's Advocacy Center of Delaware

La misión del Centro de Apoyo (o Defensa) del Niño de Delaware, en inglés "The Children's Advocacy Center of Delaware" (CAC) es el disminuir los efectos devastadores a largo plazo que el abuso infantil tiene en ellos, en sus familias y en la sociedad; por medio de servicios, educación y apoyo inmediato, coordinados y enfocados a ese niño.

Nuestras metas son:

- El de trabajar con los sistemas legal y de protección del niño para ayudarle a usted y a él.
- Hacer el mejor trabajo posible para averiguar que le pudo haber pasado a su niño.
- El ayudarle a usted y a su niño el entender la investigación, el procedimiento judicial y los procesos de tratamiento.
- El ayudarle a usted y a su niño a empezar a sanar.

Este manual fue desarrollado para aumentar el entendimiento del cuidador con respecto al abuso infantil y el impacto traumático que este deja en ellos, en sus cuidadores y en sus seres queridos; para poder mejorar los resultados para dichos niños. Esperamos que la información contenida en este manual le ayude. Le alentamos a que se comuniquen con "The Children's Advocacy Center of Delaware" si usted tiene alguna pregunta o necesita asistencia para obtener recursos para usted y su niño.



**Visite nuestro sitio web para
información adicional y
recursos:
www.cacofde.org**

**EL
EQUIPO
MULTIDISCIPLINARIO
(MDT)**

El Equipo Multidisciplinario

Los miembros del MDT

En Delaware, somos afortunados de tener un equipo multidisciplinario altamente entrenado y experimentado (MDT) de profesionales que son los que responden a las alegaciones (o alegatos) de abuso y negligencia infantil. Estos profesionales son de las siguientes agencias/sectores:

- Agentes del Orden Público (Law Enforcement - LE)
Su papel: El determinar si un delito ha sido cometido
- División de Servicios de Familia (Division of Family Services - DFS)
Su Papel: El determinar la seguridad del niño
- El Centro de Apoyo (o Defensa) del Niño (Children's Advocacy Center - CAC)
Su Papel: El proveer las entrevistas forenses y otros servicios para el niño y su familia
- Departamento de Justicia (Department of Justice - DOJ)
Su Papel Penal: El determinar si un caso puede ser procesado
Su Papel Civil: El determinar si asuntos de seguridad deberían ser traídos ante el tribunal y si otras sanciones deberían de aplicar
- Los Defensores de la Víctima
Su Papel: El ofrecer apoyo y recursos al niño y su familia
- Profesionales de Salud Mental
Su Papel: El Proveer evaluaciones y servicios de consejería
- Proveedores Médicos
Su Papel: El de conducir evaluaciones médicas y dar el tratamiento

Es importante el que usted conozca a los miembros del equipo que están involucrados en el caso de su hijo y que entienda el papel de cada uno de ellos, para que pueda trabajar efectivamente con ellos para respaldar los mejores intereses de su niño.

El Equipo Multidisciplinario

El trabajar con el MDT

El equipo multidisciplinario está trabajando para obtener el mejor resultado para usted y su niño. Es importante (o crucial) que usted trabaje conjuntamente con sus miembros los cuales están involucrados con el caso de su niño. El enfoque de ellos en estos casos, es el de mantener el proceso tan simple como sea posible y el de mantener la comunicación abierta entre las agencias involucradas. Para ayudar con este proceso, tome en cuenta lo siguiente:

- Coopere con los miembros del equipo. Puede resultar abrumador porque ellos van a contar con usted mucho durante momentos muy estresantes.
- Proporcione tantos datos como se le haga posible. Los miembros del equipo necesitan reunir información que sea necesaria y vital al caso y para el bienestar de su niño.
- Prepárese a hablar con cada miembro del equipo separadamente. Cada uno de ellos comparten la información, pero cada uno tiene un papel diferente.
- Permanezca calmado cuando se comunique con su niño. Él puede malinterpretar sus emociones y se sienta responsable por sus reacciones o repuestas.
- Entienda que pueda que se le haga difícil a los niños el compartir información con gente que ellos no conocen. Es importante el dejarle saber a su niño que los miembros del equipo están ahí para ayudarle.
- Evite el interrogar a su niño o el presionarle a que hable. Permítale a él que comparta su experiencia en sus propias palabras y en su propio tiempo.
- Permanezca calmado cuando se comunique con los miembros del equipo. Es un momento difícil y emocional. El perder el control puede lastimar el caso y disminuir las necesidades de su hijo.

El Equipo Multidisciplinario

El proceso de investigación del MDT

Como cuidador es importante el saber los pasos que hay que tomar en una investigación de abuso de un niño. Los siguientes pasos muestran la idea general de los casos de abuso de niños en Delaware.

