

# Prevenir para Proteger

Niñas, niños y adolescentes  
libres de violencia sexual



## ✧ ¿Qué es la violencia sexual en las niñas, niños y adolescentes?

Es una conducta con connotación sexual realizada por cualquier persona, aprovechando la condición de vulnerabilidad de las niñas, niños y adolescentes, afectando su indemnidad sexual, integridad física o emocional.

## ✧ ¿Qué consecuencias genera la violencia sexual en las NNA?

**Psicológicamente**, puede generar un efecto de trastorno de estrés postraumático (TEPT), ansiedad, depresión y baja autoestima, afectando su salud mental y emocional.

**Fisicamente**, pueden sufrir lesiones y problemas de salud reproductiva.

**Socialmente**, pueden enfrentar aislamiento y dificultades en sus relaciones, rendimiento académico y laboral.

A futuro, esta experiencia traumática puede llevar a consecuencias legales y económicas y, en algunos casos, perpetuar ciclos de violencia en futuras generaciones.

# ✧ ¿Qué puedo hacer para proteger a mis hijos e hijas de la violencia sexual?

**1 Crea un ambiente de confianza con tus hijas o hijos** para que sientan la libertad de contarte situaciones que no son de su agrado.

**2 Enséñales a decir "NO"** cuando algo les incomoda.

**3 Evita que tus hijas o hijos duerman con personas mayores**, así sean de su círculo familiar.

**4 Escucha siempre** a tus hijos, hijas, sé su amiga/amigo.

**5 Conoce a sus amigas/os** y supervisa las redes sociales que utilizan.

**6 Enséñales a reconocer las partes íntimas de su cuerpo** y a entender que nadie puede tocarlas o tocarlos sin tu consentimiento.

**7 Valida sus sentimientos.**

