

# Estamos a tu lado

Guía de atención a la violencia sexual en la infancia  
y la adolescencia para las familias cuidadoras



**Equipo EMMA**

Unidad de Atención a las Violencias  
hacia la Infancia y la Adolescencia

 **Vall  
d'Hebron**  
Barcelona Hospital Campus

# Autoras

---

**Mireia Forner Puntonet**, psicóloga clínica

**Anna Fàbregas Martori**, pediatra, coordinadora equipo Emma

## En la redacción de esta guía han participado

---

**Giuliana Rios Quiñones**, trabajadora social sanitaria

**Andrea Salvat San Agustín**, psicóloga

**Lledó Garcés Montolio**, pediatra

**Tiffany Rexach Benitez**, trabajadora social sanitaria

## Agradecimientos

---

**Josep Antoni Ramos-Quiroga**, jefe del Servicio de Psiquiatría

**Antonio Moreno Galdó**, jefe del Servicio de Pediatría

**Eunice Blanco Vazquez**, jefa de la Unidad de Trabajo Social

**Lidia Illán Hernández**, médica adjunta de Ginecología de la Infancia y la Adolescencia

**Mònica Sancosmed Ron**, médica adjunta del Servicio de Urgencias de Pediatría

**Jose Manuel Domínguez Gonzalez**, subdirector asistencial

**A todas las niñas, niños y adolescentes que atendemos y a sus familias**

**Ilustraciones:** Daniele Pretto

Edición julio 2022

Estamos  
a tu lado

# 1 de cada 5

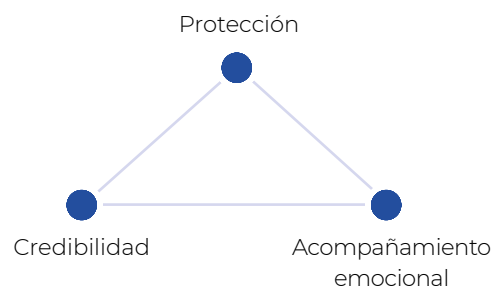
La violencia hacia los niños, niñas y adolescentes es una situación que no debería ocurrir nunca, pero desgraciadamente la realidad es otra. 1 de cada 5 niños, niñas o adolescentes son víctimas de violencia sexual.\* Entre un 60-85% de las situaciones de violencia sexual se dan por parte de personas conocidas o con quienes tienen relación, un alto porcentaje dentro del entorno intrafamiliar, que hacen uso de una situación de poder y manipulación, engaño o presión hacia el niño/niña o el adolescente.

Cuando un niño o una niña vive una situación de violencia sexual, a menudo como adultos cuidadores, nos sentimos perdidos y no sabemos cómo ayudarlo/la. El objetivo de esta guía es acompañaros y compartir con vosotros algunas recomendaciones a fin de que podáis contribuir a la recuperación del niño/niña o el adolescente.

\*Fuente: Council of Europe ([www.coe.int/children](http://www.coe.int/children))



# ¿Qué hacer ante la revelación de una situación de violencia por parte de una niña, niño o adolescente?



## Acompañamiento

Cuando un niño, niña o adolescente explica por primera vez una situación de violencia sexual, **es muy importante que nos mostremos próximos, escuchándolo de manera activa e intentando conectar con cómo se debe sentir**. Es normal querer hacer muchas preguntas, pero estas tienen que ser preguntas abiertas, con el fin de saber qué ha pasado de manera amplia y especialmente cómo se siente. Por ejemplo, “¿Qué ha ocurrido?”, “¿Quieres explicarme algo más?”, “¿Cómo te sientes respecto a lo que me has contado?”.

**Es recomendable evitar preguntas dirigidas o cerradas** que, en ocasiones, pueden confundir y transmitir una sensación de presión por la búsqueda de información al niño o el adolescente. Por ejemplo, evitar frases como “Cuando me hayas explicado lo que pasó podrás ir a hacer...”, “¿Por qué no habías dicho nada antes?”, “Estás seguro/a de todo esto?”.

## Protección

El primer paso a partir de la revelación es velar por la protección de la niña/niño, evitando todo el contacto con la persona que lo ha podido agredir y acudiendo a servicios especializados en el ámbito sanitario, social, de interior o de justicia para valorar cómo proteger al niño o el adolescente de la situación de violencia.