- Una sospecha de abuso se informa a las autoridades, ya sea a los Agentes del Orden Público (Fuerza Pública) o a La División de Servicios para la Familia.
- Se conduce una entrevista con el niño, usualmente en el Centro de Defensa del Niño, en inglés “Children’s Advocacy Center.”
- Un Proveedor de Servicios Médicos llevará a cabo un examen médico, si es necesario.
- Agentes del Orden Público (Fuerza Pública) y/o La División de Servicios para la Familia continuarán con la investigación.
- La que Recomienda los Recursos para la Familia del “Children’s Advocacy Center” (y/u otros Defensores de Víctimas del MDT) hablarán de las necesidades de asesoría, si es apropiado, con los cuidadores y hace o da recomendaciones a los Profesionales de Salud Mental.
- Agentes del Orden Público (Fuerza Pública) y La División de Servicios para la Familia se comunicarán con el Departamento de Justicia para determinar si acciones penales o civiles son apropiadas.
- El Departamento de Justicia se hará cargo de preparar las acciones penales o civiles para el tribunal, si es que ellas lo ameritan.*

* El Sistema Penal se preocupa primordialmente acerca de la culpabilidad o inocencia del acusado (o imputado) y frecuentemente usa un juicio para decidir la culpabilidad o inocencia de la persona. El Sistema Civil se preocupa primordialmente por la seguridad del niño y se enfoca en asuntos como custodia, visitas y consejería (o terapias). Un número diferente de audiencias del tribunal pueden ser llevadas a cabo, para decidir estos asuntos. Estas decisiones en el sistema civil no dependen en si el sistema penal lo encuentra culpable.

El Equipo Multidisciplinario

La preparación para el Tribunal

Si su caso continua por el sistema legal, profesionales con el Departamento de Justicia le ayudarán dándole información acerca del proceso del tribunal, contestándole preguntas y explicándole los tipos de programas de ayuda a víctimas y servicios a los cuales usted puede ser elegible. Si ocurre un juicio, estos profesionales del Departamento de Justicia lo prepararán a usted y a su hijo para el tribunal. Parte de la información que ellos le van a dar incluye:

- Direcciones al edificio del tribunal
- Información acerca de la transportación y el estacionamiento
- Un recorrido a la sala del tribunal (o de justicia) y a la sala de espera
- El código de vestimenta del tribunal
- Artículos que usted puede y no traer al edificio del tribunal (o el palacio de justicia)
- Artículos que su hijo puede o no traer a la sala del tribunal o a la sala de espera

El ir al tribunal puede hacerlo sentirse abrumado. Algunos de los temores usted y su hijo pueden experimentar (o sufrir) son:

- El ver al acusado otra vez o a los miembros de su familia
- Preocupaciones de quien va a estar en la sala del tribunal, incluyendo los medios de comunicación
- El preocuparse de que no le crean
- Preguntarse a sí mismo si habrá alguien que lo apoye en la sala del tribunal
- El pensar que la experiencia del tribunal será como las que se ven en la televisión

Si usted va a atestiguar en el caso, no se le puede permitir en la sala del tribunal cuando su hijo está atestiguando. En algunos casos, pueda ser que sea más fácil para su hijo que usted no esté presente en la sala del tribunal, porque él puede preocuparse acerca de como se sentiría usted al oír todos los detalles de su experiencia. Sin embargo, su hijo nunca debería de estar en la sala del tribunal sin una persona de apoyo.

Aunque puede ser emocionalmente agotador para usted y su familia, el prepararse para el tribunal es muy importante para el caso de su niño. Es comprensible que algunas personas no quieren que el caso de su niño vaya al tribunal o desean que el proceso del tribunal se acabe. Sin embargo, la oportunidad de hablar en el tribunal acerca de lo que pasó puede ser un paso

El Equipo Multidisciplinario

La preparación para el Tribunal

importante en el proceso de sanación (o curación) para ambos, usted y su niño – ya sea el acusado se le condene o no.

Como usted está involucrado en el proceso legal, es importante el saber que el Departamento de Justicia de Delaware tiene una Declaración de Derechos de las Víctimas y una guía de recursos en línea enlistando servicios los cuales le pueden ayudar a usted y a su niño.

Para información acerca de

La Declaración de Derechos de las Víctimas
(en inglés “*Delaware Victims Bill of Rights*”)

Y

La Guía de las Víctimas (en inglés “*The Victims Guide*”)

Vaya a:

www.attorneygeneral.delaware.gov

Encuentre “Public Resources”

Haga Clic en “Victim Rights”

Haga Clic en “Victims Guide”

TIPOS DE ABUSO

Tipos de Abuso

Abuso físico

Abuso físico es cualquier fuerza física o acción que resulta en, o puede resultar en, una lesión (o herida) al niño que no es accidental. El abuso físico está usualmente conectado a castigo físico o se confunde con disciplina. Aunque una lesión como resultado al abuso físico no es accidental, pueda ser que el abusador no tuvo la intención de hacerle daño al niño. El abuso físico puede suceder una vez o varias veces. Algunas conductas abusivas incluyen:

- Puñetazos
- Patear
- Sacudidas
- Puñaladas
- Golpear/Golpiza
- Envenenamiento
- Pellizcos/Derribar
- Quemaduras/Escaldado
- Mordidas
- Lanzamientos
- El Ahogo
- Asfixiar
- El sostener bajo el agua
- Jalar el pelo o las orejas

Estas conductas y otros actos abusivos, pueden resultar en lesiones internas o externas, o en casos muy extremos, en la muerte del niño. Algunas de las señales de abuso físico pueden incluir moretones, cortadas, verdugones, rasguños, quemaduras, huesos quebrados o lesiones internas. Otras señales de abuso físico pueden incluir lesiones inexplicables y/o repetidas. Indicadores adicionales podrían incluir cambios en el comportamiento del niño, como cuando el niño se convierte hiperactivo, destructivo, agresivo, complaciente o cortés, inconforme o retirado.

