

ROMPIENDO EL SILENCIO



<http://rompiendoelsilencio.org>

PERMANEZCA ATENTO

Sepa cómo
identificar a
un potencial
abusador

Base sólida

El papel de
la familia en
la protección
de los hijos
contra el
abuso sexual

GRITO REPRIMIDO

El abuso sexual hiere y silencia a mujeres y niños. La mayoría de estos delitos son cometidos dentro del hogar por personas conocidas.

EDITORIAL

EL DOLOR DE TODOS NOSOTROS



○ POR MARLI PEYERL

LA VIOLENCIA SEXUAL ES UN DRAMA SOCIAL SERIO Y RECURRENTE

Humillación, invasión y amenaza. Sueños deshechos, el corazón herido y sentimientos de que la vida ya no tiene más sentido. Cuando a alguien le violan su intimidad y su respeto, las consecuencias más probables son el dolor y el trauma. Sin importar si el estupro ha ocurrido a la salida de una fiesta o dentro de la casa, el cuadro es el mismo: un abusador que se aprovecha de una víctima indefensa. Por eso, la ropa, el ambiente o las circunstancias no pueden ser excusas para este crimen tan grave.

Resulta necesario actuar sin más dilación, a fin de romper el ciclo de explotación de quien está siendo abusado y proteger a las víctimas potenciales. Para esto, resultará necesario realizar un esfuerzo conjunto con la intención de discutir acerca de las posibles soluciones ante este drama que afecta a tantas personas. A fin de poder darse una idea de cuán cerca está de nosotros este pro-

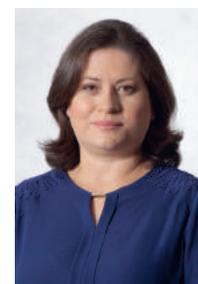
blema –e incluso más de lo que nos imaginamos–, en el año 2011 la Organización Mundial de la Salud (OMS) estimó que el 70% de las mujeres, en todo el mundo, sufre de algún tipo de violencia de género a lo largo de su vida.

Por lo tanto, no nos podemos quedar con los ojos cerrados, ni fingir que no vemos lo que sucede a nuestro alrededor. ¿Hasta cuándo permitiremos que nuestros familiares, amigos y aun desconocidos sean lastimados por una crueldad que destruye sueños, cierra las puertas, y promueve la lenta y gradual muerte de la dignidad? Las consecuencias emocionales del estupro y de otros tipos de violencia pueden ser irreversibles y fatales.

Enfrentados con la gravedad de este escenario, la prevención deberá comenzar por casa. Un ambiente seguro, en el cual el respeto, el amor y la coherencia se valorizan, puede evitar nuevos casos y minimizar esta situación. Sin embargo, la prevención no es responsabilidad solamente de la familia. Todos nosotros, maestros o amigos, líderes religiosos o políticos, necesitamos involucrarnos en esta causa.

Al leer esta edición, podrás notar que este asunto es grave, y puede provocar serios perjuicios físicos y psicológicos a la víctima, como así también consecuencias sociales y culturales no menos preocupantes. Sin embargo, la buena noticia es que la concientización de la sociedad señala hacia la esperanza. Por eso, desde principios del año 2000, la Iglesia Adventista del Séptimo Día promueve la campaña anual *Rompiendo el Silencio*, como una estrategia de prevención de cualquier tipo de violencia y un sistema de protección de las víctimas. Cuidar a los más vulnerables, proveerles información a los padres y a los educadores, y por sobre todo ayudar a disminuir la incidencia de casos de agresión son nuestros objetivos. ¡Únetenos!

MARLI PEYERL es educadora y coordinadora de la campaña *Rompiendo el Silencio* en América del Sur.



Fotos: Antonuk – Fotolia / Víctor Trivelato

SUMARIO

2 EDITORIAL

4 ENTREVISTA

Una comisaria explica qué hay que hacer cuando se es víctima de una agresión sexual.

6 PERFIL DEL AGRESOR

Podrás saber cómo identificar a un potencial abusador.

14 DIOS TAMBIÉN LLORA

¿Qué es lo que la Biblia tiene para decirle a quien ha sido violentado?

21 MARCAS INVISIBLES

El impacto del abuso sexual en el cerebro.

20 COMBUSTIBLE PARA EL DESCONTROL

El alcohol y las drogas pueden potenciar los peores impulsos humanos.



8 VESTIDOS RASGADOS, SUEÑOS ROBADOS

De qué manera el estupro lastima el cuerpo y el alma de las víctimas y de la sociedad.



24 LA PROTECCIÓN COMIENZA EN CASA

Invierte tiempo en la autoestima de tus hijos y en el diálogo con ellos.



Rompiendo el silencio
Grito sofocado

Dirección: Pablo M. Claverie
Coordinación: Marli Peyerl, DSA
Traducción: Graciela López de Pizzuto
Diseño de tapa: Renan Martin
Diseño del interior: Eduardo Olszewski
Ilustración de tapa: William de Moraes
Ilustración del interior: Fotolia, Victor Trivelato, Lucas Rocha

Libro de edición argentina
IMPRESO EN LA ARGENTINA - Printed in Argentina

Primera edición
MMXVII - 73,300M

Es propiedad. © 2017 Iglesia Adventista del Séptimo Día.
Ministerio de la Mujer de la DSA. © 2017 ACES.
Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723.

ISBN 978-987-701-641-3

Peyerl, Marli
Rompiendo el silencio : Grito sofocado / Marli Peyerl / Dirigido por Pablo M. Claverie. - 1ª ed. - Florida : Asociación Casa Editora Sudamericana, 2017.
24 p. ; 27 x 21 cm.

Traducción de: Graciela López de Pizzuto.

ISBN 978-987-701-641-3

1. Violencia de género. I. Claverie, Pablo M., dir. II. López de Pizzuto, Graciela, trad. III. Título.
CDD 362.829

Se terminó de imprimir el 04 de mayo de 2017 en talleres propios (Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires).

Prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación (texto, imágenes y diseño), su manipulación informática y transmisión ya sea electrónica, mecánica, por fotocopia u otros medios, sin permiso previo del editor.

-110067-

ENTREVISTA

APOYO PARA VENCER EL MIEDO



○ POR JEFFERSON PARADELLO

UNA COMISARIA NOS PRESENTA RECOMENDACIONES ACERCA DE LA PREVENCIÓN DEL ESTUPRO Y TAMBIÉN LO QUE HAY QUE HACER EN CASOS DE VIOLENCIA SEXUAL.

Alrededor del mundo, miles de mujeres son abusadas sexualmente, tanto en la edad adulta como también en la infancia y la adolescencia.

Sin embargo, el miedo generado a partir de la amenaza de los agresores fomenta que la mayoría de las personas que han sido atacadas permanezca en el silencio.

A fin de dar apoyo a las víctimas y acelerar el proceso para enjuiciar a los acusados, las 368 unidades de las comisarías especializadas en la atención a las mujeres, en la República del Brasil, también tienen la responsabilidad de proporcionarles más seguridad a quienes sufren los efectos de la violencia.

Una de esas comisarías se encuentra en Limeira, ciudad paulista (San Pablo, Brasil), que cuenta con trescientos mil habitantes. Y allí, desde hace trece años trabaja la comisaria Andrea Arnosti, de 46 años, quien ha dedicado la mitad de

su vida al trabajo en la Policía Civil. Formada en Derecho, por la Universidad de São Paulo, especialista en Derecho Penal, Proceso Penal y Criminología, ha dedicado 18 años de su vida a relacionarse exclusivamente con la actuación en las comisarías de la mujer.

En esta entrevista, ella destaca los pasos que deben dar las mujeres después de haber sufrido agresiones, y cómo pueden evitar formar parte de esas lamentables estadísticas.

