

**POR EL
BIEN
COMÚN**



ABUSO SEXUAL INFANTIL

¿Cómo podemos prevenir el abuso
sexual infantil?

AQUÍ ENCONTRARÁS AYUDA

Recomendaciones:

Una vez que leas esta guía no la tires, te podría servir en el futuro.

Comparte esta guía con quien creas que lo necesita.

No es necesario que leas esta guía en orden. Puedes leer solo las preguntas que más te interesen o en el orden que tú prefieras.



**POR EL
BIEN
COMÚN**



¿QUÉ ES EL ABUSO SEXUAL INFANTIL Y CÓMO OCURRE?

El abuso sexual infantil ocurre cuando un adulto usa su poder para obligar o engañar a un menor en actividades sexuales que no desea y no comprende.



En México, 1 de cada 4 niñas y 1 de cada 6 niños son víctimas de abuso, siendo el primer lugar a nivel mundial.

En el 75% de los casos el agresor es un familiar cercano; en el 20% alguien conocido, como un vecino o maestro, y sólo en el 5% un desconocido.

Puede presentarse con contacto directo (tocamientos, penetración, masturbación, besos) o sin contacto (tomar fotos desnudo, mostrar pornografía, presenciar actos sexuales).

El abusador suele engañar, amenazar o hacer sentir culpa al niño para que no hable. Por eso, es vital que los padres sólo lo dejen al cuidado de personas de total confianza.



¿DÓNDE Y CUÁNDO PASA MÁS SEGUIDO EL ABUSO SEXUAL INFANTIL?

La mayoría de los abusos ocurren en los lugares donde los niños deberían estar más seguros: su casa y, en menor medida, la escuela. Se estima que 9 de cada 10 casos suceden en el hogar o



en casas de familiares y vecinos, casi siempre por alguien cercano en quien los padres confían. En México, 2 de cada 3 víctimas son abusadas dentro de su propio hogar.

En las escuelas, los casos se presentan sobre todo en niños pequeños de 4 a 6 años y en adolescentes de 7 a 12 años.

El abuso puede pasar una sola vez o repetirse muchas veces, en cualquier momento del día, y siempre deja huellas permanentes.

Por eso es clave no confiarse: hablar con los hijos, enseñarles a cuidarse, darles amor y confianza para que puedan decir lo que les incomoda, sin miedo.



¿CÓMO ENGAÑA O MANIPULA EL ABUSADOR AL NIÑO?

El abusador casi nunca parece peligroso.

Suele ser un familiar, vecino o amigo que aparenta cariño y confianza. Primero se gana el afecto del niño y la seguridad de los padres conviviendo o jugando.



El abuso inicia de forma sutil: da regalos, abrazos o palabras bonitas. Poco a poco introduce tocamientos y le hace creer que es un juego o algo normal. Luego lo obliga a guardar silencio, diciéndole que es un secreto o amenazándolo con dañar a su familia si habla.

El niño queda confundido, con miedo o culpa, y muchas veces no entiende lo que pasa.

Por eso es fundamental enseñarle que su cuerpo es suyo, que puede decir “no” y que siempre debe contarlos, aunque alguien le diga lo contrario.



¿CÓMO PREPARO A MIS HIJOS PARA ENFRENTAR UNA SITUACIÓN DE ABUSO SEXUAL?

Los niños que no se sienten amados o escuchados, y tienen baja autoestima, son más vulnerables al abuso.

Por eso es vital mantener una comunicación abierta desde pequeños,



usando palabras sencillas y educación positiva que fortalezca su autoconfianza.

Explícales que su cuerpo es suyo, que tiene partes privadas que nadie debe tocar sin permiso, ni siquiera personas conocidas. Enséñales a decir “no” y a alejarse si algo los incomoda.

Hazles saber que siempre pueden contarte lo que les pasa, sin miedo a regaños o culpas. Refuerza su seguridad en casa: escúchalos, abrázalos, juega con ellos. Un niño querido y acompañado tiene más fuerza para protegerse.

Explícales también que los secretos no deben esconderse o guardarse y se tienen que contar a quien más confianza le tengan.



¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PAPÁS PARA PROTEGER A SUS HIJOS?

Ser papá o mamá es un reto, pero también la tarea más importante. La mejor protección es estar presentes y atentos.



Deja a un lado el celular y dedica tiempo de calidad a tus hijos: míralos cuando hables con ellos, porque si no los ves, ellos sienten que no los escuchas ni te importan.

En casa pon límites claros, normas con amor, rutinas y disciplina justa. Eso les da seguridad y confianza. Evita los gritos, golpes o abandono, porque todo eso los hace más vulnerables.

Los adolescentes necesitan sentirse amados y comprendidos en su familia, para no buscar afecto fuera de casa con personas que pueden dañarlos.

Papás cercanos y cariñosos marcan la diferencia. Un adulto informado es un adulto que protege.



¿CÓMO PODEMOS PREVENIR EL ABUSO SEXUAL INFANTIL?

Prevenir el abuso sexual infantil empieza por estar informados y atentos.

Habla con tus hijos con naturalidad, dales confianza y enséñales que su cuerpo es valioso, que nadie debe tocarlo sin su permiso y que las partes íntimas tienen



un nombre real. Ayúdalos a expresar sus emociones y a identificar cuando algo les genera miedo o incomodidad.

Observa si cambian de ánimo, se aíslan o actúan extraño, y pon atención a los adultos que insisten en quedarse solos con ellos. Evita que anden sin compañía en lugares públicos y no los mandes solos, aunque sea cerca de casa.

Enséñales que pueden decir “no” si algo no les gusta, que hay caricias buenas y malas, y que nadie puede fotografiarlos desnudos.

La mejor prevención es estar presentes, participar en su vida y crear un hogar con amor, respeto y confianza.