El abuso físico envuelve lesiones externas visibles haciendo más fácil el detectarlas mejor que las otras formas de abuso. Sin embargo, las lesiones pueden ser ocultadas intencionalmente o involuntariamente por la ropa del niño. Además, a los niños pueden hacerlos faltar a la escuela, mentir con respecto a las lesiones o esconderlas con maquillaje, anteojos, sombreros, etc. Aunque muchas de las señales de abuso físico pueden ser claras o evidentes, las lesiones internas se pueden únicamente revelar por medio de síntomas o exámenes médicos. Algunos síntomas de lesiones internas pueden incluir, dolor de estómago, náuseas, vomito, fatiga extrema, pérdida del apetito, dolores de cabeza, visión borrosa, dolor de garganta y la pérdida de consciencia.

Tipos de Abuso

Testigo de abuso o violencia

Ser testigo de abuso o violencia ocurre en cualquier momento que el niño ve, oye o es usado como parte de un acto abusivo o violento. Este puede incluir el ser testigo de abuso físico, abuso sexual, la violencia de pareja o violencia en la escuela o la comunidad. Los niños pueden ser testigos de abuso o violencia una vez o repetidas veces. Ellos pueden ser testigos del mismo tipo de abuso una y otra vez o pueden ser testigos de varios tipos de abuso y violencia durante su infancia. Estas son algunas de las maneras que los niños pueden experimentar el presenciar actos abusivos o violentos:

Los niños pueden ver:

- Golpes, puñetazos, puñaladas, disparos, agresión sexual
- Armas, lesiones, sangre, objetos quebrados o destruidos
- Que las mascotas sean maltratadas, heridas o que las maten
- Que alguien sea llevado al hospital o a la cárcel

Los niños pueden oír:

- El discutir, el gritar, el llorar, amenazas de sufrir daño físico
- El sonido de golpes, patadas, puñetazos
- La cosas que son lanzadas o quebradas
- Portazos, carros que se estrellan, disparos, alarmas, o sirenas

Los niños pueden ser:

- Forzados a ver o participar
- Retenidos como rehenes o ser usados como escudo
- Ser usados como un espía; interrogados para obtener información de la víctima
- Manipulados por el abusador o forzados a mentir

Estos actos pueden, pero no necesariamente, incluir daño directo al niño. Generalmente estos actos incluyen daño o lesión a otra persona, como a un hermano(a), amigo, padre o madre, maestro, vecino o desconocido. A menudo, el impacto que deja en el niño el ser testigo de abuso o violencia, es minimizado o se pasa por alto. Sin embargo, el ser testigo de dichos actos en la infancia puede conducir a la mala salud de los adultos y a diversos grados de daño emocional y social. Por ejemplo, los niños que sufren violencia pueden tener dolores inexplicables, dificultades al dormir, conductas regresivas y un aumento de la ansiedad de separación. También pueden convertirse en hipervigilantes, teniendo preocupaciones, miedos y reacciones de sobresalto a movimientos repentinos (o bruscos) o ruidos fuertes.

Tipos de Abuso

Abuso sexual

El abuso sexual es cualquier acto sexual entre un adulto y un niño o entre dos niños cuando uno ejerce el poder sobre el otro.¹ El abuso sexual generalmente involucra el forzar, coaccionar o persuadir a un niño a participar en cualquier tipo de acto sexual.² Este puede ser un acto sexual o varios actos por un período de tiempo.

Actos sexuales pueden implicar comportamientos de tocar o no tocar. Comportamientos de tocar pueden incluir el besar, tocar o frotar partes del cuerpo (con ropa o sin ropa), contacto oral o anal, penetración de partes privadas del cuerpo y relaciones sexuales. Comportamientos de no tocar pueden incluir exhibicionismo (exponer partes privadas del cuerpo), exposición de pornografía (haciendo que el niño vea, lea o participe en el hacer la pornografía), voyerismo (secretamente ver a otros para ver las partes privadas del cuerpo o actos sexuales) y el comunicarse en una manera sexual en persona, por teléfono o en la Internet.

El abuso sexual es frecuentemente una experiencia traumática para los niños y adolescentes.³ Estos actos pueden causar una lesión física; sin embargo, los actos pueden ser emocionalmente angustiantes con o sin lesión física. Puede ser un evento traumático que trastorna y agobia la habilidad (o capacidad) del niño de hacer frente a la vida, puede interferir con su vida diaria y puede requerir la ayuda de profesionales de salud mental.

El abuso sexual puede afectar la conducta emocional del niño y/ o el bienestar físico. Algunas de las señales de abuso sexual pueden incluir:

- Náuseas o dolores de cabeza
- Llanto o tristeza
- Uso de alcohol o drogas
- Retirado/Evitar a otros
- Aferrarse a los cuidadores
- Cambios en el rendimiento escolar
- Conductas sexuales inapropiadas
- Accidentes de mojar o ensuciar
- Cambios en el apetito
- Pesadillas o problemas de sueño
- Cambios en el humor
- El evitar la escuela o amigos
- La agresividad o ira
- Conductas autodestructivas
- Nuevos miedos y fobias
- Comportamientos de búsqueda de atención

A menudo el abuso sexual no envuelve señales visibles o lesiones, el cual lo hace más difícil el identificarlo. Además, las características del abuso infantil y el proceso de preparación, el cual vamos a discutir en la página 14, hace extremadamente difícil que los niños lo cuenten. Por ejemplo, a los niños se les enseña el oír y confiar en los adultos. Ellos tienden a creer lo que los adultos les dicen, en lugar de confiar en su propio juicio y sentimientos (o emociones). Como resultado, si el abusador le dice al niño que lo que está ocurriendo está bien, el niño puede dudar en sus propias emociones acerca del abuso. Además, la respuesta del cuidador puede causar más confusión para un niño. Si la respuesta inicial del cuidador cuando se le cuenta del abuso es: “¡Esto no puede ser cierto!,” el niño puede otra vez cuestionar su propio juicio y emociones.