○ *¿Qué es lo que debe hacer una mujer después de haber sido violentada?*

○ La víctima debe dirigirse inmediatamente a la comisaría policial especializada en defensa de la mujer, a fin de registrar la denuncia policial. Allí también se realizará la posterior investigación policial, y ella será orientada para dirigirse al Instituto Médico Legal y al hospital acreditado de la red pública, a fin de que sea atendida inmediatamente. Ella también recibirá allí atención psicosocial.

○ *¿Cómo se llevarán a cabo estas cuestiones?*

○ La persona que se acerca a la comisaría deberá traer consigo sus documentos personales, y tener el máximo de información posible acerca del agresor, algún tipo de prueba del abuso y, si fuera posible, testigos. Allí, un empleado del servicio escuchará la declaración de la víctima y escribirá un resumen del caso. En caso de que sea posible, la víctima será invitada a brindar una declaración y a formalizar la correspondiente denuncia policial. Uno de los últimos pasos es la conversación con la comisaria.

○ *¿Cuáles son los casos más comunes que*

Foto: Lucas Rocha

usted recibe?

○ Violaciones, que suceden en el hogar con víctimas menores de edad, llevadas a cabo por los propios padres, padrastros, tíos, parientes o personas de su conocimiento. En total, atendemos anualmente ochenta de estos casos en particular.

○ *En general, ¿cuál es la situación de las personas que están buscando ayuda?*

○ Están física y emocionalmente muy inestables y traumatizadas. Por esto, resulta necesaria una atención especializada, rápida y humanizada. También necesitan recibir apoyo jurídico, médico y psicosocial, a fin de que puedan enfrentar la situación.

○ *¿De qué manera las víctimas pueden sentirse protegidas por la atención ofrecida en las comisarías de la mujer?*

○ La comisaría asume responsabilidades de policía judicial, en el sentido de confirmar la autoría y efectivizar la prisión cautelar temporaria o preventiva del agresor. También somos responsables de tomar medidas de protección, que están previstas en la ley Maria da Penha, cuando sea el caso, a fin de garantizar la seguridad de la víctima. Sin embargo, si no hubiere comisaría de la mujer en la localidad donde vive, se puede dirigir a la comisaría común, a fin de dar inicio al proceso.

○ *¿A qué tipo de castigos estará sometido el agresor?*

○ El abuso sexual es una de las formas de violencia de género previstas en la ley 11.340/06, denominada Ley de Maria da Penha, la cual proveyó de fuertes mecanismos de defensa a la mujer en situación de riesgo y en el contexto de la violencia doméstica. Además, el artículo 213 del Código Penal Brasileño proporciona sanciones severas para con el autor del crimen de estupro, que varían entre seis y diez años de reclusión, en la forma simple, y de ocho a treinta años en la forma calificada (que es en los casos en que la violencia sexual resulta acompañada de lesiones corporales graves, de muerte, o si la víctima es menor de 18 años o

mayor de 14 años). En los casos en que la víctima se considera vulnerable, es decir, menor de 14 años, o tiene alguna enfermedad o deficiencia que le imposibilite ofrecer resistencia, las penas previstas por el artículo 217 del Código Penal son todavía más rigurosas.

○ *Principalmente en las grandes ciudades, ¿qué cuidados deben tener las mujeres al andar solas?*

○ Toda prudencia es necesaria. No se debe andar sola por lugares con poco movimiento. También resulta necesario tener el mismo cuidado en los transportes públicos. Si llegara a ocurrir el caso de abuso o acoso, se deberá advertir inmediatamente a la policía.

○ *Algunas mujeres temen ser atendidas por policías masculinos justamente por el miedo de ser vistas como las culpables. ¿Cómo se podría evitar esta situación?*

○ Bajo ningún tipo de hipótesis la mujer puede ser vista como culpable de un crimen tan hediondo, del que de hecho es realmente la víctima. El hecho es que, al ser atendida por una policía femenina, la víctima puede sentirse más contenida y menos avergonzada, teniendo en cuenta que esperará una atención más sensible y empática de parte de una mujer. Por otro lado, aun los policías masculinos deberán ser instruidos adecuadamente para atenderlas rápidamente y de la manera más humanizada.

○ *Un diálogo más equilibrado sobre sexualidad tanto en la casa como en la escuela, ¿podría ayudar a cambiar el cuadro de violencia sexual?*

○ Sí. Considero a la educación sexual de extrema importancia, tanto en la familia como en la escuela, y creo que esto también prevendría los casos de embarazos precoces en la adolescencia y el contagio de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS).

Perfil del agresor

PODRÁS SABER CÓMO IDENTIFICAR A UN POTENCIAL ABUSADOR

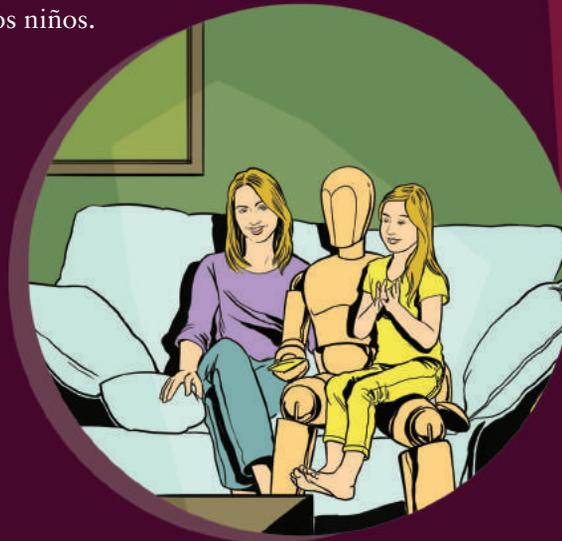
○ MARIO PEREYRA

En muchos casos, los agresores son cercanos a la víctima o a la familia de ella. Incluso llegan a frecuentar los mismos ambientes y reuniones, y logran disimular sus intenciones y prácticas por medio de una aparente vida normal. Acostumbran ser personas que trabajan, se casan e interactúan muy bien socialmente, especialmente con las criaturas y con los adolescentes. Toda esta conducta puede funcionar como una máscara que esconde quiénes son en la intimidad. Carentes de afecto y de cuidados, poseen una personalidad narcisista. Tienen rasgos de comportamiento egocéntricos, arrogantes y mezquinos. Motivados por los traumas de la infancia que cargan, intentan abusar de aquellos que se muestran más vulnerables a sus amenazas y que ofrecen menos riesgos de denunciar sus acciones.

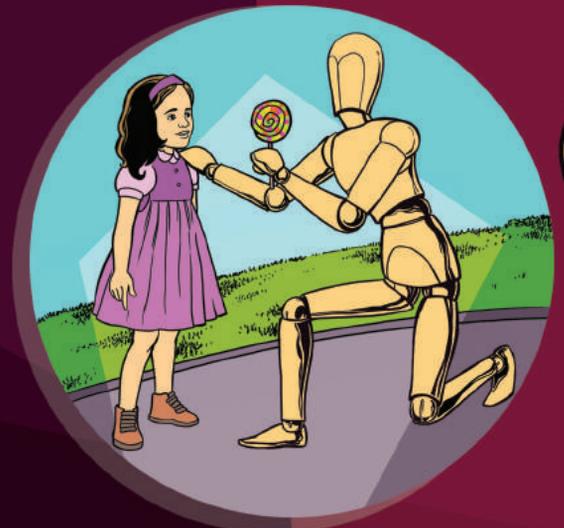
2 Se relacionan mejor con los menores de edad que con los adultos.



