

Preguntas más Frecuentes (FAQ)

Prevención y Respuesta a la Violencia Intrafamiliar Durante la COVID-19: Cuando los Monstruos Viven con Nosotros: Reflexiones Sobre la Intersección de las Inequidades Estructurales, la COVID-19 y la Violencia de Pareja y los Niños Pequeños en Familias Latinoamericanas, August 11, 2020

Presentadoras: Carmen Rosa Noroña, LICSW, MEd, IECMH-E, Boston Medical Center/ETTN
Wanda Vargas-Haskins, PhD, NYPresbyterian Hospital FPTTC

Las siguientes premisas son algunas de las preguntas más frecuentes del seminario en línea. Para más información [acceda a la grabación de la sesión y a la presentación.](#)

Preguntas de los Participantes & Respuestas de las Presentadoras

P1 *¿Qué medidas se pueden tomar para trabajar las intervenciones de Telesalud de forma segura y sensible?*

R1 Es necesario implementar precauciones universales en todas las intervenciones de Telesalud. Entre estas precauciones se incluye el no permitir que los familiares sirvan como intérpretes y asumir que la persona no está sola, aunque digan que lo están. Se deben realizar los acercamientos bajo la asunción que el abuso puede existir, aunque no sea divulgado. Al realizar preguntas, es necesario no abordar de forma directa los temas relacionados con abuso o seguridad. Pueden hacerse preguntas tales como: ¿Cómo están usted y los niños? ¿Cómo están usted y su pareja manejando la situación actual/ las dificultades relacionadas con la COVID-19? Es importante prestar atención y seguir las señales de la persona con quien está hablando en relación a la información que la persona sienta o evalúe que puede compartir. Si la persona indica preocupaciones acerca de la seguridad, explore con cuidado, pregunte si puede proveer más información acerca de lo que le preocupa o del tipo de ayuda que necesita. Esté preparado/a/e a cambiar de tema en cualquier momento para la seguridad de la persona. Es importante recordarle a la persona que el teléfono o computadora deben tratar de usarse cuando la persona abusiva no vea o esté presente, y cómo eliminar la historia en el browser, o la memoria del teléfono.

Si la persona divulga abuso o que no está a salvo, esté preparado/a/e con una pregunta breve (SI o NO) para determinar lo urgente de la situación. Si la persona puede quedarse en el teléfono, usted le puede decir: “Si usted teme por su seguridad, puede llamar al 911 en cualquier momento” “¿Quisiera que yo llame al 911?” Asegúrese de tomar la dirección donde la persona está, o alternativamente pregunte, “¿Quisiera el número de una línea de emergencia? Están disponibles las 24 horas. Le pueden ayudar a pensar en opciones en su área”. Si la persona no está en peligro inmediato, ofrezca otras formas de encontrar ayuda para cuando sea un momento oportuno. Por ejemplo, el número telefónico de un programa de violencia doméstica.



MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

NCTSN

The National Child
Traumatic Stress Network

P2 *¿Cómo proteger a los niños durante incidentes de violencia doméstica?*

R2 Un plan de seguridad debe incluir maneras de mantener a los niños fuera de peligro durante incidentes de violencia en el hogar. Es esencial que, si la pareja empieza a ponerse más violento/a/e, la persona agredida no corra hacia donde están los niños pues la pareja podría hacerles daño a ellos también.

Dentro de la casa: Se puede enseñar a los niños cuándo y cómo llamar al 911 (dependiendo de la edad de los niños). También, se puede escoger una habitación donde ellos puedan refugiarse si hay peligro (ej. Incidentes de violencia física entre los adultos) o si están sintiéndose con miedo y enseñarles a pensar en algo que los ayude a tranquilizarse cuando empiecen a sentirse asustados. De igual forma, enseñarles que se mantengan fuera de la cocina, el baño o cualquier otra área de la casa donde haya objetos que la persona abusiva pueda usar como armas. Los niños nunca deben intervenir, aunque quieran tratar de proteger a su madre o padre. Se puede además ayudar a los niños a hacer una lista de personas con quienes se sientan a gusto hablando y con quienes puedan compartir lo que sienten, a quienes los niños puedan llamar a pedir ayuda. Si se observa que los niños muestran alguna sintomatología persistente, un programa de psicoterapia apropiada para niños pequeños y sus padres puede ayudar.

Fuera de la casa: Se puede enseñar/entrenar a los niños a salir de la casa (si esta es una opción) tan pronto como la violencia comience a escalar. También, se puede planificar un lugar (ej. la casa de un vecino) a donde puedan ir en caso de que surja una situación de violencia e idear una palabra o contraseña de emergencia para indicarles que salgan de la casa (deben asegurarse de que no vayan a decirle a nadie lo que la palabra secreta significa). Como se mencionó antes, es importante igualmente identificar personas a las que puedan llamar o acudir para pedir ayuda (ej. vecinos, familiares).