Otros sentimientos (o emociones) que los niños pueden tener con respecto al abuso sexual que los mantengan sin contarle a nadie incluye los sentimientos de vergüenza, deshonra o culpabilidad. Los que han experimentado abuso sexual a menudo tienen varios temores, que incluyen:

- El no ser creído
- Su propia seguridad, la seguridad de otros, la del abusador y la de las mascotas
- Como otros responderán o reaccionarán
- Que los saquen de la casa o la ruptura de la familia
- Que le echen la culpa del abuso
- Que todo el mundo lo vea diferente
- Que otra persona será abusada
- El abusador irá a la cárcel
- El cuidador no puede aguantar lo que pasó
- El cuidador no los querrá más
- La pérdida de relaciones
- Más o peor abuso

La mayor parte del tiempo, los niños son sexualmente abusados por un miembro de la familia o un miembro de la casa. El que lo abuse alguien que ellos conocen o quieren, se les puede hacer mucho más difícil el contarle a alguien.

La relación con el abusador junto con estos temores, no únicamente mantiene a los niños sin que cuenten lo que les pasó a ellos, pero puede hacer que ellos se retracten (desmentir lo que reportaron).

^{1,2,3} Darkness to Light at www.d2l.org

Tipos de Abuso

Abuso sexual – El proceso de preparación

Algunos cuidadores se preguntan como es posible que sus niños sean abusados sexualmente. Los abusadores usan varias tácticas para ganar el acceso a esos niños para abusarlos. Este es un proceso de manipulación intencional y planeada que es conocido como el proceso de preparación. Las tácticas que los abusadores usan incluyen:

La búsqueda de un niño accesible: Los abusadores escogen a niños con fácil acceso (como parientes, amigos y vecinos). Ellos pueden también que busquen niños con necesidades emocionales de amistad y atención.

Establecer relaciones con el niño, su cuidador y otros: Los abusadores encuentran las maneras de construir la confianza y las relaciones con los niños, sus familias y otros que existen en la vida de los niños y la comunidad. Ellos entonces manipulan estas relaciones para satisfacer sus propias necesidades.

Derribar la resistencia del niño al tacto: Los abusadores encuentran maneras de tocar a los niños, por medio de actividades normales con el esfuerzo de hacer que los niños se sientan cómodos al recibir esos toques. Ellos pueden involucrar a los niños con una gran cantidad de contacto físico, como la lucha libre y cosquillas. Entonces cuando los toques se convierten sexuales, los niños se pueden confundir acerca de la intención de los toques.

Evaluación del proceso: Los abusadores continuamente evalúan como los niños, sus cuidadores y otros están respondiendo a los pasos manipuladores que ellos han tomado. Esto permite a los abusadores el determinar que más ellos puedan necesitar hacer para cumplir con su meta de tener contacto sexual con niños.

Encontrar maneras de aislar al niño: Los abusadores encuentran excusas para estar solos con niños para que ellos puedan abusarlos sexualmente. Por ejemplo, ellos pueden ofrecer el cuidarlos, los invitan a quedarse a dormir con ellos o se los llevan de campamento.

Culpar al niño y mantener el secreto: Los abusadores manipulan las respuestas y emociones de los niños acerca del abuso, en un esfuerzo para hacer que los niños se sientan responsables y/o mantengan el secreto. Ellos pueden decir cosas como: “Nadie te va a creer” o “Si le cuentas a alguien, la gente va a creer que eres malo...yo iré a la cárcel...o te llevarán lejos de tu familia.”

EL CUIDADOR

EL CUIDADOR

Las emociones del cuidador

Cuando el abuso es reportado, es normal que el cuidador experimente varias emociones diferentes. Alegaciones de abuso puede afectar la vida de muchas maneras. Aunque las experiencias son individuales, hay pensamientos comunes y emociones que los cuidadores a veces comparten:

Culpa y autoinculpación: Usted puede sentir que es su culpa, que no protegió a su niño, pero usted no es responsable por las acciones de otra persona. Lo mejor que puede hacer es apoyar a su hijo.

El duelo y la pérdida: Usted puede sentir una sensación abrumadora de duelo en relación a las pérdidas que usted, su niño y sus seres queridos han experimentado como resultado al abuso. Por ejemplo, las relaciones con algunos amigos y con miembros de la familia pueden haberse convertido tensas o acabar por completo. El identificar lo que ha perdido es importante porque los cuidadores necesitan llorar cada pérdida.

Negación (o abnegación): Su primera reacción puede ser el no creer o aceptar la posibilidad de que el abuso realmente ocurrió. O puede creer que pasó pero que no hubo un daño real. Los cuidadores a menudo experimentan la negación de lo que pasó porque es muy abrumador el aceptar que el abuso ocurrió. Para algunas personas, toma tiempo el superar la negación y enfrentar las realidades del abuso.

