



OFFICE OF THE BISHOP

Most Reverend John E. Keehner

DIOCESE OF SIOUX CITY

1821 Jackson Street, Sioux City, IA 51105

(712) 233-7555

Estimados Padres,

Como obispo, tengo la tarea de cuidar el rebaño que se me ha confiado, como Jesús confiaba sus corderos a Simón Pedro en el capítulo 22 del Evangelio según San Juan. Una forma importante en la que estoy llamado a cuidar el rebaño es trabajando con ustedes, como padres, en la educación de sus hijos en la fe católica y hacerlo en un ambiente que sea seguro.

Sé que ustedes consideran que la salud y el bienestar de sus hijos son de suma importancia. Sus hijos deben estar seguros en todas partes, ya sea en casa, en la escuela o en la iglesia. Una forma de garantizar su seguridad es enseñarles desde muy pequeños lo que es el contacto físico apropiado e inapropiado.

Con esto en mente y en respuesta a la orientación de la Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos, la Oficina de Ambiente Seguro de la Diócesis de Sioux City ha preparado el folleto adjunto titulado, *Eduque a su Hijo Sobre el Contacto Físico Apropiado y Seguro*.

Les imploro que lean este folleto y que inicie una conversación constante con sus hijos sobre lo que usted ha aprendido y lo que ellos necesitan saber sobre el “contacto seguro” y sobre cómo pueden protegerse si alguien actúa de forma inapropiada con ellos. Juntos, como familias y como Iglesia, debemos estar vigilantes en nuestros esfuerzos por proteger la inocencia de nuestros niños, protegiéndolos del flagelo del abuso sexual infantil.

Y oremos para que a través de la intercesión de nuestra Santísima Madre, María, todos los niños estén seguros y verdaderamente apreciados como el futuro de su familia y el futuro de nuestra Iglesia.

Que Dios los bendiga a ustedes y a sus familias.

Sinceramente en Cristo,

Reverendísimo John E. Keehner

Obispo de Sioux City

Explique las reglas de seguridad a su hijo:

- No está bien que toques las partes privadas de otra persona.
- No está bien que alguien se toque sus partes privadas delante de ti.
- No está bien que alguien te pida que toques sus partes privadas.
- No está bien que alguien te pida que te quites la ropa, excepto si es un médico te ayuda a ver si está lesionado o enfermo.
- No está bien que alguien te tome fotos o video sin ropa.
- No está bien que alguien te enseñe fotos o un video de gente sin ropa.
- Tú decides quien te puede tocar, quien te puede dar un beso y quien puede darte un abrazo. Tú tienes el derecho de decir, "no."

¿Que puedes hacer cuando alguien te toca de una manera inapropiada?

- ¡Di que no! Dile a esa persona que a ti no te gusta y que no deseas que te toque.
- ¡Aléjate rápido! Apártate de esta persona la cual no quieres que te toque. Nunca te quedes a solas con esta persona nunca más.
- Grita fuerte para que alguien te escuche y ayude.
- Cree en ti mismo. Tú no has hecho nada malo.
- Si alguien te toca de una manera inapropiada, cuéntaselo a alguien en quien tu confías de lo que te ha pasado. No dejes que las amenazas te asusten y te de por alejarte o quedarte en silencio. Cuando una persona te toca y te pide que guardes esto en secreto entre los dos, pregúntate, ¿Me molesta este secreto?
- No mantengas secretos que te hacen sentir incómodo. Busca una persona en la que confíes: un padre de familia, un pariente, un maestro o médico. Si la persona a la que le confiaste no te cree, ve a otra persona en la que confíes hasta que alguien te crea y te ayude.
- Has todo lo posible para mantenerse alejado de la persona que te está tocando de manera incorrecta o quien te hace sentir incómodo. No te quedes a solas con una persona que te toque de una manera que te incomoda o te hace sentir inseguro.

Contacto Físico Aceptable

Se siente bien ser abrazado o besado por la gente que tu amas. Por ejemplo:

- Cuando mama te da un abrazo y te besa después de despertar.
- Cuando papa te da un abrazo y un beso de buenas noches.
- Cuando abuela o abuelo vienen a visitar y todos reciben abrazos y besos.

Contacto Físico Inapropiado

El contacto físico que te hace sentir incomodo suele ser malo. No tienes que mantener en secreto si alguien te toca inapropiadamente. No sientas que tú eres una persona mala. Quien te toca inapropiadamente es mala persona y no tú. Tú cuerpo te pertenece a ti. Nadie debe tocarte si tú no lo deseas. ¿Sabes lo que significa el contacto físico inapropiado?