## Credibilidad

Asimismo, como padres, madres, familiares o cuidadores/ras, daremos credibilidad a lo que nos explique, sin hacer preguntas que muestren dudas o desconfianza en relación con la información referida por el niño, niña o adolescente.

A veces, después de la revelación que nos hace el niño/niña o el adolescente, podemos tener la sensación de que nuestra respuesta no ha sido la adecuada. En este caso, es importante pensar qué hubiéramos querido decir o hacer y encontrar un momento tranquilo y de confianza para explicar al niño, niña o adolescente que cuando nos lo explicó nos sentimos un poco nerviosos porque son situaciones difíciles, que nos sabe mal, pero que “en realidad lo que le queremos decir es... o lo que queremos hacer es...”. Estas reacciones que creemos que no hemos gestionado bien se pueden reparar abordándolas con respeto, tacto y cuidado con la niña/niño o el adolescente.

## ¿Cómo se puede sentir?

El niño, la niña o el adolescente que ha vivido una situación de violencia a menudo **siente una mezcla de sentimientos y emociones a las que le es difícil poner nombre**. Puede sentir tristeza, rabia, miedo, vergüenza e incluso sentimientos de culpa que habrá que ir trabajando para que remitan y pueda comprender que la culpa es de la persona adulta o del niño, niña o adolescente mayor que tenía más edad, más fuerza, conocimientos y experiencia, y sabía que aquello que hacía estaba mal.

## ¿Cómo me siento yo en este momento?

Ante la revelación por parte de nuestro/a hijo/a o niño/niña/ adolescente, inicialmente podemos vivir una situación de **choque emocional**, podemos encontrarnos bloqueados, sin saber qué decir o nerviosos, con sensación de poco control de nuestras emociones. En este momento **es importante darnos un poco de tiempo**, respirar profundamente y pensar que el niño, niña o adolescente nos ha explicado esta situación a nosotros porque somos en quién confía, somos la persona con quien se siente vinculado y que cree que lo/la podrá ayudar. Así pues, respiremos y démonos cuenta de la importancia del momento y que, a pesar de los nervios y el malestar, tenemos que intentar dar una respuesta dirigida a contener, acompañar y proteger. Hay que ser consciente de que es normal no tener todas las respuestas y que es importante pedir ayuda a los/las profesionales expertos/tas.

## ¿Qué le puedo decir?

Algunas frases de ejemplo son:

Estoy contento/a de que me lo  
hayas podido explicar...

Has sido muy valiente...

No es culpa tuya, la  
responsabilidad es  
siempre del adulto...

Puedes contar  
conmigo para  
hablar de lo que  
necesites...

Estoy/  
Estamos a tu  
lado...

## ¿Cómo lo/la puedo ayudar?

Lo/la podemos ayudar principalmente **estando a su lado, estando presentes**, escuchando sus miedos, desazones, deseos y necesidades. Intentemos encontrar el punto medio entre estar hablando de la situación de violencia sexual producida a cada momento y no mencionarla jamás. El niño, la niña o el adolescente tiene que percibir que no lo/la presionamos, pero a la vez que puede hablar de ello y que estamos disponibles para él/ella. No nos anticipemos a lo que puede sentir o hacer, estemos a su lado, escuchemos lo que le preocupa y a partir de aquí ayudémoslo/la a poner palabras especialmente a sus emociones, pero también a sus preocupaciones. **Sigamos unos hábitos y rutinas saludables** en relación con la alimentación, el ejercicio o el sueño. Ayudémoslo/la a buscar actividades que le resulten gratificantes y que le permitan desconectar y pensar en otras cosas, así como hacer actividades relajantes. Mantengamos las reuniones y encuentros sociales con figuras protectoras y de confianza.

**Será importante garantizar su protección inmediata** interrumpiendo cualquier contacto y evitando su exposición al presunto agresor. En caso de duda o de cambios que observéis en el niño, niña o adolescente que os preocupen, consultad a un especialista.





## Pautas sobre cómo trabajar la educación afectivo-sexual desde casa

Además, de cara a nosotros como cuidadores, madres o padres, nos será de ayuda conocer algunas pautas sobre cómo trabajar e incluir aspectos de educación afectivo-sexual desde casa.

**1** Hay que ayudar al niño o niña a poner el nombre “real” a las partes íntimas de su cuerpo, identificar el lugar donde están y sus funciones, en los diferentes géneros.

