



# Abuso Sexual Generalidades

Luisa Fernanda Cadena P.

# Abuso Sexual. Definición

*No huyas de ello. No intentes producir una realidad diferente, atándote a algo, ni atragantándote tus sentimientos. No te cortes las venas de las muñecas. Sencillamente enfréntalo. Porque de todas maneras no va a cesar de volver mientras sigas viviendo. Es doloroso, pero tienes que continuar. Sólo es una parte de tu vida, ya lo verás.*

Soledad. 28 años.




# Definición.

- Nos reuniremos en grupos e intentaremos construir entre todos una definición, desde nuestra experiencia y saber a esta realidad.

# Cómo saber si he sido víctima de A.S. en la infancia?

- Cuando eras niño o adolescente
  1. Te acarició, besó o abrazó una persona adulta para su propia gratificación sexual?
  2. Te obligaron a practicar sexo oral a un adulto o hermano?
  3. Te violaron a penetraron de alguna manera?
  4. Te hicieron presenciar actos sexuales?

- 
5. Te viste obligado a escuchar largas conversaciones sobre temas sexuales?
  6. Te hicieron caricias mientras te bañaban o dormías?
  7. Te sometieron a tratamientos médicos innecesarios, solo por la gratificación de un adulto (médico, cuidador, etc)?
  8. Te hicieron ver películas de sexo o cualquier otro tipo de pornografía.
  9. Te hicieron posar para fotografías seductoras?
  10. Te vista envuelto en prostitución infantil?
  11. Te obligaron a participar en algún rito que contuviera situaciones sexuales?

# El Daño ...

- Los efectos a largo plazo del abuso sexual, pueden afectar diferentes áreas de la vida: sentimientos, vida laboral, sexualidad, etc.
- Muchas personas están tan ocupadas en seguir viviendo, que ni siquiera se percatan de la manera en que les dañó el abuso.
- Pero para curar es necesario saber que se ha afectado.

# El Daño ... Efectos.

## ■ Auto estima y poder personal

- El abuso viola las fronteras
- El derecho a decir no.
- Humilla y transmite el mensaje que vale poco.
- Nada que haga conseguirá evitarlo.
- Al contar: no le hicieron caso, culparon, negaron.

# El Daño ... Efectos.

## ■ Sentimientos

- Una manera de seguir viviendo es desconectar el sentir, para evitar el terror, el dolor, etc.
- Amor y confianza básica en el mundo traicionados: “no puedo confiar en nadie” “El mundo no es un lugar seguro”
- La expresión de los sentimientos, cuando la hubo, posiblemente tuvo una respuesta negativa.
- Pudo haber aprendido a bloquear el dolor físico, o emocional, pero para hacer este trabajo no se pueden elegir qué sentimientos bloquear y cuales no, entonces: Dejó de sentir

# El Daño ... Efectos.

## ■ El Cuerpo

- El cuerpo es la manera en que un niño conoce el mundo.
- Así que el mensaje “escrito en el cuerpo” será dolor, desconfianza, vergüenza, disgusto.
- El cuerpo recuerda a cada instante lo que sucedió, de manera cc ó icc.
- El cuerpo está hecho para responder ...
- Para evitar sensaciones, se aprende a bloquear el cuerpo.

# El Daño ... Efectos.

## ■ Intimidad

- Si los niños reciben en la infancia cariño, atención, respeto, seguramente estarán dispuestos a dar de eso mismo. Establecer vínculo estables y satisfactorios.
- Si el niño recibió en su lugar abusos, su confianza estará rota.
- El significado de amor y relaciones será confuso. Amor igual caos, dolor, traición.