1 Son personas casadas y con mucho interés en los niños.



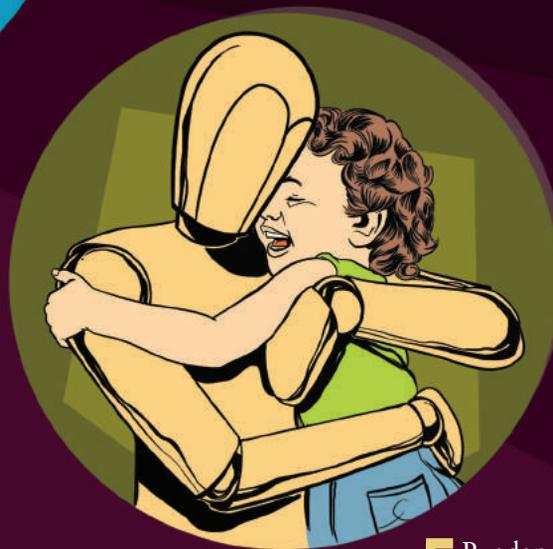
7 Hablan con las criaturas como si fueran una de ellas, pero las tratan como si fueran sus amantes.



3 Procuran trabajar en lugares frecuentados por criaturas y adolescentes.



4 Sus necesidades emocionales y sexuales se satisfacen con menores de edad.



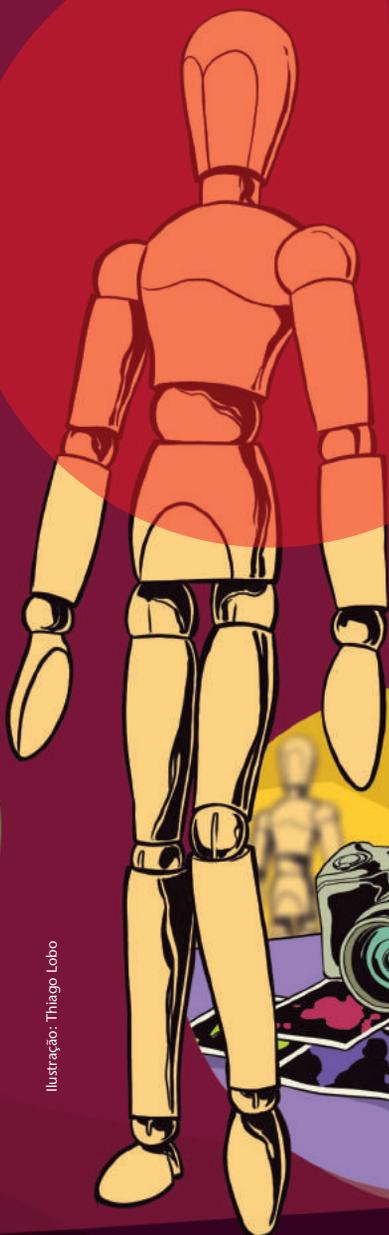
5 Pueden usar alcohol o drogas para disimular sus inhibiciones.



MARIO PEREYRA es psicólogo, doctor en Psicología. Durante más de cuarenta años trabajó como profesor y gestor de universidades en las Repúblicas Argentina y de México.

PERMANECE ALERTA

6 Coleccionan material pornográfico infantil y fotografías en las que sus víctimas aparecen desnudas.





JHENIFER COSTA

Era una noche de domingo. La primavera estaba en su apogeo, y era a mediados de los años '70. Alta, delgada y delicada, la adolescente N. L. usaba un vestido floreado y su cabello rubio estaba atado en lo alto de la cabeza. Su vestimenta combinaba con la estación del año, y con su manera amena de ser.

Con determinación, consiguió su propio dinero a muy temprana edad, tal como muchos adolescentes de su edad en aquella época. Limpiaba

casas por hora casi todos los días y, los fines de semana acostumbraba ayudar a sus padres en las tareas domésticas e iba a la iglesia. Sin embargo, aquella noche decidió quedarse en casa.

Estaba sentada en el sofá del *living* mientras veía la televisión, y entonces escuchó un ruido; muy discreto, pero inesperado. No esperaba ninguna visita, ni siquiera la de su novio, José (nombre ficticio). De un salto, se levantó y fue a investigar quién habría llegado. Y se llevó un susto cuando vio al muchacho parado frente a ella. Inmediatamente, la adolescente le pidió a su novio que se fuera, puesto que los padres de ella



VESTIDOS RASGADOS, SUEÑOS ROBADOS

EL ESTUPRO LASTIMA NO SOLAMENTE EL CUERPO,
SINO PRINCIPALMENTE EL ALMA. ENTIENDE CÓMO
ESTE CRIMEN AFECTA A LA SOCIEDAD E INHIBE A LAS VÍCTIMAS
DE DENUNCIAR A SUS AGRESORES.

podrían llegar en cualquier momento y no quería que hubiera problemas. Pero él insistió. Dijo que solamente quería abrazarla y que no tomaría mucho tiempo.

Por la decisión de N. L., esta pareja de novios no tenía contacto frecuente. Sin embargo, aquel día sucedía algo diferente. Después del abrazo apretado, más agresivo que cariñoso, él la oprimió contra la pared, le sujetó los brazos y comenzó a besarla intensamente. N. L. intentaba esquivarse, pero la fuerza superior del muchacho la inmovilizó. Finalmente, ella logró soltarse y corrió en dirección a la cocina en busca de ayuda. Él la siguió, le tironeó de los cabellos, la tiró en el suelo, y se sentó encima de ella. Mientras N. L. gritaba, él se

abrió el cierre de su pantalón y la encaró ferozmente. Entonces le desgarró su vestido y su ropa íntima. Y, entre sacudidas y gritos, la violó.

Entonces, sin mirarla, y sin decir una sola palabra, el agresor se cerró el pantalón... y se fue. Allí mismo, en el piso de madera dura, aturdida y en estado de shock, N. L. intentaba asimilar el terror que acababa de vivir. Sangraba por dentro y por fuera. “En aquel momento, todos mis sueños fueron destruidos por una persona en la que yo confiaba”, cuenta desahogándose. En realidad, ella no podía creer que, a partir de aquella noche, estaría entrando dentro del grupo de mujeres que habían sido víctimas de ese tipo de violencia.

LOS NÚMEROS NO MIENTEN

Se define al estupro como el acto de constreñir a alguien, mediante amenazas, a la práctica de una relación sexual sin consentimiento. Además, la violencia sexual también incluye prácticas libidinosas relacionadas.

El 10° Anuario Brasileño de Seguridad Pública, publicado en 2016 por el Fórum Brasileño de Seguridad Pública, señaló que cada quince minutos una mujer es violada en ese país. De acuerdo con el informe, en 2015 resultó que 45.460 personas pasaron a formar parte de esa estadística. Sin embargo, como se estima que apenas entre el 10% y el 15% de los casos acababan siendo registrados, es muy posible que cada minuto se agregue una nueva víctima.

El Estado PLurinacional de Bolivia es el país con mayor número de violencia y abuso sexual contra las mujeres y las niñas en Sudamérica, según la Organización de las Naciones Unidas (ONU). En el Perú, se registraron cerca de 59 mil casos de violencia sexual contra menores en 2015.

En muchos casos, este acto es seguido de asesinato, principalmente en la adolescencia, cuando la mujer es más vulnerable. Desde 2007, Colombia registra un promedio de seis muertes anuales cada cien mil mujeres; Venezuela, tres; y detrás viene el Paraguay, con una.

Estos datos confirman que la violencia sexual es algo tan grave como recurrente. Desde la Revolución Industrial y la Revolución Francesa, las mujeres comenzaron a luchar contra el comportamiento machista, muchas veces reforzado por el mismo género femenino. Miles de ellas salieron a las calles levantando banderas de diversos movimientos en defensa de sus derechos. Y, por sobre todo, en contra del acoso sexual, la violencia que antecede al estupro.