Ira: Puede sentirse enojado por una variedad de razones. Puede sentirse enojado con el abusador por lo que él o ella hizo, enojado consigo mismo y otros; hasta puede sentirse enojado con su niño. Es importante el reconocer que lo que pasó no es su culpa ni la de su niño y puede ser fácil el extraviar los sentimientos de ira durante un momento tan emocional.

Tristeza, depresión y apartamiento (o retiro): Usted puede experimentar emociones de tristeza y depresión. Estas emociones pueden ser acompañadas de problemas de sueño, cambios en el apetito, mal humor o apartamiento (o retiro). El apartamiento (o retiro) ocurre cuando los cuidadores se encuentran con falta de interés en actividades diarias, falta de motivación para cumplir con tareas y el aislarse ellos mismos de otros. Para ayudarle a entender y procesar estas emociones (o sentimientos), puede ser útil (o ayudarle) el hablar con un consejero (o terapeuta).

Impotencia (Desamparo): Puede encontrarse sintiéndose impotente, como que no hay nada que puede hacer para que la situación se mejore. Usted puede sentirse como que no tiene ningún control de lo que está pasando porque no sabe que hacer. Es importante el reconocer que tiene la capacidad de ayudarlo a su niño a sanar. El procesar estos sentimientos (o emociones) con un amigo de confianza o un profesional, puede ayudarlo a abogar por usted mismo y por su niño.

Impresión (Conmoción) y entumecimiento: Usted puede sentirse conmocionado cuando llega a saber que su niño ha sido abusado. Algunas personas también experimentan entumecimiento porque ellos están abrumados con todas las emociones y sentimientos asociados con el abuso. Estas emociones pueden hacerlo sentirse paralizado, el no poder tomar decisiones, o el no poder responder a las necesidades de su niño. El entender más acerca del proceso y los servicios disponibles le ayudarán.

Dolor y traición: Los sentimientos de dolor y traición son muy comunes. Usted puede sentirse adolorido por la pérdida de la inocencia del niño, de que el niño no le dijo del abuso, o cualquier número de razones. También, se puede sentir traicionada por la gente, organizaciones o toda la comunidad. Los sentimientos de dolor y traición pueden llevarlo a la desconfianza y pueden hacer que usted quiera aislarse y de su niño. Será importante el construir un sistema de apoyo, al rodearse usted y su niño con personas con las cuales usted confie o pueda depender.

Preocupado por el dinero: Usted puede estar preocupado por las finanzas porque perdió el salario o gastos adicionales debido al abuso, como la consejería, los exámenes médicos o el tiempo alejado del trabajo. Usted puede ser elegible para asistencia financiera y hay profesionales quienes trabajarán con usted para que obtenga estos servicios.

El temor a la violencia: Puede tener miedo de que el abusador tratará de lastimarlo a usted, a su niño, a sus seres queridos, o a si mismo(a). Si usted tiene preocupaciones con respecto a su seguridad, profesionales le ayudarán a tener el acceso a los servicios apropiados. Si hay una amenaza de peligro inmediato, marque el 911.

El temor al abuso de drogas o alcohol: Usted puede tener miedo de que abusará las drogas o alcohol por el estrés del abuso. Los profesionales que tienen experiencia trabajando con vicios o adicciones le pueden ayudar durante estos momentos difíciles.

El Cuidador

Comunicación con los demás

Uno de los retos que los cuidadores a veces enfrentan, es el que decirles a los demás acerca del abuso. Antes de hablar con los demás, primero considere los sentimientos y necesidades de su niño. Tenga en mente que su niño se puede sentirse avergonzado o responsable por el abuso y puede estar preocupado con respecto a que los demás se den cuenta. Para respetar la necesidad de mantener la privacidad y dignidad del niño y para permitirle a él algún sentido de control, considere el dejarle saber con quien va a hablar acerca del abuso y cuando sea apropiado, deje que su niño tenga un poco de escogencia de a quien le va a contar. Además, si hay una investigación activa o una acción pendiente en el tribunal, necesitará evitar el hablar de detalles con personas asociadas con el caso, incluyendo el abusador, otras posibles víctimas o testigos y sus familias.

Como este va a ser un momento estresante, probablemente usted querrá hablar con otros acerca del abuso de su niño y el impacto que este ha tenido. Es importante el mantener en mente como pueden reaccionar o responder las personas a las que usted le cuente. El estar preparado a las respuestas de las personas de antemano, le puede ayudar a decidir quien va a poder lidiar con la información y quien va a ser capaz de darle apoyo a usted y a sus seres queridos. Mantenga en mente que la mayoría de las personas tienen poco conocimiento acerca del abuso infantil. Recuerde que si bien pueden ser de apoyo y ayuda, el abuso infantil es un tema preocupante y muy personal. Piense en cómo estas personas han respondido a otras situaciones estresantes en el pasado.

Incluso aquellos que se preocupan por usted más, pueden no saber el que decir o el como responder. Las respuestas y reacciones varían ampliamente y pueden incluir la atención sincera, la preocupación, el interés, el horror, la incredulidad, el disgusto, o el desinterés. Además, algunas personas pueden responder preguntando los detalles íntimos o haciendo comentarios inapropiados acerca del abuso. Algunos de los ejemplos de dichas preguntas o comentarios están enlistados aquí, con ideas de posibles respuestas:

“¿Qué le pasó exactamente a su niño?”