# El Daño ... Efectos.

## ■ Sexualidad

- El abuso roba la natural capacidad sexual.
- Se ha abierto una puerta de manera brusca y a otro tiempo del normal.
- La excitación sexual está ligada a la vergüenza, humillación, disgusto, miedo, confusión.
- El placer se enredó.
- Abandono del cuerpo.
- Cuando el abuso es acompañado de afecto, las necesidades de cariño se ligan al sexo, no se pueden satisfacer estas necesidades de otras maneras

# El Daño ... Efectos.

## ■ Los hijos.

- Generalmente, los abusos ocurren al interior de la familia.
- La idea de familia será disfuncional.
- Un lugar donde no se puede ser protegido.
- Mientras no se enfrente el abuso, la mujer o el hombre, podrán tender a repetir de alguna manera el maltrato con su nueva familia (comunidad) o hijos

# El Daño ... Efectos.

## ■ Familias de Origen.

- En las familias incestuosas, las relaciones se distorsionan.
- Falta confianza, comunicación y en su lugar: secretos, aislamiento y miedo.
- De esta manera se siente el niño frente a su familia.
- Probablemente el niño debió asumir responsabilidades de adulto.
- Si no se prestó atención: “mi sufrimiento no es importante”



# Algunas Reacciones Típicas.

- Existen diferentes formas de reaccionar: huir de casa, las drogas, el alcohol, la prostitución.
- Convertirse en el mejor estudiante, ensimismándose en el estudio.
- Olvidar lo que ocurrió.
- Ser un buen cuidador de hermanos o familiares
- Dedicarse a servir a los demás.
- Algunas pueden devenir positivas (éxito, auto suficiencia). Otras, pueden serlo en sentido contrario (robo, alcohol, compulsiones como comer)



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Restar Importancia

- Lo que ocurrió no fue tan malo.
- Yo tuve algo que ver
- A todo el mundo le pasa.
- No es tan raro.



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Racionalizar

- Es la manera que se intenta explicar el maltrato, para disculparlo.
- “Estaba borracho” “bravo” “tenía necesidades” “estaba preocupado ... tenía muchas obligaciones”
- Centra la atención en el agresor.

# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Negar

- Volver la cabeza hacia otro lado.**
- Nunca ocurrió.**
- Si hacía un esfuerzo, lo olvidaba.**
- Es más cómodo para un niño, negar la realidad.**
- Algunos reconocen el abuso, pero niegan que les causara algún daño.**
- “Le dije a mi terapeuta que ya lo había superado. Me creyó”**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Olvidar

- Una de las maneras mas comunes y eficaces de enfrentar el abuso.
- El mecanismo de defensa de la represión.
- Algunos solo recuerdan la imagen de una pared, un mueble, etc.



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Falta de Integración

- Sensación de estar dividida en más de una persona.
- La niña que se inventa una infancia feliz, pero en el fondo está dolida y en las noches tiene pesadillas.
- mujeres u hombres que se sienten malos y saben que algo dentro no va bien, pero tienen hacia el exterior una imagen diferente.
- El problema es que la fachada suele ser muy frágil

# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Escisión

- Es la tendencia a considerar a las personas, acontecimientos, actos como totalmente buenos o malos. Una manera de reaccionar que permite a la persona tener dos visiones contrarias, no integradas.
- La niña por ej, separa al padre del que depende afectivamente y para su protección, del que abusa de ella o la maltrata.
- Esto le permite conservar la imagen buena de “padre”, pero a un alto precio: siendo ella la mala.



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Abandonar el Cuerpo

- Los maltratos y el abuso generan insensibilidad corporal.
- algunos abandonan su cuerpo y observan el abuso como si estuvieran fuera de él, viendo una película.



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Control

- Puede estar frecuentemente presente, ya que es una manera de sentir la vida en curso en el dominio que no pudo conseguir durante el tiempo en que vivió el abuso.
  
- Puede tener dos lados:
  - Organización, disciplina cumplimiento de metas.
  - Inflexibilidad, terquedad, poca capacidad de negociación



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ **Caos**

- Generando desorden en su vida , la persona puede lograr que le presten atención y muchas veces puede convertirse en la “que manda”
- Pueden ser personas buenas para solucionar problemas, pero también para crearlos.
- Puede actuar bien en el conflicto, pero puede estar también huyendo del sentir.