Esto ocurre en países en los que ciertas prácticas que lesionan la dignidad de la mujer resultan legitimadas culturalmente. “La violencia sexual tiene que ver también con los piropos que se expresan en la calle; con insinuaciones disfrazadas de elogios provenientes de los superiores; además del toque físico sin consentimiento en una fiesta o en el ómnibus”, ejemplifica la psicóloga Tereza Verone, especialista en atención a la víctima de violencia de género.

Y los números indican que el abuso sexual se lleva a cabo en mayor escala en un ambiente que debería ser el símbolo de protección: el hogar. En 2017, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estimó que el 30% de las mujeres en todo el mundo sufre violencia conyugal, ya sea física o sexual. En el Brasil, a su vez, un estudio del Instituto de Investigaciones Económicas (Ipea), basándose en el Sistema de Informaciones de las Notificaciones de Afrentas del Ministerio de la Salud

EL DRAMA EN NÚMEROS

70% de las víctimas en el Brasil son niños y adolescentes.

de los menores de edad que fueron abusados tienen un historial de estupros anteriores. **50%**

15% de los abusos fueron cometidos por dos o más agresores.

de los agresores son padres o padrastros de las víctimas. **24%**

32% son amigos o conocidos.

de los agresores, en los casos de víctimas adultas, son desconocidos. **60,5%**

Fuente: Estupro en el Brasil: Una Radiografía de Acuerdo con los Datos del Ministerio de la Salud (disponible en ipea.gov.br).



(Sinan), reveló que el 70% de las víctimas de crímenes sexuales son niños y adolescentes. En la mitad de los casos, los menores ya tienen un historial de estupro anteriores, y en el 15% de los casos, el abuso había sido realizado por dos o más agresores (ver cuadro).

Las consecuencias de esto para el proceso de formación emocional y social de quien sufre el abuso son devastadoras. La psicóloga Cristina Gutierrez, especialista en atención al agresor, confirma el hecho cuando recuerda los relatos de sus pacientes: “Generalmente, el agresor es alguien que ya ha sufrido violencia. Tiene la carga de una conturbación histórica de vida, y por esto termina reproduciendo los ejemplos que vio y que vivió en la infancia y en la adolescencia”, nos explica.

SILENCIO QUE MATA

Aquella noche, después de permanecer en el suelo un largo tiempo, N. L. se levantó. “Busqué por la casa analgésicos. Me tomé aproximadamente quince comprimidos. En realidad, quería terminar con el dolor que tenía en el alma. Y pensé en suicidarme”, subraya. Después, ella comenzó a sentirse mal y se sentó en el suelo, en el mismo lugar en que había sido violentada.

Cuando la puerta se abrió nuevamente, y el eco de las voces familiares logró entrar en sus oídos, ella res-

piró hondo. Y pensó si les contaría a los padres lo que había acabado de suceder.

El padre, en esa época, ya estaba jubilado, y se sintió muy alarmado cuando vio a su hija en el suelo. Y corrió a su encuentro pidiéndole explicaciones. Después de algunos minutos, la muchacha finalmente pudo responder a las preguntas. “Estoy teniendo una crisis de estrés. Y me acaba de venir la menstruación. Necesito dormir”, mintió. Su deseo fue respetado, y la llevaron cargando hasta su habitación, donde estuvo allí durante algunos días.

Actitudes como estas son recurrentes. Dado que el estupro sucede entre niños y adolescentes, y de parte de personas conocidas, tales como tíos, primos, vecinos, amigos, y aun hasta entre parejas, miles de víctimas optan por la mentira o por el silencio. La misma investigación del Ipea, que fuera citada al comienzo del reportaje, confirma esto al mostrar que el 24% de los agresores son padres o padrastros y que el 32% son amigos o conocidos de las víctimas. Sin embargo, cuando se trata de víctimas adultas, en el 60,5% de los casos el agresor es un desconocido. “Las personas piensan que el violador tal vez esté en la calle espionando a la espera de las mujeres. Sin embargo, es necesario decir que el estupro puede ocurrir dentro de la casa”, observa la psicóloga Tereza Verone.

Los motivos de la omisión son siempre vergüenza y miedo, nos informa la profesional. Esto se debe al hecho de que las mujeres se sienten humilladas y deshonradas ante el estupro. En el razonamiento de la víctima, siente que el agresor puede hacerle algo mucho peor, si ella busca ayuda.

CULTURA DEL ESTUPRO

En su libro *La noción de cultura en las Ciencias Sociales* (Edusc, 2012), Denys Cucho explica que la cultura es el instrumento que natura-

liza las acciones y los comportamientos humanos. El término “cultura de la violación” se refiere a las innumerables maneras de culpabilizar a la víctima por el estupro. Además, tiene que ver con la creencia social de que tal tipo de violencia puede ser justificable o natural.

Este término fue acuñado en la década de 1970; sin embargo, se popularizó en el Brasil en el año 2016, debido a un caso de violación colectiva ocurrido en Río de Janeiro.

En mayo de aquel año, una adolescente de 16 años había sido abu-

sada por más de siete hombres, en dos oportunidades, en el Morro de Barão, en la zona oeste de la ciudad de Río de Janeiro. El hecho tomó repercusión mundial, principalmente por haber sido filmado, fotografiado y publicado en las redes sociales.

“La sociedad ya está acostumbrada a este tipo de violencia. Además, necesitamos considerar que el hombre naturalmente subyuga a la mujer, hace que ella se convierta en un objeto de consumo y la vuelve inferior. De este modo, ella se siente culpable de las agresiones que sufre”, analiza Fabiano Soares, coordinador de SEJA, un proyecto que combate la violencia contra la mujer y el machismo.

La profesora de Derecho Penal y Criminología de la Universidad Federal de Río de Janeiro (UFRJ) Cristiane Brandão argumenta que el problema es muy serio, pues está profundamente enraizado en la educación de las niñas. Algunas víctimas, incluso, permanecen con el veredicto durante décadas, sobre la base del conocido discurso machista: “La mujer recibe golpes porque quiere”.

JUSTICIA VERSUS IGNORANCIA

Mientras miles de mujeres son violadas todos los años en todo el mundo, los profesionales del área de la justicia intentan combatir ese drama social.

La investigación “Mujeres, Empresas y Derecho”, realizada en 2016 por el Banco Mundial, pudo constatar que de 173 países, solamente 95 tienen legislación de protección a las mujeres víctimas de violencia física y sexual.

“El hecho es que, aun cuando estas medidas ofrezcan protección a la víctima y castigo al agresor, esto no es suficiente”, asegura la comisaria Ana



Salomone, de la 1ª Comisaría de Defensa de la Mujer en Sorocaba, en el interior paulista (Rep. del Brasil). “De nada vale que existan tantas leyes y apoyo judicial, si la mujer no busca ayuda. Y todavía peor que esto, de nada vale si ella no recibe orientación de parte del Estado con respecto a cómo proceder”, afirma. Para Ana, el mayor problema para que las leyes vigentes sean eficaces es la falta de divulgación. Muchas víctimas desconocen sus derechos; por esto, no denuncian a sus agresores.

SENSACIÓN DE VACÍO

Casi cuatro semanas después del estupro, N. L. decidió hacerse un test clínico de embarazo, solamente a fin de aliviar su conciencia. Sus piernas temblaron cuando vio el resultado del examen escrito, y en negritas: estaba la palabra “positivo”.

Sin saber qué hacer, la adolescente reinició el noviazgo. Pocos meses después, ella y José se casaron; y transcurrió la gestación. Vivieron juntos durante 25 años. “Sufrí violencia todos los días en los que permanecí casada. Tengo innumerables fracturas en el cuerpo, y cargo muchos malos recuerdos en mi corazón. No necesitaba haber pasado por eso, pero no supe qué hacer. Era una muchachita, estaba perdida y no tenía información”, argumenta.