- “Preferiría el respetar la privacidad de mi niño/familia.”

“¿Está seguro de que su hijo no lo inventó?”

- “Aunque me gustaría que no haya pasado, apoyo plenamente a mi hijo.”

“¿Por qué no sabía que estaba ocurriendo?”

- “Yo me he preguntado a mi mismo eso varias veces, pero sé que el secreto es una gran parte de la manipulación del abusador.”

“Si fuera mi hijo, me hubiera mudado”

- “Yo aprecio su preocupación, pero estamos tomando otras medidas para hacer frente a lo que ha sucedido.”

Algunas otras respuestas bien pensadas incluyen:

- “Gracias por preocuparse por nosotros; si los necesitamos, sin duda les dejaremos saber.”
- “Mi niño podría utilizar su apoyo, pero por favor no le haga preguntas a él/ella sobre lo que ha sucedido.”
- “Gracias por su preocupación, pero esto está bajo investigación en este momento y no debemos de hablar de ello.”

También será importante el ayudar a su hijo a que este preparado a las preguntas o comentarios de otros. Específicamente, si usted siente que es apropiado, le podría dejar saber a su hijo quien sabe del abuso, para que él no se sorprenda con las preguntas o comentarios de esas personas. Déjele saber a su niño que él/ella no siempre tiene que responder a los comentarios o preguntas. Le puede dar permiso de decir, “Mi mamá y/o papá me dijeron que no hablara de eso.” o “Gracias por su preocupación, pero prefiero no hablar de eso.” Si alguien dice, “Lamento lo que te pasó” su hijo puede responder con un simple, “Gracias.”

Recuerde que los niños pueden querer compartir sus experiencias con los demás. Hable con su hijo acerca de con quien él puede hablar. Es importante establecer límites para que el niño entienda que esto no es un tema para discutir con todo el mundo; sin embargo, tenga cuidado de no hacer que su niño se sienta como que se trata de un "secreto sucio," ya que esto podría causar que su niño sienta vergüenza.

El planear posibles respuestas, reacciones, preguntas o comentarios de otros, puede ayudarle a usted y a su hijo sentirse más preparado para estas interacciones. Aunque usted y su hijo van a necesitar hablar con profesionales, recuerde que tienen el derecho de decidir qué información van a compartir con otros.

El Cuidador

El cuidado propio

Como cuidador, estos momentos, de los más seguro, son los más difíciles y estresantes para usted. El estrés puede afectar su estado general de salud y su habilidad de hacerle frente a la vida. Como su bienestar es muy importante, necesita encontrar el tiempo para cuidarse a sí mismo y liberar el estrés. El cuidarse a sí mismo significa el tomar tiempo regularmente para hacer algo solamente para usted. Esto se le puede hacer difícil, pero es lo mejor para usted y su niño.

Algunas de las actividades sugeridas incluyen las siguientes:

- Vaya a caminar
- Vaya a almorzar con un amigo(a)
- Practique el respirar hondo
- Vea una película
- Haga ejercicios
- Tome un paseo
- Lea
- Medite
- Oiga música
- Trabaje en el jardín
- Tome un paseo en bicicleta
- Pase tiempo con una mascota

Otra manera de reducir el estrés es el tener un sistema saludable de apoyo. Es importante el rodearse de personas útiles y positivas. Tenga la información de contacto de estas personas fácilmente accesible para cuando los necesite. Recuerde que usted no tiene que pasar por esto sola.

Aparte de sus amigos y familia, su sistema de apoyo puede también incluir a los profesionales. Por ejemplo, un consejero puede ayudarle a trabajar en los sentimientos y emociones suyos que se relacionen al abuso y enseñarle técnicas adicionales para el cuidado de sí mismo.

EL APOYAR A SU NIÑO

El Apoyar a su Niño

Cosas que usted puede decir y hacer

El factor más importante que influye en la recuperación del niño es el apoyo del cuidador. Diciendo y haciendo cosas que muestran amor, apoyo y protección por su niño le ayudará con el proceso de sanación. Esto puede incluir el decir y hacer cosas por su niño que le demuestra el cuidado y la preocupación y le ayudará a establecer y mantener un sentido de seguridad físico y emocional.

Aquí están algunas cosas que usted puede decir que puede ser útil para su hijo:

- Lamento lo que te pasó.
- Te cuidaré.
- No estas solo en esto.
- Te creo.
- No es tú culpa.
- Me alegro que llegué a saberlo para que así pueda ayudarte.
- No estoy seguro de lo que sucederá después, pero estoy aquí para tí.
- Estoy molesto pero no contigo; estoy molesto con la persona que hizo esto. Él/ella es el(la) responsable de lo que pasó.
- Puedes verme llorar porque lo que pasó me hace sentirme triste, pero yo estaré bien y tú también.
- Es confuso saber como se siente, sea lo que sea que sientas es aceptable (está bien).
- No sé porque la persona lo hizo, él/ella tiene un problema. Voy a encontrar a alguien con el que podamos hablar para que nos ayude a entender lo que ha sucedido.
- Puedes todavía querer a la persona que hizo esto y al mismo tiempo estar enojado o hasta incluso odiarlo(a) a él/ella por lo que pasó.

Aquí están algunas cosas que usted puede hacer que puede ser útil para su hijo:

- Aprenda sobre el abuso infantil.
- Entienda el impacto del abuso.
- Sepa que no todos los niños responderán igual al abuso o violencia.
- Manténgase cerca y asegúrele a su hijo que usted hará todo lo posible para mantenerlo a salvo.