- El contacto físico inapropiado es cuando alguien te lastima físicamente.
- El contacto físico inapropiado es cuando alguien toca tú cuerpo en lugares que tú no quieres.
- El contacto físico inapropiado es cuando alguien te toca o te cosquillea por debajo de tu ropa.
- El contacto físico inapropiado es cuando alguien te toca de una manera que te hace sentir incómodo(a).
- El contacto físico inapropiado es cuando alguien te toca y te hace sentir con miedo o nervioso(a).
- El contacto físico inapropiado es cuando una persona te forzar a tocarlo(a).
- El contacto físico inapropiado es cuando alguien te pide que no le cuentes a nadie.
- El contacto físico es cuando alguien te amenaza con lastimarte si le cuentas a alguien.

Mensaje a los padres y adultos de confianza como parientes, vecinos y amigos de la familia:

Desafortunadamente, algunos adultos pueden abusar de la confianza que usted les da. La persona que toca a su hijo de una manera inapropiada es la persona que está haciendo algo malo, no su hijo. El abuso sexual es siempre la culpa de la persona adulta, mayor o más fuerte.

La Diócesis de Sioux City está comprometida a proteger todos nuestros hijos de abuso sexual. Creemos que los padres son los primeros y mejores educadores de sus hijos cuando se trata de enseñarles sobre cómo evitar la potencial información con la esperanza de que le ayudará en tener conversaciones con sus hijos sobre lo que es un contacto físico apropiado y seguro y cómo protegerse de posible abuso sexual. Si tiene preguntas adicionales con respecto a este tema puede ponerse en contacto con Graciela Zavala, Asistente de la Oficina de Ambiente Seguro Diocesano, al teléfono 712-233-7551.

Si necesita reportar un posible abuso sexual, puede Comuníquese con la línea de Atención al Abuso Infantil (Iowa Child Abuse Hotline) de Iowa al 800-362-2178 o llame al 911.



DIOCESE OF SIOUX CITY
Office of Safe Environment
1821 Jackson St., Sioux City, IA 51102
(712) 233-7933 - scdiocese.org



Eduque
a su Hijo Sobre el
Contacto Físico
Apropiado y Seguro

¿Qué es el Abuso Sexual de un Menor?

El abuso sexual de un menor es una forma complicada de abuso especialmente debido a las niveles de daño, culpa y vergüenza que siente el menor. Es importante reconocer que el abuso sexual no siempre involucra el contacto físico corporal. Hacer comentarios sexuales, exponer a un menor a situaciones o imágenes sexuales, es abuso sexual, sea o no abusado(a) físicamente.

- El acoso sexual de menores es el proceso por el cual un depredador sexual a menudo y gradualmente manipula a un menor en una relación sexual y mantiene esa relación en secreto. El depredador sexual se dedica en separar al menor de la familia y de los compañeros, típicamente prestando atención especial al menor y haciendo que el menor se sienta que tiene una relación especial. El depredador sexual evalúa la vulnerabilidad del menor: la necesidad emocional, el aislamiento y la baja confianza en sí mismo. Los menores con menos supervisión parental son las presas sexuales más deseables.
- Mientras que las noticias de los depredadores sexuales son aterradoras, lo que es aún más aterrador es que el abuso sexual suele ocurrir a manos de alguien que el menor conoce y en quien debería confiar — más a menudo son parientes cercanos, amigos de los padres, vecinos y líderes confiables de actividades. Y contrariamente a lo que muchos creen, no son sólo las niñas las que están en riesgo. Ambos, niños y niñas sufren de abuso sexual. De hecho, el abuso sexual de los varones puede ser que nunca sean denunciado debido a la vergüenza y el estigma.
- Aparte del daño físico que el abuso sexual puede causar, el componente emocional es poderoso y de gran alcance. Los menores que son abusados sexualmente son atormentados por la vergüenza y la culpa y la creencia de que son "bienes dañados" de por vida. Pueden sentir que son responsables del abuso o de alguna manera ellos provocaron esto en sí mismos. Esto puede conducir al autodesprecio y problemas sexuales a medida que vayan creciendo - a menudo puede que sea la promiscuidad sexual excesiva, una incapacidad para tener relaciones íntimas y hasta escenas retrospectivas aterradoras que les recuerda su abuso.
- La vergüenza del abuso sexual hace que sea muy difícil que los menores reporten el suceso. Pueden preocuparse de que otros no les crean, se enojen con ellos, crean que fue culpa del menor o que divida o aparte a su familia. Debido a estas dificultades, las falsas acusaciones de abuso sexual no son comunes, así que, si un menor le confía un abuso, tómelo en serio. ¡No se haga de la vista gorda!

Aquí encontrara sugerencias para enseñar a sus hijos sobre el "Contacto Físico Apropiado y Seguro".