**2** Hablar de qué quiere decir que son partes íntimas del cuerpo (podemos decirles, por ejemplo, que son las que se encuentran bajo el bañador): nadie puede tocar las partes íntimas de nuestro cuerpo y nosotros tampoco podemos tocar las de los demás, excepto, según la edad, por ejemplo, en el momento del baño o cuando van al médico/a.



**3** Hay que tener presente que los niños y niñas tienen derecho a no hacer abrazos, besos u otras muestras de afecto, si no lo desean. Es muy importante respetar sus sensaciones en relación con el cuerpo (p. ej. sentir sí/sentir no).

**4** Ayudar a los niños o adolescentes a diferenciar lo que son los secretos buenos y malos, y hablar mejor de sorpresas, que siempre serán positivas, en lugar de secretos.

**5** Explicar la diferencia entre situaciones que pueden ser de riesgo *versus* situaciones que no son de riesgo. Por ejemplo, ir con un adulto que no es de confianza al baño o enviar una foto de las partes íntimas del cuerpo serían situaciones de alto riesgo.

**6** Es importante hablar sobre el cuerpo, la sexualidad y las relaciones sexuales basadas en el afecto, la comunicación, el placer y consentidas por ambas partes (según la edad, profundizar más o menos en algunas de estas informaciones).

7

Hacer consciente a nuestro hijo/a mediante el diálogo constructivo del riesgo que comporta compartir determinadas informaciones a través de internet.

8

Trabajar conjuntamente con nuestro hijo/a estrategias de autoprotección, explicar que si alguien nos molesta en el cuerpo o tiene un comportamiento que no nos hace sentir bien, hay que decir NO con firmeza, manteniendo el contacto visual, marcharse de la situación y avisar a un adulto de confianza.



## ¿Tendrá secuelas por la situación vivida?

**No todas las niñas, niños y adolescentes que viven una situación de violencia sexual presentan afectación.** Algunos niños, niñas y adolescentes muestran síntomas, como recuerdos o imágenes intrusivas, emociones de rabia, tristeza, vergüenza o miedo, dificultades para conciliar o mantener el sueño o pesadillas a corto plazo. Con el apoyo y la ayuda del entorno, mucha de esta sintomatología remite al cabo de unas semanas. **Un 30-35% de los niños, niñas y adolescentes que viven una situación de violencia sexual manifiestan secuelas a medio-largo plazo,** que mejorarán con un tratamiento especializado. Estos tratamientos con frecuencia incluyen a profesionales de la psicología clínica, el trabajo social sanitario y la pediatría.





## ¿Qué puedo hacer para cuidarme en esta situación tan compleja?

**Para poder acompañar a tu hijo/a o niño/niña/adolescente a cargo es muy importante que te cuides.** Los niños, niñas y adolescentes son muy sensibles a cómo se sienten las personas de su entorno a raíz de la revelación. Si nos ve muy afectados anímicamente, a veces puede pensar que él/ella es la causa de nuestro malestar. Transmitámosle la verdad, que para nosotros esta situación también es difícil, pero que estamos muy orgullosos de que nos lo haya explicado y que juntos iremos encontrando soluciones.

**Cuidemos también nuestros hábitos de salud y nuestras rutinas.** Busquemos espacios para disfrutar de la tranquilidad, pero también para poder desconectar de la preocupación y ocuparnos de otras cosas. **Compartamos lo que está pasando con alguna/s persona/s de confianza;** nosotros también necesitamos el apoyo de nuestro entorno. Si vemos que nuestro estado de ánimo y preocupaciones están muy afectados o que tenemos dificultades para conciliar o mantener el sueño y que estos síntomas no se regularizan, es importante consultar a un especialista.



# Recursos



## El monstruo de colores

Historia sencilla y divertida para introducir a los niños y las niñas en el lenguaje de las emociones

**Anna Llenas**  
FLAMBOYANT



## Así es mi corazón

Relato de las diferentes emociones que siente la protagonista de la historia y cómo las gestiona

**Jo Witek**  
BRUÑO



## Laberinto del alma

Recorrido por las emociones mediante la metáfora de un laberinto

**Anna Llenas**  
ESPASA LIBROS



## Ojos verdes

Es un cuento para niños y niñas entre 6 y 12 años para abordar con ellos cómo actuar si se encuentran en una situación de violencia o de abuso de poder por parte de un adulto