- Este disponible si su hijo quiere compartir sus pensamientos o sentimientos.
- No cuestione a su hijo sobre el abuso.
- No le permita a su hijo el comunicarse con personas que no lo apoyan.
- Enséñele a su hijo acerca de la seguridad personal.
- Construya una nueva rutina normal que lo mantenga seguro y protegido.
- Observe el lenguaje de su hijo, conductas y emociones, para poder detectar signos de trauma o pobre afrontamiento.
- Sepa que los niños ven y oyen todo – su hijo estará observando su lenguaje, su conducta y sus emociones.
- Considere la consejería para su hijo y usted mismo.
- Enséñele a su hijo técnicas de relajamiento básico, tales como el de respirar hondo.

También es importante el que usted mantenga a su hijo sin comunicación con el abusador. Esto puede ser difícil si el abusador es una persona importante para usted. Recuerde que el niño depende de usted para tomar decisiones saludables y protectivas.

El Apoyar a su Niño

El entendimiento del trauma

Un evento traumático es una experiencia extremadamente angustiante emocionalmente. Este puede ser un evento que pasa directamente a la persona o la persona es testigo de ese evento. Muchas veces durante el evento traumático la persona tiene miedo por su seguridad y/o la de otros. Hay diferentes tipos de eventos traumáticos, tales como el abuso físico, ser testigo de abuso o violencia, abuso sexual, la pérdida de un ser querido, desastres naturales, accidentes automovilísticos, incendios de casas y divorcio.

Las personas reaccionan de maneras diferentes a eventos traumáticos basado en muchas cosas, tales como la edad cuando el trauma ocurrió, la severidad o gravedad del trauma, un historial de otros traumas y el apoyo recibido de otros después que ocurre el trauma. El trauma puede afectar el bienestar de conducta, físico y emocional.

Algunos de los síntomas o efectos de trauma incluyen:

- La dificultad al dormir o pesadillas
- El no querer estar solo, ansiedad a la separación
- Constantemente el pensar acerca del abuso o evento
- Esfuerzos para evitar hablar sobre el abuso o evento
- Aumento del miedo en ambas situaciones, seguras y riesgosas
- Los sentimientos de vergüenza, culpa o baja autoestima
- Comportamientos regresivos
- Dificultades al concentrarse, distraído fácilmente
- Sin mostrar sentimientos en lo absoluto, aparentemente adormecido
- Se le hace difícil el permanecer inmóvil
- Pensar en la muerte o morir
- Médicamente inexplicable dolores de cabeza, dolores de estómago, etc.
- El bajo de las notas y el rendimiento de la escuela
- Los cambios de humor, irritabilidad, o problemas con la ira
- El evitar a personas, lugares o cosas que le hagan recordar al niño el abuso o evento

Las personas que experimentan traumas en la niñez o infancia, son más propensos a tener problemas de salud física y mental; fumar, tomar o usar drogas; tener múltiples parejas sexuales; y/o están en un mayor riesgo de violencia en la pareja (Estudio de Experiencias Adversas de la Niñez, en inglés "Adverse Childhood Experiences Study"). Es importante para las personas que hayan experimentado cualquier tipo de trauma, el consultar a un profesional de salud mental, para determinar se la consejería o terapia es recomendada.

El Apoyar a su Niño

Consejería

“The Children’s Advocacy Center” le puede ayudar a que usted y su hijo se conecten con los recursos de consejería apropiados, para ayudarle a superar los efectos del trauma. Aquí están algunas preguntas comunes que los cuidadores le hacen al consejero o terapeuta:

¿Qué es la consejería? Consejería es una oportunidad para que su niño se reúna con un profesional entrenado, el cual es capaz de establecer metas para su tratamiento y un camino para el logro de esos objetivos. Para aquellos niños que han experimentado abuso, la consejería probablemente incluirá tratamientos basados en la investigación que han demostrado ser eficaces para ayudar a los niños a lidiar con el trauma.

¿Cómo va a ayudar la consejería a mi hijo? La consejería puede darle un lugar seguro a su niño para que aprenda acerca de sus emociones de ira, miedo o tristeza. Entonces el consejero puede trabajar con él ayudándole a expresar lo que siente de una manera saludable. El consejero puede también darle mensajes positivos acerca de su autoestima. Este pudiera incluir que él no hizo nada incorrecto o malo y que el abuso no fue su culpa.

¿Cuánto tiempo debería mi hijo ir a consejería? La duración de la consejería varía. El consejero de su niño le ayudará a él a establecer metas a alcanzar en la consejería. Un plan individual de tratamiento será hecho y revisado periódicamente. Su hijo puede necesitar el buscar consejería en diferentes momentos a lo largo de su vida, al pasar por períodos de cambio, como la pubertad, dejar la casa o el matrimonio.

¿Cómo pido la consejería para mi niño? Usted puede pedir que se haga una recomendación para su niño por medio de cualquier profesional que este trabajando el caso de él. La persona de Apoyo de los Recursos de la Familia en el Centro de Apoyo o Defensa del Niño (en inglés “Children’s Advocacy Center”) le ayudará con las recomendaciones que son apropiadas para su niño y familia.