Primer Paso

Enseñe a sus hijos los nombres correctos de todas sus diferentes partes del cuerpo, incluyendo sus partes privadas. A menudo, a los menores les resulta difícil decir acerca del abuso sexual porque no conocen las palabras que deben usar. Aprender las palabras correctas (anatómicas) para las partes privadas del cuerpo les da a los menores las palabras que deben usar y les ayuda a saber que está bien hablar de esas partes del cuerpo.

Cuando le explique a su pequeño las diferentes partes del cuerpo, considere usar las palabras correctas para las partes del cuerpo privadas junto con palabras como "barriga" y "orejas". Usted puede dar más información a los niños mayores porque son capaces de entender más. También puede explicar que las partes de sus cuerpos que un traje de baño cubre son las partes privadas de su cuerpo.

Segundo Paso

Enseñe a sus hijos que "ellos son dueños de su cuerpo." Explique a sus hijos que ellos están en control de quién toca sus cuerpos y cómo. Actúe esto para sus hijos: "no quiero que saltes sobre mí. Por favor, basta." Asimismo, respeten inmediatamente sus deseos de no ser tocados de cierta manera. "parece que no quieres que te levante ahora mismo. Bien". Al supervisar las interacciones de sus hijos, deje claro que necesitan dejar de hacer cosquillas o jugar bruscamente si un hermano(a) dice "¡Basta!"

Además, no insistas en que tus hijos den o reciban abrazos o besos de parientes y amigos si no lo desean. Esto enseña a los niños que está bien decir no al contacto físico de la gente de su familia y otros

Reglas de Contacto Físico Apropiado y Seguro

Una vez que los hijos puedan nombrar sus partes privadas del cuerpo y sepan acerca de diferentes tipos de contacto físico, usted puede enseñarles que hay otro tipo de contacto físico inseguro que no está bien. Esta clase de contacto físico es cuando una persona adulta o más grande que ellos, toca sus partes privadas de su cuerpo. La forma de explicar esto dependerá de la edad de su hijo.

Para un niño pequeño usted podría decir: "otro tipo de contacto físico inseguro es cuando una persona adulta te toca en tus partes del cuerpo privado y no es para mantenerlo limpio o saludable. Así que tenemos una regla de seguridad familiar que nunca está bien que una persona más grande pueda tocar sus partes privadas del cuerpo, excepto para mantenerlo limpio y saludable."

que conocen. Algunos parientes pueden esperar un abrazo de sus hijos cada vez que los ven. Dígalos a sus familiares que usted está enseñando a sus hijos a ser dueños de sus cuerpos como parte de enseñarles la seguridad acerca del contacto físico seguro, para que no se ofendan por el comportamiento de sus hijos.

Tercer Paso

Explique a su hijo que hay tres tipos de contacto físico. Los tres tipos de contacto físico son:

CONTACTO FÍSICO SANO Y SEGURO

Estos son aquellos que mantienen a los menores seguros y son buenos para ellos, y que hacen que los menores se sientan cuidados e importantes. El contacto seguro puede incluir abrazos, palmaditas en la espalda y un brazo alrededor del hombro. El contacto físicos sano y seguro también puede incluir contacto físico que podrían doler, como remover una astilla. Explíque a los niños que cuando usted retira una astilla, lo está haciendo para mantenerlos sanos, lo que lo hace un contacto físico seguro.

CONTACTO FÍSICO INSEGURO

Estos son contactos físicos que hieren los cuerpos o sentimientos de los niños (por ejemplo, golpear, empujar, pellizcar y patear). Enseñe a los niños que este tipo de contacto físico no están bien.

CONTACTO FÍSICO INDESEADO

Estos son contactos físicos que pudieran ser sanos pero que un niño no quiere de esa persona en ese momento. Está bien que un niño diga "no" a un toque indeseado, aunque sea de una persona conocida. Ayuda a su niño a decir "no" con una voz firme, aunque también cortés. Esto ayudará a los niños a aprender a definir barreras personales.

Los padres deben entender que la parte "limpia" de esta regla se aplica a los niños pequeños a una edad en que un adulto puede ayudarlos para cambiar pañales, ir al baño o bañarse. La parte "saludable" de esta regla se refiere a las visitas médicas; por ejemplo, cuando el médico le da una vacuna a un menor.

Siempre debe haber un miembro adulto de la familia presente en las citas médicas. En algún momento durante los años de la adolescencia será apropiado que sus hijos manejen sus propias citas médicas.

Para un adolescente usted podría decir, "otro tipo de contacto físico inseguro es cuando alguien te toca en tus partes privadas de una" manera incorrecta" y no es para mantenerte saludable." Así que una buena regla de seguridad familiar acerca de tocar es que nadie debe tocar sus partes privadas excepto para mantenerlo saludable."