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ **Despistes o ausencias**

- **Diferentes formas de hacerlo:**
  - **Tropezar con las cosas.**
  - **Siempre existe algo que asuste, para desviar la atención.**
- **El problema es que al ausentarse se desconecta del dolor y del palcer al mismo tiempo.**

# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Alerta Constante

- Al necesitar estar constantemente alerta, la niña o niño, puede que en la adultez mantenga también un estado de vigilancia que no le permita relajarse e independientemente que no exista peligro alguno.
- Estar constantemente pendiente de las necesidades de los otros.
- Puede ser positivo: excelentes médicos, terapeutas, periodistas, amigos comprensivos, policías, etc.
- Negativo: incapacidad para tomar aire y relajarse.



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Humor

- Un gran sentido del humor**
- Cierto cinismo que puede ayudar a pasar por los momentos difíciles.**
- Mientras se tenga a las personas riendo, se puede mantener una distancia protectora.**
- Mientras vives riendo, no tienes que llorar.**

# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ **Escape**

- Real alejándose de casa**
- Irreal, escapando en fantasías, lecturas, televisión.**
- Para llenar el hueco de la negación o el olvido, se piensa en otra vida.**
- Este estado, si es bien encausado, puede llevar a una basta exploración de la creatividad.**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Enfermedad mental

- **Cuando se traspasa el límite entre la fantasía y lo real, puede haber situaciones de enfermedad mental.**
- **Para muchos el dolor puede ser tan grande, que es mucho más útil, volverse loco.**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Automutilación

- **Es una manera de controlar la experiencia del dolor.**
- **Puede ser la manera de reemplazar la agresión del agresor.**
- **la manera de “castigar el cuerpo” sobre el que ocurrieron los maltratos.**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Intentos de suicidio

- **Es probable que la persona piense que el suicidio es la única solución ante una vida cargada de tanto dolor y falta de control.**
- **Los intentos no siempre son físicos o evidentes, pueden ser pensamientos diarios de “amanecer muerto”, por ej.**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Adicciones y Aislamiento

- Estas son maneras comunes, de hacerle frente al dolor emocional y psicológico en general.
- Puede ser a situaciones peligrosas, al sexo, drogas, trabajo, etc.
- El Aislamiento puede ir junto a la adicción, además, si no se intima con nadie, nadie hará daño.



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Problemas de Comer

- Puede desarrollarse anorexia o bulimia. Puede ser una manera de control y ejercer dominio sobre el cuerpo.**
- Para manejar la ansiedad**
- Con la intención de no “parecer mujer”**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Mentir

- **Cuando se debe ocultar toda la vida el abuso, porque genera vergüenza, miedo, no se le creyó y el abusador sistemáticamente le obligó a mentir.**
- **Probablemente, ésta sea una conducta típica en el adulto. Una manera de vivir.**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Robar

- Robar es una ocupación absorbente, hace que te olvides de todo, incluso de ti mismo.
- Es una manera de crearse diversión o distracción o revivir los sentimientos del abuso: miedo, culpa, terror.
- Es también una manera de desafiar la autoridad



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Religión

- Se puede encontrar protección y alivio, adhiriéndose escrupulosamente a un sistema de creencias que tenga reglas y límites, que generen de alguna manera la sensación de estructura.**
- El perdón y la expiación de las culpas puede resultar muy atractivo.**



# Algunas Reacciones Típicas.

- **Búsqueda o Evitación Compulsiva del contacto Sexual**
  - **Como el abuso es una de las primeras experiencias de contacto físico, es posible que se continúe buscando la intimidad y el contacto solo de manera sexual.**
  - **O por el contrario, evitándolo de cualquier forma.**



# Algunas Reacciones Típicas.

## ■ Evitar la Intimidad

- Si nadie intima conmigo, no podrán dañarme.**
- Mejor sola que mal acompañada.**
- Son especialistas en terminar relaciones y salir huyendo.**