Al hablar de cómo proteger a los niños del impacto de la violencia doméstica es importante resaltar que:

1. La mejor protección es el no exponerlos al estrés tóxico que implica el tan sólo ser testigos de actos de violencia física y emocional entre las personas de quien el niño depende para su regulación emocional, sentido de protección y su supervivencia física.
2. Las estrategias mencionadas en esta sección no implican una aceptación de patrones de violencia o de cómo ayudar a los niños y a otras víctimas de la misma a vivir con ella.
3. Estas estrategias son sugerencias de protección física a los niños en situaciones creadas por la intersección de la pandemia COVID-19 y otras inequidades y que limitan las alternativas de la persona agredida a salir de la situación de violencia doméstica.
4. Las estrategias tienen una aplicación limitada ya que pueden utilizarse con niños que sean móviles y que tengan la capacidad de poder seguir las direcciones del adulto. Mientras más pequeños sean los niños, estas estrategias son menos viables.

P3 *¿Cómo puede protegerse la persona abusada durante incidentes de violencia doméstica?*

R3 Es importante identificar: (1) En qué momento y con qué intensidad el/la/le compañero/a/e usa la violencia para poder evaluar los riesgos de cuándo la violencia y



MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

NCTSN

The National Child
Traumatic Stress Network

peligrosidad podrían escalar; (2) lugares en la casa que sean seguros, en los que no hayan armas y de los que haya alguna manera de escapar; (3) dónde se encuentran o se refugian los niños durante los incidentes de violencia para no acercarse a ellos ya que esto podría ponerlos en peligro.

Si la violencia se vuelve inevitable, es importante que la persona agredida trate de: (1) Proteger su cuerpo, cabeza, y cara; (2) tener un teléfono al que pueda acceder fácilmente y (3) memorizar números de teléfono a los que podría llamar para pedir ayuda; (4) mantener bajo llave toda arma y como sea posible mantenerla fuera de alcance; (5) parquear el auto (carro) mirando hacia la calle y con gasolina en el tanque, en caso de tener que salir de emergencia; (6) no ponerse pañuelos, bufandas o collares largos que la persona abusiva pueda usar para estrangularla/o/e; (7) tener pensadas varias justificaciones creíbles, para facilitar la salida de la casa, que pueda usar a diferentes horas del día y de la noche; (7) si la vida de la persona agredida u otros está en peligro se debe llamar inmediatamente al 9-1-1.

P4 ¿Qué estrategias se pueden compartir con las familias para fomentar el bienestar durante esta pandemia?

R4 Los padres y niños pueden explorar y reconocer sus fortalezas. Mientras que es necesario reforzar la importancia mantener y fomentar un vínculo físico (abrazos, caricias, sonrisas). Se debe enfatizar en la importancia de mantener las rutinas diarias, tanto para los padres como para los niños. De igual forma, permita que los niños se conecten con otras personas (maestros, amiguitos via Zoom). Se deben identificar actividades que los niños y los padres disfruten y les permitan conectarse. Involucrar a los niños, de forma segura, en las tareas del hogar también puede ser una estrategia para fomentar el bienestar. Los ejercicios de relajación y respiración a modo de juego y otras actividades que en el pasado le ayudaron a fortalecerse (rezar, hacer ejercicio) también pueden ayudar a los niños y familias. Es importante el que la familia recupere o fortalezca las practicas culturales y familiares que pueden traer una sensación de pertenencia. Es necesario que los adultos se mantengan bien informados acerca de la pandemia, acceso a recursos para la familia y que la información venga de fuentes fidedignas. Sin embargo, se debe limitar la exposición constante a las noticias, los medios de comunicación, las redes sociales o a información que puede ser alarmante como una manera de que los adultos se protejan a si mismos y protejan a los niños del impacto emocional de las noticias.

P5 ¿Qué recursos podemos usar para ofrecer información y apoyar a los niños y sus padres cuando viven en situaciones de violencia domestica?