Con esto, ella intenta lograr que su historia sea un ejemplo para otras mujeres. “Aprendí, muy duramente, que el casamiento no es una solución para el embarazo. El estupro es un crimen que necesita ser denunciado y combatido con todas las fuerzas”, resalta.

LUZ AL FINAL DEL TÚNEL

Entonces, la pregunta que nos queda es: ¿Cómo es posible resolver este problema de orden social? Para la profesora Cristiane Brandão, la respuesta está en la EDUCACIÓN. “Variados estudios demuestran que la sociedad reconoce el predominio de la ideología machista entre nosotros; de esta manera, las campañas de concientización surten efecto. Sin embargo, los siglos de cultura patriarcal y sexista no ceden fácilmente ante unos pocos años de inversión en educación, sea en las instituciones de enseñanza, en el Gobierno y en los medios”, observa la docente. “Resulta necesario persistir y adoptar el lenguaje actual, los recursos audiovisuales y las aplicaciones para el celular”.

Sobre todo, la conclusión de los especialistas es que la educación es la herramienta más eficaz contra el crimen sexual en todos los ámbitos. Para tal efecto, los padres deben educar a sus hijos para que sean hombres correctos y respetuosos, y necesitan enseñar a las muchachitas a conocer sus propios derechos y libertades y luchar por ellos, a fin de que este crimen se pueda ir reduciendo gradualmente.

JHENIFER COSTA es periodista



Si Dios es compasivo y sensible, ¿por qué permite que sucedan violaciones? ¿Por qué no hace algo para limitar o impedir este tipo de violencia que lastima a tantas personas inocentes? En este breve artículo, voy a intentar responder a esta compleja situación, mostrando que Dios considera sagrada la dignidad humana, que él no es el responsable por la existencia del mal y del sufrimiento, y cómo es que las familias y las comunidades religiosas pueden representar el carácter amoroso de Dios demostrando sensibilidad hacia las víctimas del estupro.

En el Antiguo Testamento, por ejemplo, hace 3.500 años, los maltratos de un hombre hacia una mujer se los consideraba muy seriamente. La ley determinaba que si alguien seducía a una virgen, llegando a tener intimidad sexual con ella, debería pagar la dote y casarse con la muchachita (Éxo. 22:16, 17). A su vez, en el caso del estupro de una mujer, el agresor era pasible de la pena de muerte (Deut. 22:25-27). Tal como lo explica el *Holman Illustrated Bible Dictionary*, la legislación dada por Dios a Moisés tenía previsto la protección de los derechos de la víctima, tanto para su compensación financiera como para la recuperación de su dignidad. (p. 1.365).

Dios también

En los tiempos del Nuevo Testamento, a su vez, hace dos mil años, Jesús clasificó el adulterio no simplemente como un acto de contacto corporal sino como un pensamiento desvirtuado que precede a la acción. En la visión del educador y teólogo D. Robert Kennedy, el modo por el cual Cristo confirma los Mandamientos del Antiguo Testamento (Mat. 5:28), profundizando el sentido y la aplicación de ellos, eleva el valor del ser humano y se opone frontalmente a las pasiones que motivan el estupro (revista *Ministry*, febrero de 1995).

Por lo tanto, no es necesario ser un profundo conocedor de la Biblia para notar que Dios se revela por medio de esta, y es claramente en contra de la explotación sexual. Para él, las relaciones sexuales son retratadas como sagradas, ideadas exclusivamente para el contexto de estabilidad, aceptación y protección del matrimonio. Si solamente dependiera de Dios, la libertad humana nunca sería utilizada para convertir a la

LA BIBLIA PRESENTA

CONSOLACIÓN AL

CORAZÓN QUEBRANTADO

POR LA VIOLENCIA.

ADOLFO SUÁREZ

sexualidad en una experiencia vulgar, frustrante o humillante.

DIOS NO PUEDE SER EL CULPABLE

En la Biblia, a Dios siempre se lo presenta como alguien misericordiosamente preocupado por las personas. Se lo describe como un ser lleno de compasión hacia sus frágiles hijos (Éxo. 34:6, 7; Mat. 20:34; Luc. 7:13). Y aunque no perdona ciegamente, siempre se orienta por el principio de la JUSTICIA (1 Juan 1:9). Además, se lo presenta como un refugio, porque bajo sus manos podemos encontrar protección y seguridad (Sal. 18:1, 2; 27:5; 46:1; 125:2). Por lo tanto, estos textos dejan en claro que Dios tiene un carácter irrepreensible y que no puede ser culpado por el estupro o cualquier tipo de violencia.

Sin embargo, ¿cómo explicar la existencia del mal? Dios creó a Adán y a

haber intervenido en la elección de ellos hubiera sido violentar la libertad humana. Dios diseñó y creó un mundo en el que los seres inteligentes pudieran actuar por cuenta propia y con responsabilidad. Esto implicaba riesgos, y el estupro es uno de estos.

NOSOTROS PODEMOS SER SENSIBLES

Si bien, por un lado, la Biblia presenta un plan original que fue comprometido por la irresponsabilidad humana, por el otro, no nos deja sin esperanzas (1 Cor. 15:21), pues muestra a Dios interviniendo para restaurar lo que se había perdido (2 Cor. 5:19; Apoc. 21:1-4); hacer justicia (Heb. 10:30); y después, finalmente, la extinción del mal (Mal. 4:1). Mientras esto no sucede, él espera que los seres humanos, sensibles a su voz, minimicen el sufrimiento ajeno. Las orientaciones que están a continuación, ofrecidas por el ministerio cristiano *Focus on the Family*, te pueden ayudar a amparar a alguien que haya sido violentado.

1. Muestra solidaridad. Tal vez muchas mujeres no busquen ayuda porque temen que nadie les crea. Por lo tanto, es necesario acercarse a la víctima mostrándole dignificación y respeto. Fue justamente esto lo que hizo el samaritano de la parábola relatada por Jesús, quien auxilió al herido en la ruta que iba de Jerusalén a Jericó (Luc. 10:30-35). No se preocupó por saber quién era la víctima o cuáles eran los riesgos que él correría al acercarse al herido. Solamente mostró respeto y solidaridad, y promovió la dignidad humana.

2. Protege e inspira confianza. Es muy común que la víctima se sienta insegura, y con miedo. Por esto, resultará importante ofrecerle cuidados y protección, creándole un sentido de seguridad y confianza, que son esenciales para su recuperación. Fue esto

mismo lo que hizo Cristo cuando se colocó del lado de la mujer acusada de adulterio, no para estar en connivencia con el error de ella, sino para protegerla y mostrarle que la confianza y el perdón son más fuertes que el miedo (Juan 8:11).

3. Ofrece apoyo emocional. Aquel que ha pasado por el sufrimiento del estupro tiende a soportar el peso de la falsa culpa y de la victimización. Resultará necesario que esa persona pueda comprender y asumir que no es la culpable, y que puede superar esa etapa de la vida por medio de la gracia y el poder de Dios. En este caso, el mensaje del apóstol Pablo es especialmente poderoso: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Fil. 4:13).

4. Sé paciente. La violación implica intenso sufrimiento, y la víctima necesitará bastante tiempo para recuperarse. Por esto, resultará necesario tener paciencia, para no demandarle “resultados” inmediatos. Es imprescindible practicar las enseñanzas de Mateo 11:28; es decir, recibir a las personas con los brazos abiertos y ayudarlas a lidiar con sus dolores.

A cualquier víctima de estupro, a quien derrama lágrimas y sufre por la tragedia de esta experiencia, Dios le dice: “Yo conozco tus lágrimas; yo también lloré. Aquellos pesares demasiado profundos para ser desahogados en cualquier oído humano, yo los conozco. No pienses que estás perdida y abandonada. Aunque tu dolor no encuentre eco en ningún corazón en la Tierra, ¡mírame a mí, y vive!” (Elena de White, *El Deseado de todas las gentes*, p. 483, texto adaptado).

