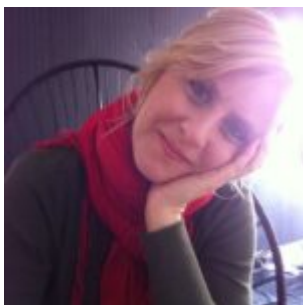


## Qué les pasa a las adultas que sufrieron abusos sexuales en su infancia



M<sup>a</sup> José Naranjo

**Las mujeres que sufrieron abusos sexuales en su infancia pueden verse afectadas a largo plazo y estos efectos pueden perdurar en su vida adulta**

Las mujeres que sufrieron abusos sexuales en su infancia pueden verse afectadas a largo plazo y estos efectos pueden perdurar en su vida adulta y pueden ser más o menos graves en función de: quién fue la persona que las agredió (si era de la familia y de su confianza, como ocurre en la gran mayoría de los casos), si fue algo reiterado o puntual y si lo contó y encontró apoyo o si mantuvo el secreto tal y como probablemente le pidió su agresor.

Pero, en general, se puede hablar de tres grandes efectos muy relacionados entre sí:

- El que tiene que ver con la opinión de sí misma
- El efecto sobre su forma de relacionarse, de tener relaciones de confianza
- Y su forma de vivir la sexualidad

El primero, el autoconcepto, lo que cree que es, está muy influido por la propia dinámica del abuso, porque siendo niña está muy confusa sobre lo que ocurre, siente malestar o dolor mientras se produce, pero a la vez alguien a quien conoce le presta atención, “juega” con ella, la convence para que guarde el secreto. Muchas veces les dan regalos. Esto hace que ellas lo vivan como que son culpables, como que no dijeron que no o que ellas “lo provocaron”.

Esta culpa les hace crecer sintiendo que ellas tienen algo malo, algo que el resto podría ver si no lo esconden muy bien. Se sienten malas, impuras, diferentes, inferiores y no dignas de amor. No creen ser merecedoras de que alguien las quiera por lo que son, por lo que tienden a tener relaciones donde ellas “compensan” a base de cuidados, atenciones o cesiones.

El segundo, tiene que ver con sus relaciones de intimidad, de confianza. Es importante tener en cuenta de nuevo el contexto en que se produce el abuso, ya que, siendo niñas, una persona muy cercana en su entorno (en la mayoría de los casos es el padre, un hermano, tío, primo, alguien en quien confían, alguien más mayor que debía cuidarlas, protegerlas, y quien les ha enseñado que

tienen que obedecer) les hizo mucho daño e hizo que se sintieran sucias, realizando algo que aprendieron que es pecado o inadecuado, sintiendo dolor físico, asco, y un profundo desconcierto por las reacciones de esa persona mientras se producía. Se sintieron solas, indefensas, con miedo. Y a la vez convivían con normalidad con esa persona en la familia: desayunaban en la mesa con él, hacían actividades en familia o simplemente veían la tele. Esto de: “me siento muy mal con él unas ocasiones y otras parece que no pasa nada”, también contribuye a que crean que ellas son las responsables de su malestar, a que consideren que es culpa suya, a que interioricen que son ellas las que tienen algo malo, repulsivo y digno de ese asco que sienten.

Es así como se une este efecto al anterior: crecen con la férrea idea de que “tengo algo malo y la gente muy cercana a mí puede hacerme mucho daño” y esto provoca, en consecuencia, que vivan teniendo relaciones muy superficiales donde ellas se centran en mantener “su línea de seguridad”, un límite invisible en el que ellas se sienten a salvo, en el que no se dejan conocer, no se muestran como son y así no pueden herirlas, una línea en la que dejan fuera a todo el resto de la humanidad.

Para mantener esta línea, en general no hablan de sí mismas no cuentan sus preocupaciones o malestares (si supieran sus “puntos débiles” podrían hacerles daño), no se relajan en las relaciones, viven en un permanente estado de alerta, están pendientes de mantener esta distancia, de no dejar ver su oscuro secreto, que no sepan que hicieron algo sucio y prohibido y ahora por ello son malas.

Este patrón les impide escoger a sus amistades o parejas ya que no son merecedoras de ello. Se conforman con encontrar a alguien “que las tolere”. Por ello, muchas veces se ven inmersas en relaciones muy desequilibradas, incluso de violencia, con gente que no tiene por qué ser a fin a sus valores o filosofía de vida.

**“ En ocasiones, las mujeres víctimas de abuso sexual en su infancia, se aíslan, no tienen prácticamente relaciones**

También, en otras ocasiones, las mujeres víctimas de abuso sexual en su infancia, para defender esta línea de seguridad, se aíslan, no tienen prácticamente relaciones o escogen a personas para tener al otro lado de esta línea con la certeza de que es imposible que les puedan hacer daño... Recuerdo el caso de una mujer que se emparejó con un hombre con esclerosis múltiple en fase muy avanzada, por ejemplo. Otras, sólo se relacionan con hombres homosexuales.

El tercer efecto es el que se relaciona con la sexualidad donde, de nuevo, los otros dos efectos contribuyen a éste.

En función de cómo se viva la sexualidad, ésta puede ser una manera de tener relaciones muy íntimas con alguien con quien tienes un vínculo, alguien en quien confías y con quien decides tener un encuentro (ya sea esporádico o en el marco de una relación estable). Es una forma de entrega. Y ellas se encuentran en un terreno que llevan evitando toda su vida, el de relajarse, sentirse a salvo con otra persona y centrarse en disfrutar.

Todo ello hace que éste sea el principal motivo de consulta de las mujeres que han sufrido abuso sexual de niñas: se encuentran en una relación de pareja estable, pero o no pueden disfrutar de la sexualidad compartida o sus parejas están cansadas de no poder tener relaciones con ellas.

Dentro de los efectos a largo plazo en su sexualidad también está el de experimentar síntomas de estrés post traumático, en forma de *flash backs*, de imágenes intrusivas, ya que, literalmente, ven fragmentos de escenas que vivieron y se sienten como cuando estaban allí. Esto aparece especialmente con algunas prácticas sexuales concretas, con sensaciones, olores, o espacios físicos que las transportan al momento del abuso.

Otro efecto, dentro de la sexualidad, es el contrario, el de aprender que a través del sexo tienen poder, que es una moneda de cambio en sus relaciones que les da control y que les permite “compensar” la atención o el afecto que la otra persona les brinda. Es una forma más de mantener a esa persona al otro lado de su línea de seguridad, de la línea de que la conozca o que haga que ella tenga que entregarse en la relación. Es un “doy sexo, que es algo en lo que soy buena y sé que te gusta, y así tengo claro lo que va a ocurrir, yo decido lo que pasa, me aseguro que te quedas a mi lado y, en el fondo, no me conoces”.

Estos efectos pueden trabajarse, se pueden comprender y superar, pero es imprescindible hacerlo acompañada por profesionales especializadas.

Para más información sobre este tema, os invito a entrar en [www.mujeresparalasalud.org](http://www.mujeresparalasalud.org) y buscar los artículos en su revista “La Boletina”, así como testimonios de mujeres que han sufrido abuso sexual de niñas.

## REFERENCIA CURRICULAR

**M<sup>a</sup> José Naranjo Hernández** es Psicóloga feminista y Mediadora familiar. Lleva toda su carrera trabajando con el género como eje transversal, bien con temas de coeducación, en Escuelas de Madres y Padres, con Talleres para Mujeres, o Colaborando en Seminarios y Congresos. En la actualidad es terapeuta y formadora en la Asociación de Mujeres para la Salud.

Secciones: **Monográfico, Salud/Violencia**