¿CÓMO SABER SI UN NIÑO ESTÁ SUFRIENDO ABUSO SEXUAL?

No siempre es fácil detectarlo, porque muchos niños no pueden explicar lo que pasó o sienten miedo de hablar. A veces incluso ya lo contaron y no les creyeron. Por eso es vital estar atentos a las señales.



En lo físico: dolor, irritación o sangrado en sus partes íntimas, dificultad para caminar o sentarse, infecciones frecuentes o golpes sin explicación.

En lo emocional o conductual: tristeza, enojo, miedo, aislamiento, pesadillas, hacerse pipí de nuevo, dibujos o juegos con contenido sexual. En adolescentes pueden presentarse depresión, consumo de alcohol o drogas, autolesiones, abandono del hogar o rechazo a ciertas personas.

También es sospechoso si reciben regalos o dinero de alguien en especial. Una sola señal no siempre significa abuso, pero si aparecen varias o algo no cuadra, es mejor actuar de inmediato y buscar ayuda profesional.



¿QUÉ HAGO SI OBSERVO SEÑALES DE ABUSO EN ALGUNO DE MIS HIJOS O ALGÚN NIÑO ME LO CUENTA?

El abuso sexual es una de las experiencias más traumáticas que puede vivir una persona, y más aún un niño. Solo 1 de cada 10 niños lo dice alguna vez en su vida, casi siempre venciendo el miedo al agresor.



Lo primero es creerle. Un menor no inventa estas cosas porque no tiene experiencia previa. Escúchalo con calma, sin interrumpir ni pedir detalles, y nunca lo culpes. Hazle saber que no fue su culpa.

Busca ayuda profesional: un psicólogo infantil y, si hay daño físico, atención médica. Asegúrate que esté en un entorno seguro, lejos del agresor.

No enfrentes al abusador tú mismo. Denuncia ante el Ministerio Público, al 089 o en el DIF del municipio donde vives.

En México, de cada 1,000 casos solo 100 se denuncian y apenas 1 recibe sentencia. El silencio protege al agresor; la denuncia protege al niño.



¿POR QUÉ LOS ADOLESCENTES SE EXPONEN TANTO EN REDES SOCIALES?

Los jóvenes usan las redes para sentirse aceptados, hacer amigos y ganar popularidad. Pero esta búsqueda de identidad los hace vulnerables a riesgos graves. Uno es el *sexting*: envío de fotos



íntimas. Según UNICEF, un acosador puede lograr que un menor se desnude y mande imágenes en solo 12 minutos. México ocupa el primer lugar mundial en pornografía infantil y en material autoproducido por niñas de 10 a 14 años.

Otro riesgo es el *grooming*: adultos que fingen ser niños para abusar sexualmente. Se estima que 1 de cada 5 menores recibe solicitudes sexuales en internet, y que la mitad de los adolescentes ya se ha reunido en persona con alguien que conoció primero en línea.

Para prevenir, los padres deben usar controles parentales, fijar horarios y retrasar el acceso a celulares con internet hasta después de los 13 años.



¿QUÉ PASA EN MÉXICO SI NO SE ATIENDE EL ABUSO SEXUAL INFANTIL?

El costo social es enorme. Un abuso no tratado deja secuelas permanentes: solo 1 de cada 10 niños lo cuenta.

Las consecuencias son graves: los menores que sufren violencia sexual



tienen entre 2 y 5 veces más riesgo de suicidio. En 2024, México registró 7,975 nacimientos de niñas de 10 a 14 años y adolescentes de 15 a 17; cada día 22 niñas son madres por abusos silenciados.

También se normaliza la violencia intrafamiliar, repitiendo patrones de abusos como si fueran “normales”.

En la adultez, quienes no reciben atención psicológica pueden presentar depresión, adicciones, disfunciones sexuales o coraje social que incrementa la violencia y reduce la productividad del país.

Atender este problema no es solo proteger a los niños, es cuidar el futuro de México.

Las Guías Por el Bien Común son impresos que se distribuyen en todo México con información valiosa y útil que contribuye al bienestar de los ciudadanos y a generar conciencia sobre temas sociales, políticos y económicos que inciden en nuestra vida cotidiana con temas como:

1. Depresión
2. Valores en la familia
3. Derechos de los trabajadores
4. Ansiedad
5. Adicciones
6. Violencia intrafamiliar
7. Abuso sexual infantil
8. El compromiso de los católicos en la vida pública
9. Los problemas de las redes sociales
10. Participación ciudadana

El Movimiento Por El Bien Común es una iniciativa que trabaja por cambiar el rumbo de México, activando la participación ciudadana para contribuir al bienestar de las personas en cada comunidad y a la vez promover una gran articulación social para incidir en el país que queremos para los próximos años.

La guía que tienes en tus manos es una de las muchas acciones que estamos llevando a cabo en favor de México.



VALORES PARA CAMBIAR
EL RUMBO DE MÉXICO

¿Te quieres sumar a este movimiento?
Visita nuestra página:

www.porelbiencomun.mx

*“Desear el bien común y esforzarse por él
es exigencia de justicia y caridad”.*

Benedicto XVI

**GUÍAS POR EL BIEN COMÚN:
ABUSO SEXUAL INFANTIL**

Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por
cualquier medio, sin autorización escrita del editor.

DERECHOS RESERVADOS © 2025

Impreso en México

CUIDAR A LOS NIÑOS

ES TAREA DE TODOS

**Dona
aquí**



**CON TU DONATIVO
REGALAREMOS MÁS GUÍAS
COMO ÉSTA**



La supervisión de esta guía corrió a cargo de
Por Nuestros Niños Libres de Violencia A.C.



Por Nuestros NIÑOS AC



Por Nuestros Niños Libres de Violencia AC