ADOLFO SUÁREZ es teólogo, pedagogo y Doctor en Ciencias de la Religión.

én llora

Eva, los padres de la humanidad, con responsabilidad moral, lo que les permitió hacer elecciones. Y fue el mal uso de esa libertad lo que acarrió la entrada del sufrimiento en la Tierra (Gén. 2:17; 3:16-19). De acuerdo con el teólogo Hans Schwarz, en el libro *The Human Being: A Theological Anthropology*, el ser humano es un agente moral libre, y como tal debería disfrutar de su libertad con responsabilidad; en otras palabras, en obediencia a Dios. Sin embargo, el Todopoderoso ¿no podría haber evitado que Adán y Eva tuvieran esa caída moral? Lo que podría haber hecho lo hizo: les avisó acerca de las consecuencias de la desobediencia. Sin embargo,

COMBUSTIBLE PARA EL DESCONTROL



EL EFECTO DE LAS DROGAS Y DEL ALCOHOL PUEDE PROMOVER ACTITUDES DESEQUILIBRADAS, TALES COMO LA VIOLENCIA SEXUAL

FELIPE LEMOS

Cuando se piensa en una posible relación entre las drogas y el abuso sexual, estupro o cualquier tipo de violencia de esta naturaleza, puede parecer que no existe conexión directa de causa y efecto. Sin embargo, varias encuestas realizadas en algunos países latinoamericanos evidencian justamente lo contrario. En un reportaje publicado en mayo de 2016, en el sitio de la red británica BBC, la presidenta de la Asociación para el Desarrollo Integral de las Personas Estupradas informó que, en México, cerca de trescientas mujeres son violentadas todos los años por abusadores que están bajo los efectos de las drogas.

Los especialistas de la agencia de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) contra crímenes y drogas no presentan estadísticas precisas; sin embargo, atienden, en promedio, ocho denuncias por día con relación a violaciones relacionadas con el uso de drogas. Mientras, en Colombia, se encontró que, entre junio de 2013 y marzo de 2014, fueron denunciadas 184 agresiones sexuales, solamente en la capital, Bogotá, de las cuales 53 fueron promovidas por el uso de estupefacientes.

En el Brasil, no existen estadísticas que confirmen o nieguen esta relación. Lo que sí se sabe, sin embargo, es que entre los estudiantes del 9° año de Enseñanza Fundamental (Escuela Primaria), el consumo de alcohol resulta ser significativo (23,8%); y tampoco es despreciable el índice de alumnos que ya usaron drogas ilícitas (4%). Los datos presentados por la Investigación Nacional de Salud del Escolar 2015, llevada a cabo por el Instituto Brasileño de Geografía y Estadística (IBGE), muestra un cuadro todavía más serio entre los estudiantes de Enseñanza Media. En este grupo, el 73% afirma que ya han usado bebidas alcohólicas; el 17% lo hizo con drogas ilícitas; y el 4,5% sufrió violencia sexual.

IMPULSOS ALTERADOS

Aunque la relación entre drogas y violaciones no esté estadísticamente comprobada, no es difícil imaginar que las sustancias psicotrópicas, es decir, aquellas que alteran el sistema nervioso central, estén relacionadas con la pérdida del dominio propio y la violencia de todo tipo, especialmente la sexual. Esto es lo que advierte en su práctica el psiquiatra Pablo Canalis, posgraduado en Medicina de Familia. “El uso del alcohol y de las drogas potencia los impulsos humanos negativos”, evalúa el médico. En su visión, utilizar esas sustancias vuelve al usuario más susceptible de perder el juicio y la capacidad de evaluación, pudiendo acabar teniendo un comportamiento más agresivo.

Canalis afirma que, cuando trabajó con pacientes en un hospital en la Argentina, observó cómo era el comportamiento de niños dependientes de una droga llamada paco, que es un subproducto de la cocaína. El psiquiatra notó que la utilización de esta sustancia afectaba el lóbulo frontal de los pacientes, región del cerebro responsable, justamente, por la capacidad del juicio (entre otras cosas). “Quien está bajo el efecto de estas sustancias no tiene la real conciencia de lo que puede llegar a hacer, ni tampoco logra reprimir ciertas acciones”, completa Canalis.

POSIBLES SALIDAS

Para intentar cambiar este escenario, Wilson Zeliak, psiquiatra que trabaja en un Centro de Atención Psicosocial Infantil (CAPSi), en Maceió (AL), Brasil, dice que la prevención del uso de drogas y del abuso comienza en el hogar. “Se necesita que se lleve a cabo el diálogo informativo, el acompañamiento cercano de los padres y cuidadores, y fundamentalmente, la demostración de amor y de cuidado hacia las criaturas. En mi trabajo, he presenciado una gran negligencia entre las familias. Y muchas de estas están desestructuradas, les falta atención, cuidado y demostración correcta del amor por los menores”, resalta.

A su vez, Canalis va más allá. Cree que, en última instancia, los impulsos humanos naturales, tales como el egoísmo, tienen su raíz en la espiritualidad. Entiende que la práctica religiosa con base en la Biblia, y en una comunidad saludable de fe, son fundamentales para que el ser humano sublime sus tendencias más reprobables y desarrolle las virtudes más loables.

FELIPE LEMOS es periodista.



La protección comienza en el *hogar*

CÓMO CREAR UN AMBIENTE FAMILIAR EN EL CUAL LOS HIJOS DESARROLLEN UNA BUENA AUTOESTIMA Y SE SIENTAN SEGUROS PARA REVELAR A LOS POSIBLES AGRESORES.

DILENE EBINGER

Se sabe que las experiencias negativas vividas en la infancia y en la adolescencia pueden dejar profundas marcas, aunque algunas de ellas sean invisibles (fíjate en el artículo de la página 16). Por esto, es responsabilidad de los padres y los tutores de los menores prepararlos para que no sean agresores, y enseñarles para que sepan protegerse de posibles abusadores.

La violencia sexual es uno de los abusos a los que los niños y los ado-

lescentes se ven sujetos. Siendo una cuestión recurrente en nuestros días, esto puede perjudicar a los menores de diversas maneras, y sus efectos son devastadores para toda la vida. El acoso, por ejemplo, es un tipo de violencia emocional. En estos casos, las criaturas quedan sujetas a la voluntad de un adulto, aun cuando este no use la fuerza física, pero obliga al menor, por medio de la presión psicológica, a tocar o manipular sus órganos genitales.

Por otro lado, el abuso sexual no involucra necesariamente violencia

gar

física, sino más bien una coacción psicológica explícita. Basándose en el miedo y las amenazas, el abusador obliga al niño a relacionarse sexualmente con él, existiendo la penetración. Este tipo de violencia provoca mucha culpa, dolor emocional, inseguridad y aislamiento, mientras que en el caso del estupro, es sexo con violencia física. La criatura o el adolescente se niega a entregarse, pero el violador usa su fuerza física para inmovilizar a la víctima y actuar deliberadamente.

La pregunta que se genera es: enfrentados ante tamaña crueldad con los pequeños, ¿cómo podemos proteger a nuestros niños de esas amenazas? Y, como parte de la respuesta, primero resulta necesario pensar qué es lo que promueve al agresor a cometer el abuso. En general, el estuprador llega con la intención de lastimar, agredir y humillar. Usa la fuerza porque su deseo es tratar a la víctima como un objeto. El sentimiento de posesión es evidente.

