

Ojo con el abuso sexual

Aunque parezca difícil de creer el incesto, abuso sexual, violaciones y acosos sexuales suelen ser causas olvidadas u ocultas para quienes los han sufrido.

Artículo elaborado por Martha Escamilla Rocha, Especialista en trauma.

Los **mecanismos de defensa** que **inicialmente protegieron al abusado** le **impiden la recuperación** y el **cambio** si no se cuenta y recibe el **tratamiento adecuado**. De allí que sea común que **aún empezando un tratamiento** este tipo de pacientes, estos **tarden años antes de revelar** que fueron **abusados** o **recordar exactamente qué les pasó**.

Está comprobado que **existe una relación entre los síntomas** o el **estrés postraumático** y el **abuso sexual vivido** en las primeras etapas de la vida. Por ello, es importante que estas personas **busquen ayuda psicológica** u **otro tipo de tratamiento**.

Todo **abuso sexual** es una **violación al cuerpo**, a los **límites** y a **la confianza**. Es una **ruptura a los límites personales, emocionales, sexuales y energéticos** que provocan **heridas profundas** y **que dejan cicatrices** a nivel físico, emocional, espiritual y psicológico. Esto produce en las personas una serie de **síntomas que se pueden convertir en las semillas** para iniciar el **proceso de recuperación**.

El **abuso sexual** en niños, adolescentes y adultos es más común de lo que se piensa. Estudios muestran que **una de cada cuatro niñas** y uno de cada **ocho niños** podrán estar **expuestos a ser sexualmente agredidos** antes de cumplir **16 años**. En el 90 por ciento de los casos el **abusador es un hombre** y en más de un **80 por ciento será un conocido**. En la actualidad, existen al menos **10 millones de "sobrevivientes secretos"** que llevan la carga de un abuso, nunca compartido.

Muchos niños (as) **no hablan porque temen que si cuentan** no les van a creer o les van a culpar y además **se sienten responsables y avergonzados**. Es aún más difícil para un hombre contar, porque si este revela que fue abusado sexualmente, su **"hombría" y orientación sexual** pueden ser **cuestionadas**.

Por lo general, la gente asume que **cuando un hombre ataca o viola sexualmente a otro hombre**, el ofensor es homosexual y la víctima lo puede llegar a ser. Estas **nociones populares pero equivocadas**, tienen su raíz en el mito de que el **asalto sexual busca principalmente la gratificación sexual**, y la gente ignora que **detrás del acto hay asuntos de poder y control**.

Otro problema grave que se **presenta** es que hay una **fuerte correlación entre abuso sexual** y el **sexo de alto riesgo** y los **embarazos no deseados** especialmente en **adolescentes**.

¿Qué es el abuso sexual?

Son **actitudes y comportamientos que realiza un adulto** (generalmente varón) para su **propia satisfacción sexual**, con una niña, niño, adolescente, adulto o su propia pareja. Cuando el abusado es un niño (a), el **agresor emplea la manipulación emocional** como chantajes, engaños, amenazas, violencia, etc.

Es importante considerar que **una conducta es abusiva cuando es vivida y sentida** de este modo por la persona, es decir, cuando es **mirada o tocada de un modo que la hace sentirse intimidada**. La víctima nunca es culpable y el agresor siempre será el responsable.

El motivo del ataque sexual **no es primordialmente el placer o la satisfacción sexual del ofensor, sino que tiene que ver con poder, control, dominación y humillación**, indiferentemente de si la víctima es masculina o femenina. El ataque sexual es **una forma de violencia** en la cual el "sexo" es utilizado como arma **contra la persona de quien se abusa**.

El ofensor

El violador por lo general es una **persona en apariencia normal**, que puede aparentar **firmes valores morales y/o religiosos**. La mayoría suele negar el abuso con vehemencia y sólo **bajo evidencias legales y presión**, algunos aceptan la **acusación parcialmente**, usando excusas como: "no fue nada grave, nada de importancia", "no le hice daño", "la culpa fue suya", "los niños no sienten", etc.

Los **delincuentes sexuales**, reinciden y repiten sus abusos, a no ser que **intervenga alguien y los frene**. Prácticamente ninguno desistirá voluntariamente sino que **necesitará una intervención judicial y un tratamiento psicológico para hacerlo**.

Los **abusos sexuales infantiles** no son **sucesos aislados**. Generalmente **ocurren a lo largo de mucho tiempo**, meses o años.

Tratamiento

Las **heridas causadas por abuso sexual** sea este incesto, trauma sexual, violaciones, acoso sexual, molestia o la mezcla de estos, en ocasiones **puede requerir el tratamiento del problema** directamente al lugar donde se encuentra la herida.

El tratamiento **toma su tiempo y a veces el camino puede ser largo y doloroso**, pero al sanar las heridas es posible **recobrar la inocencia del niño que se perdió a una edad temprana**. Superando esto, es posible sentirse vivo (a) nuevamente, empezar a **relacionarse mejor con otros poniendo sus propios límites** y empezando a confiar. La **creatividad aumentará** y el paciente se sentirá **mejor con sí mismo** y descubrirá **aspectos maravillosos que había olvidado**.

Como **parte del proceso de recuperación** es importante **buscar un psicólogo** que le ayude y con el que se sienta bien. Para **brindar tratamiento** efectivo a los pacientes que han sufrido algún trauma, el terapeuta necesita saber sobre este tema, tener experiencia, **conocer diferentes técnicas** e ir **despacio en el proceso** porque de lo contrario, **podría reforzar ciertos patrones**.

Los **sobrevivientes pueden andar el camino de diferentes maneras**. Unos no van a terapia y continúan viviendo de una forma limitada, otros deciden ir a terapia y ven que como decía P. Levine, **"el trauma es un hecho de la vida, sin embargo no tiene que ser una cadena de perpetuidad"**.

Abuso paso a paso

Consecuencias del abuso sexual

Síntomas más comunes como consecuencia de los abusos sexuales

Consecuencias de encubrir al abusador

Mayores informes

Martha Escamilla Rocha. Especialista en trauma.

Correo electrónico: escamilla@traumatreatments.com

Página web. www.traumatreatments.com

Invitada especial del Grupo Hellinger Colombia