¿Cómo hago para pagar la consejería de mi niño? Si su niño no tiene seguro médico o su seguro no cubre servicios de salud mental, hay recursos disponibles. Por favor llame al Programa de Asistencia de Indemnización de Víctimas (con siglas en inglés “VCAP”) at 302-255-1770. La persona de Apoyo de los Recursos de la Familia del “CAC” le ayudará a someter los papeles para la asistencia financiera por medio de “VCAP.”

El Apoyar a su Niño

El elegir un consejero

Hay muchos tipos de proveedores de salud mental, psiquiatras, psicólogos, consejeros con licencia y trabajadores sociales clínicamente entrenados. Proveedores de salud mental son frecuentemente llamados consejeros o terapeutas. Lo que es importante es que usted escoja un consejero con el entrenamiento y calificaciones apropiadas para trabajar con un niño que ha sufrido abuso. Para encontrar un consejero, hable con los miembros del equipo multidisciplinario para pedir sus recomendaciones. Específicamente, la persona de Apoyo de Recursos para la Familia (con siglas en inglés "FRA") en el "Children's Advocacy Center" le ayudará a encontrar un consejero.

Cuando le está ayudando a encontrar un consejero para su niño, el "FRA" considerará muchos factores, tales como su ubicación, su acceso al transporte y su seguro. Además, el "FRA" también tomará en cuenta la edad de su hijo, cualquier necesidad especial que él puede tener y el tipo de consejería más apropiada dada las experiencias de él. Muchos niños experimentan el abuso como un evento traumático. Si ese es el caso, su niño puede ser recomendado a que vaya a "La Terapia de Conducta Cognitiva Enfocada en el Trauma" (en inglés "Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy," TF-CBT).

Si usted escoje el encontrar un consejero sin la ayuda del "FRA," considere el hacer las siguientes preguntas para decidir quien va a ser el mejor para trabajar con usted y su hijo.

- ¿Usted tiene licencia? ¿Cuánto tiempo ha estado practicando?
- ¿Tiene experiencia trabajando o tratando a niños que han sido abusados y sus familias?
- ¿Tiene experiencia trabajando o tratando trauma en los niños?
- ¿Qué tipo de tratamiento usualmente usa con los niños?
¿Usted siente que este tipo de tratamiento sería eficaz con mi niño?
- ¿Cuánto tiempo cree que va durar el tratamiento de mi hijo?
- ¿Cuáles son sus honorarios? ¿Usted acepta mi seguro?

Mientras trabaja identificando a alguien el cual es calificado para satisfacer las necesidades de su hijo, también considere como se siente usted con esta persona, ya que el tratamiento de su hijo involucra el trabajar juntos como un equipo. El tener una buena relación es crítico, entonces escoja un consejero con el cual se sienta cómodo.

RECURSOS

Recursos

NÚMEROS DE EMERGENCIA

Division de Servicios para la Familia

Número de emergencia para Abuso del Niño....1-800-292-9582

Visite www.kids.delaware.gov para más información o para hacer un reporte en línea de abuso o negligencia de un niño.

La División de Prevención y Salud de Comportamiento

Número de Servicios de Respuesta Móvil y Estabilización

1-800-969-4357

www.kids.delaware.gov/pbhs

“Child, Inc.”

Número de emergencia de Violencia Doméstica

302-762-6110 (NC)

302-422-8058 (K&S)

www.childinc.com

Comuníquese con “Lifeline”

Número de emergencia de Crisis de Violación

302-761-9100 (NC)

1-800-262-9800 (K&S)

www.contactlifeline.org

Línea de Ayuda de Delaware.....211

1-800-464-HELP

www.delaware211.org

SERVICIOS PARA VÍCTIMAS

El Departamento de Justicia

Programa de Víctimas/Testigos.....302-577-8500 (NC)

1-800-870-1790 (K&S)

www.attorneygeneral.delaware.gov/criminal

SERVICIOS PARA VÍCTIMAS (cont)

Información y Notificación a las víctimas

Todos los días (VINE)1-877-338-8463

www.vinelink.com

Tribunal de Familia de Delaware

Órdenes de Protección en Contra del Abuso

302-255-0300 (NC)

302-672-1000 (K)

302-855-7400 (S)

www.courts.delaware.gov/help/pfa/

ASISTENCIA FINANCIERA

Programa de Asistencia de Indemnización de Víctimas

(en ingles VCAP).....302-255-1770

www.attorneygeneral.delaware.gov/vcap

NC= Condado de New Castle / K= Condado de Kent / S= Condado de Sussex

Información del MDT

La Fuerza Pública:

La División de Servicios para Familia:

El Departamento de Justicia:

Children's Advocacy Center of Delaware:

Proveedor Medico:

Proveedor de Salud Mental:



Condado de New Castle

Rockland Center II
1801 Rockland Road * Wilmington, DE 19803
302-485-7088

Condado de Kent

611 S. Dupont Highway – Suite 201 * Dover, DE 19901
302-741-2123

Condado de Sussex

El Edificio de “Children & Families First”
410 S. Bedford Street * Georgetown, DE 19947
302-854-0323

www.cacofde.org

Este manual fue desarrollado por
The Children’s Advocacy Center of Delaware, Inc.

Este programa está financiado por El Consejo del Sistema Penal de Delaware, por El Departamento de Justicia de los Estados Unidos, La Oficina de Programas de Justicia, La Oficina de Víctimas de Delitos.

© 2015 Children’s Advocacy Center of Delaware, Inc., All Rights Reserved