Las actitudes de los violadores revelan que estos son personas inseguras, con autoestima muy baja, que no tienen confianza en sí mismos, y que viven bajo una fuerte presión emocional, hostilidad y conflictos familiares. Hacen uso de la violencia porque no se sienten capaces de conquistar, de promover que alguien se relacione voluntariamente con ellos. Además, algunos de ellos actúan así para descargar la rabia que sienten con relación a las experiencias frustrantes vividas con mujeres de su familia.

ACTITUDES QUE PROTEGEN

A pesar de los variados factores que pueden volver a nuestros hijos más vulnerables ante el abuso, la regla básica para protegerlos parece



ser una sola: invertir en la construcción de sólidos vínculos con ellos. Por lo tanto, resultará necesario tener en cuenta algunos principios: **1. INTERRELACIÓN CONYUGAL.** Puedes creerlo: la manera en que el marido trata a la esposa es la mejor forma de enseñar a los hijos cómo relacionarse de una manera respetuosa con el sexo opuesto. Las pequeñas criaturas son como “esponjas” que absorben todo: actitudes, miradas y palabras. Aun cuando sean mayores, los hijos están monitoreando, consciente o inconscientemente, el comportamiento de los padres. Si el padre considera a la madre como un ser inferior, con toda seguridad que ella será desvalorizada, abusada, criticada e ignorada en la familia. Actuar del modo adecuado como pareja hará que el pequeño tenga una comprensión correcta del papel y la importancia de los dos. Debe haber comunicación respetuosa, sin sobrenombres peyorativos, insultos o palabras vulgares. Además, resulta necesario mostrar respeto por las opiniones divergentes.

2. AFECTO. Dedicar tiempo es sinónimo de amor y respeto. Separa momentos exclusivos para oír a tu hijo. No estés en desacuerdo inmediatamente con las opiniones de él. No reprimas su capacidad de compartir las propias opiniones, ni lo interrumpas cuando está hablando. El contacto presencial de los padres resulta importante y expresa afectividad.

3. SEGURIDAD. Desarrolla la autoconfianza de tu hijo, dándole pequeñas tareas para que realice. Delégale una responsabilidad adecuada para su edad. No le exijas más, ni menos, de lo que puede realizar. Cree en él, permítele que se equivoque en el proceso, y explícale los tópicos en los que necesita crecer.

4. COHERENCIA. Sé coherente, exigiéndole a él solamente lo que tú eres capaz de hacer o de ejemplificar. De esta manera, tu hijo aprenderá buenos valores contigo; como así también reproducirá tus malos hábitos. El punto es que la influencia del discurso de los padres aparecerá anulada por una conducta incoherente, o será reforzada por una conducta coherente con el discurso.

5. RELIGIOSIDAD. El cultivo de la espiritualidad saludable determina una diferencia muy grande. Una familia que acostumbra buscar orientaciones en la Biblia tiende a afrontar mejor los sinsabores de la vida. Una manera de “blindar” a la familia es realizar diariamente un culto familiar; es decir, separar minutos todos los días para compartir alegrías y tristezas, ofrecer y pedir perdón, además de oír y hablar palabras de consuelo y esperanza. Estos momentos refuerzan el vínculo familiar y la fe en un Dios todopoderoso. Nuevamente, resulta importante recordar que este programa diario deberá ser adecuado a la edad de los niños,



de modo tal que las reuniones no sean tediosas, ni incomprensibles para ellos. Además, el hecho de pertenecer a una comunidad religiosa amplía esta red de apoyo construida en el hogar, ofreciendo a los padres y los hijos un círculo social más saludable.

6. SUPERVISA A TUS HIJOS. El cuidado de los menores es responsabilidad de los padres, y esto no puede ser delegado en terceras personas. Por esto, no resulta prudente dejar a las criaturas bajo la responsabilidad de personas desconocidas, ni permitir que duerman fuera de su casa. Incluso los parientes cercanos a la convivencia de los padres necesitan ser supervisados de cerca. Presta atención a las quejas de tus niños y a todo cambio en su comportamiento. Es importante recordar que la mayor parte de los abusadores tienen una vida social normal: trabajan, tienen familia, y no acostumbran presentar disturbios psiquiátricos.

7. EXPRESA ELOGIOS. Elogia siempre a tus hijos. Ellos necesitan saber que hacen cosas bien hechas, que son admirados por esto, y que tienen valor. La validación trae reconocimiento y desarrolla la autoaceptación.

8. AMBIENTE. Los hijos necesitan encontrar en el hogar un lugar seguro para expresar sentimientos, dudas, ideas y críticas. Crear este ambiente es atribución de los padres, y ellos son las personas más indicadas para lidiar con las inquietudes y los descubrimientos que marcan el crecimiento de los hijos.

Conduciendo a tu familia de una manera adecuada, con sabiduría y orientación bíblica, puedes ayudar a prevenir diversos tipos de abusos. Un hijo amado y respetado tiende a crecer con un sentimiento de valor propio, seguro de sí, y apto para desarrollar una religiosidad saludable. Este tipo de formación ayuda a los hijos a amarse a sí mismos, al prójimo y a Dios. Claro que este “blindaje” no es infalible; sin embargo, puede librar a las criaturas de muchos sinsabores y frustraciones. Una vida familiar bien equilibrada es un poderoso factor de protección.

DILENE EBINGER es terapeuta familiar.

MARCAS INVISIBLES

Podrás saber cuál es el impacto de la violencia sexual en el cerebro de la víctima, y cómo es que aquel que fue agredido puede recuperar la confianza en otra persona.

ROSANA ALVES

iQ

¿Qué bueno sería que un día nos despertáramos y pudiéramos leer en las noticias que ya no se cometen más violaciones! Pero mientras esto no sucede, resulta necesario refrenar este crimen y tener cuidados personales para no caer víctima de este tipo de violencia. Sin embargo, en el caso de que esto nos llegue a ocurrir a nosotros, o cerca de nosotros, el mejor camino será encarar este drama de

la manera correcta.

El estupro no se lleva a cabo solamente contra las muchachitas; también existen hombres que hoy en día tienen profundas marcas causadas por este tipo de abuso. Y, como si no bastara la atrocidad de la violencia sexual, las criaturas y los adolescentes son diariamente sometidos a las más diversas formas de falta de respeto, que van desde la negligencia de los tutores hasta las palizas en el hogar. He oído a muchos adultos que me contaron, en medio de

lágrimas, que cuando eran pequeños fueron obligados a dormir en la cucha del perro, que les habían quemado partes del cuerpo con cigarrillos, o que también habían pasado hambre... ¡Y todo, porque habían desobedecido a sus cuidadores!

Tal vez estés conviviendo con adultos que tengan comportamientos inapropiados, y estés considerando que ellos son así por libre elección. O, tal vez, lo que no sabes es que estos pueden ser fruto de una infancia marcada por la crueldad. Es verdad que no somos solamente víctimas de las circunstancias, sino además somos protagonistas de nuestro propio destino. Sin embargo, los obstáculos de la vida nos muestran que la realidad es más compleja de lo que te imaginas, y muchas veces resulta necesario tener ayuda para poder proseguir.

Más allá de los efectos del comportamiento, la violencia provoca perjuicios que van más allá de lo que los ojos pueden llegar a ver fácilmente. Existen daños significativos y permanentes que pueden ocurrir en el cerebro de la víctima, ¡y que pueden resultar en pérdidas inestimables! A continuación, presento las conclusiones de algunos estudios científicos que muestran la extensión de los efectos neurológicos del abuso, además de algunas orientaciones de cómo pueden recibir apoyo las víctimas durante el proceso de restauración.

CONSECUENCIAS PARA EL CEREBRO

Estudios de la Universidad de Harvard (EE.UU.) indican que el hemisferio izquierdo del cerebro de las criaturas que sufrieron severos abusos en la infancia se desarrolla menos que en otros menores que no pasaron por esto. “Dado que

el abuso infantil sucede durante el período formativo crítico en el cual el cerebro está siendo físicamente esculpido por la experiencia, el impacto de este estrés extremo puede dejar una marca indeleble en su estructura y función”, explicó Martin H. Teicher, científico que encabezó a los investigadores.