**Luisa Fernanda Yágüez**  
CEAPA



## Guía de educación afectivo-sexual

Guía para adolescentes mayores de 12 años para abordar los conceptos de amor y salud sexual, las relaciones con los demás y la relación con uno mismo

**Itziar Fernández Cortez i  
Pepa Horno Goicoechea**  
Imprenta Amábar



## Tenemos que hablar del porno

Guía orientada a las familias que aborda cómo hablar de la sexualidad con los hijos/hijas, a partir de los 9 años

**Paloma García Berrocal**  
Save The Children



## Emocionario

Diccionario de emociones en catalán o castellano para que niños, niñas, adolescentes y adultos aprendan a identificar sus emociones

**Cristina Núñez Pereira  
Rafael R. Valcárcel**  
ESPASA LIBROS



## Mi cuerpo es mío

Cuento para niños y niñas, a partir de los 6 años, que tiene como objetivo aprender el respeto hacia el propio cuerpo y estrategias ante contactos físicos no deseados

**Dagmar Geisler**  
Juventud



## ¡Estela, grita muy fuerte!

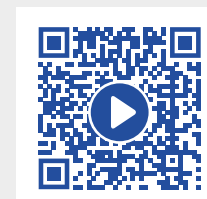
El objetivo de este "cuento" es propiciar un diálogo entre padres, madres, cuidadores/as e hijos/hijas sobre las situaciones que no gustan a los niños y niñas o que les hacen daño

**Bel Olid**  
FINEO



## Guías de recomendaciones para familiares y para profesionales cuando se produce una revelación de violencia sexual en niños, niñas y adolescentes

Departamento de Justicia  
Generalitat de Catalunya



## Sesiones de mindfulness

realizadas por los/las profesionales de Psiquiatría de Vall d'Hebron



## Equipo EMMA

### Qué hacemos

Detectar situaciones de violencia NNA en el ámbito sanitario

Desarrollar planes de sensibilización y formación para mejorar su detección

Asesorar y orientar a otros profesionales del territorio en relación con la violencia hacia NNA

Valorar y tratar los casos detectados desde las vertientes médica, psicológica y social, y hacer un seguimiento

Coordinarnos de forma multidisciplinar e interdepartamental con otros dispositivos

### Pediatría

Realizar la exploración física en los casos necesarios

Valorar el caso de forma integral con todos los especialistas médicos

Valorar la necesidad de pruebas complementarias

Ofrecer tratamiento médico de las ITS u otras lesiones

### Trabajo social sanitario

Primera acogida

Evaluar la situación sociofamiliar (identificar indicadores de protección y de riesgo)

Proponer un plan de intervención

Hacer un acompañamiento sociofamiliar continuado

Coordinarnos con los diferentes dispositivos de la red de salud y de asuntos sociales como parte de nuestra intervención integral con la/el paciente y la familia cuidadora

### Psicología clínica

Evaluar el estado emocional y psicopatológico del niño, la niña o el adolescente

Hacer un tratamiento psicológico basado en la evidencia, en los casos en que se requiera, a las víctimas de violencia sexual infantil y en los otros tipos de violencia cuando se considere oportuno desde el equipo

Efectuar un seguimiento y una intervención psicológica con los familiares cuidadores

Coordinarnos con los centros de salud mental de referencia

En caso necesario, derivar a Psiquiatría para valorar la conveniencia de tratamiento farmacológico



# Telèfons i adreces d'interès

## Equip Emma

✉ [equipemma@vallhebron.cat](mailto:equipemma@vallhebron.cat)

☎ 667 300 655

---

## Infància Respon

✉ [infanciarespon.tsf@gencat.cat](mailto:infanciarespon.tsf@gencat.cat)

☎ 116111

---

## Mossos d'Esquadra

☎ 112

---

## Oficina d'Atención als Menors

☎ 935 549 389

---

## Unitat Central d'Agressions Sexuals

☎ 934 109 576

☎ 671 737 558

---

## Centre d'Urgències i Emergències Socials de Barcelona (CUESB)

☎ 900 703 030

---

## Oficina d'Atenció a la Víctima (OAV)

☎ 900 121 884

☎ 935 548 700

📍 Gran Via de les Corts Catalanes, 111  
Ed. P - Planta 5  
08075 Barcelona

Salut/  Vall  
d'Hebron  
Barcelona Hospital Campus

[www.vallhebron.com](http://www.vallhebron.com)



**#FemVHambTu**