Este mismo grupo de especialistas, quienes publicaron un artículo en la revista de la *Society of Biological Psychiatry* (EE.UU.) en 2013, descubrió que las personas que sufren violencia severa en la infancia tienen sus estructuras cerebrales alteradas. Esos traumas afectan regiones del cerebro tales como el hipocampo, donde se forman y se recuperan las memorias de lo averso.

A su vez, el equipo del doctor J. Douglas Bremner, de la Escuela de Medicina de la Universidad de Yale (EE.UU.), comparó las resonancias magnéticas de individuos “normales” con las de 17 adultos sometidos a abusos físicos o sexuales en la infancia, todos ellos portadores de disturbios de estrés postraumático. Y el resultado fue que el hipocampo izquierdo de quien había sido abusado se mostraba, en promedio, un 12% menor que el de los demás. Consecuentemente, estos pacientes tuvieron dificultades para resolver pruebas que involucraban memoria verbal, de acuerdo con un artículo del *Journal of Affective Disorders*, de febrero de 2006.

El cuerpo calloso, responsable por la integración de ambos hemisferios cerebrales, también puede ser afectado por el abuso. En estudios publicados en dos artículos en los periódicos *Neuroscience* y *Biobehavioral Reviews* (2003) y *Biological Psychiatry* (2004), Martin

Teicher y sus colaboradores mostraron que en los muchachitos que habían sido sometidos a la violencia o al abandono, las partes centrales del cuerpo calloso eran significativamente menores que las de aquellos que pertenecían a los grupos de control. Además, en estos niños, el abandono tuvo un efecto mucho mayor que cualquier otro tipo de maltrato. Mientras tanto, en las niñas, el abuso sexual se mostró como el factor más destructivo, siendo asociado a una gran reducción en el tamaño de las partes centrales del cuerpo calloso, lo que dificulta la comunicación entre las partes del cerebro.

A su vez, un estudio de 1993 también identificó que las hormonas liberadas durante el estrés de la violencia, además de perjudicar la madurez normal de las regiones cerebrales citadas, también provocan una “tempestad eléctrica” en el cerebro de la víctima, pudiendo causar, de este modo, síntomas epilépticos, tales como hormigueo, entorpecimiento, vértigo, náuseas, frío en el estómago y alucinaciones. Las señales son más graves si el abuso ocurre antes de los 18 años (*The Journal Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*).

Lamentablemente, todas estas investigaciones señalan hacia los serios efectos físicos, mentales y sociales de la violación. Por esto, la mejor estrategia contra ese mal es la prevención. Y, teniendo en cuenta que los niños y los adolescentes son principales víctimas de la violencia sexual que sucede en los hogares, y por parte de conocidos, parece ser que la mejor inmunización es construir vínculos de confianza y protección hacia los menores, y enseñarles a desarrollar su propia confianza

Diversos estudios muestran que el estrés postraumático puede causar disminución de las regiones del cerebro tales como el hipocampo y el cuerpo calloso.

propia. Este cuidado es indispensable porque los abusadores acostumbran hacer un análisis de sus víctimas, evaluando cuáles son las más frágiles o las más descuidadas, y aquellas que no los denunciarían.

Sin embargo, ¿qué podemos hacer cuando ya ocurrió la violencia o la víctima continúa siendo abusada? ¿Cómo ofrecerle apoyo y socorro en estos casos? ¿Qué es lo que tú puedes hacer para minimizar el sufrimiento de quien ha pasado por esta inmensa violencia y poder ayudar en su proceso de restauración? A continuación, te ofrezco algunas orientaciones.

RESTAURACIÓN

Si fuera el caso, lamentablemente, que la violación ya hubiera ocurrido, necesitan ser puestas en práctica medidas urgentes:

1. Escucha. Oye el relato de la víctima sin interrumpirla, sin dudar de lo que ella está diciendo, y tampoco culparla por la situación.

2. Muéstrale empatía. Dile que crees en ella, que estás inmensamente triste por lo que ocurrió, que harás todo lo que puedas para protegerla y que se recupere, y que buscarás ayuda para responsabilizar al abusador.

3. Refuerza. Repítele constantemente que no es la culpable por

lo que ocurrió. El abusador, y la sociedad, acostumbran culpar a la víctima diciendo que de alguna manera ella provocó al agresor, o que se mostró disponible para el acto sexual. Los efectos de este sentimiento de culpa van a variar de acuerdo con la edad de la víctima, y la intensidad y la frecuencia de la agresión. Este trauma podrá generar ansiedad, depresión o aun alguna enfermedad mental.

4. Busca ayuda. Procura encontrar un psicólogo, para que pueda ayudar a la víctima en ese momento tan difícil. Demuestra completo inte-

rés en el bienestar físico y emocional de la víctima, y expresa amor al acogerla, protegerla, defenderla, aconsejarla, y escuchar a quien ha sido violentada. Como también deberás denunciar al abusador, puesto que este es el medio para impedir que continúe haciendo daño a otras personas.

ROSANA ALVES es psicóloga y posee un posdoctorado en Neurociencias por la Escuela Paulista de Medicina y por la Marshall University. Es presidente del *Neurogenesis Institute* (EE.UU.).

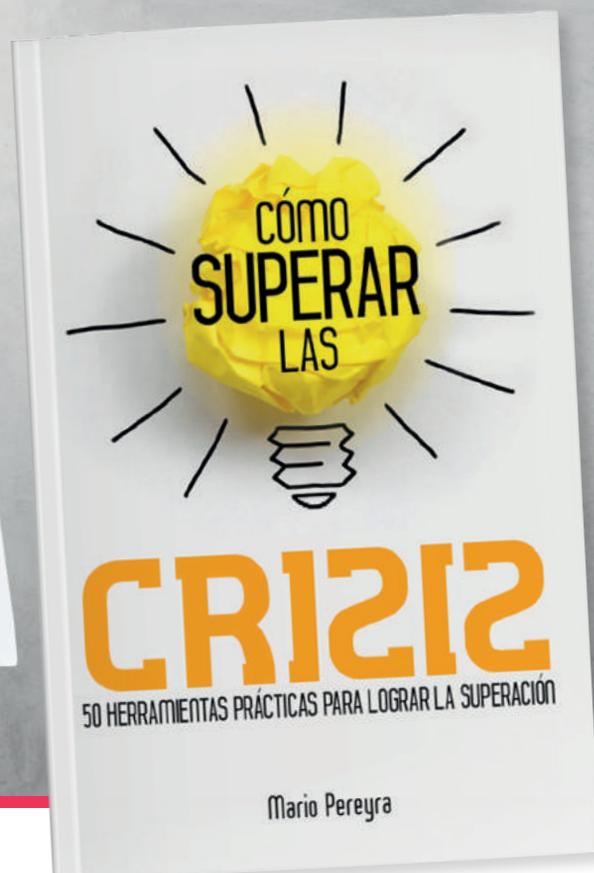




Asociación
Casa Editora
Sudamericana



Es necesario enfrentar la adversidad y salir adelante; rehusarse a hacerlo es condenarse a padecer pasivamente los males y ser paulatinamente destruido por ellos. Hay que enfrentar y vencer. Ahora, ¿cómo se enfrentan las crisis? Este libro tiene como propósito proveer cincuenta herramientas prácticas y viables para lograrlo con éxito.



Pídalos al Servicio Educativo Hogar y Salud más cercano a su domicilio o a su coordinador de Publicaciones.

ventas@aces.com.ar | Síguenos en:     



9 789877 016413

editorialaces.com