R5 La violencia domestica afecta no sólo a los individuos en una familia, sino también la calidad de las relaciones e interacciones entre esas personas; puede tener consecuencias negativas a corto y a largo plazo para las figuras parentales, las relaciones entre padres/cuidadores y sobre todo para los niños pequeños. La violencia doméstica es una forma particularmente tóxica de violencia donde una de las figuras parentales es la persona



MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

NCTSN

The National Child
Traumatic Stress Network

desprotegida y vulnerable y la otra el “monstruo” agresor. Desde la perspectiva del vínculo o las relaciones de apego, daña la percepción que los niños puedan tener de las figuras parentales como protectores ya que estas se vuelven la fuente de peligro y preocupación (Lieberman & Van Horn, 2005). Esto puede generar confusión acerca de quién es confiable y quien es peligroso y que el niño experimente emociones intensas y contradictorias hacia las figuras parentales y una intensificación de los miedos y ansiedades propias de la edad (Lieberman & Van Horn, 2005). Los niños pequeños que viven en situaciones de violencia doméstica responden a las emociones intensas y sensación de peligro que existe en su entorno. Al no tener la capacidad afectiva o cognitiva para entender los eventos y la tensión en su entorno, tienden a llenar estos vacíos con fantasías y distorsiones cognitivas que a menudo hace que se culpabilicen por lo que está pasando y que generen teorías que son peores que la realidad misma (Groves, Berkman, Brown & Reyes, 2014).

El impacto de la violencia doméstica en los niños pequeños depende de una combinación de factores (ej. la edad del niño, la relación con la persona agresora y agredida, la frecuencia e intensidad de los incidentes de violencia, otros factores de estrés afectando al niño y a su familia, etc). La mayoría de los niños que experimentan violencia doméstica pueden superar estas experiencias; uno de los factores centrales en la recuperación de los niños después de estar expuestos a violencia doméstica, es tener una relación estable y fuerte con una figura parental que pueda brindar protección, que no sea violenta y que le ayude a entender, de manera apropiada al desarrollo del niño, las experiencias ligadas a la violencia. Los niños necesitan de los adultos para poder dar sentido a los eventos estresantes o traumáticos y a construir una narrativa sobre los mismos. (NCTSN, 2014)

P6 ¿Pero, cómo puede la figura parental no agresora apoyar a los niños si la violencia continua, como es el caso de las familias afectadas por la intersección de la COVID-19 donde el dejar la situación abusiva puede resultar imposible para la persona agredida?

R6 Como se mencionó anteriormente, los niños pequeños necesitan de los padres/cuidadores para su supervivencia física, para su desarrollo en todas las áreas de funcionamiento y para dar sentido al mundo y lo que ocurre en su entorno, incluidos eventos posiblemente traumáticos como presenciar actos de violencia entre las personas. Los niños pequeños dependen de las figuras parentales y de las relaciones de apego con ellos para identificar las fuentes de peligro y para la búsqueda de protección.

Entonces, aun en circunstancias en las que la violencia continua o es activa, las figuras parentales pueden apoyar a los niños de las siguientes maneras: (1) Reflexionando sobre sus propios sentimientos y experiencias con relación a la violencia domestica; (2) Reflexionando sobre el impacto y las experiencias de los niños sobre la violencia domestica; (3) Compartiendo información apropiada con los niños; (4) Construyendo y manteniendo la esperanza.

1. Reflexionando sobre sus propios sentimientos y experiencias en relación a la violencia: Como se ha señalado varias veces en este documento, cuando los niños pequeños ven, escuchan acerca del abuso de uno de sus padres contra el otro, pueden tener muchos pensamientos, preguntas, e intensos sentimientos y temores por lo que es importante



MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

NCTSN

The National Child
Traumatic Stress Network

que los padres/cuidadores provean, en lo posible, el espacio para que puedan expresarse y para hablarles, de manera apropiada para el desarrollo, acerca de lo que están experimentando en relación a la violencia doméstica. Tener estas necesarias conversaciones con sus niños puede ser difícil y doloroso por lo que es importante que se prepare dándose un tiempo para reflexionar primero si estas conversaciones pondrían a su familia en mayor riesgo y luego acerca de cómo la violencia doméstica la/lo/le ha afectado a usted (¿se siente cansada/o/e?, ¿atemorizado/a/e?) ya que todo ello afectará la forma en que reaccionarán sus niños. Explorar y reconocer sus pensamientos, sentimientos y reacciones puede ayudarle a entender las experiencias de sus niños. (NCTSN, 2014)

2. Reflexionando sobre el impacto en de los niños: Para ayudarle a prepararse a tener estas conversaciones con sus niños va a ser igualmente importante reflexionar sobre los comportamientos, reacciones y sentimientos que usted ha observado en sus niños y considerar aspectos tales como qué pueden estar comunicando (miedo, confusión,), cuándo se manifiestan estas reacciones y la frecuencia e intensidad con la que aparecen. Tenga en cuenta además cómo estas reacciones le hacen sentir a usted.
3. Compartiendo información apropiada con los niños: Antes de iniciar conversaciones con sus niños es crucial que: (1) Tome en consideración la edad y etapa de desarrollo de sus niños; (2) identifique qué mensajes quiere comunicar (ej. cómo ponerse a salvo; la violencia no está bien, ellos no son responsables de la dificultades en la familia, etc.) y qué palabras o materiales va a usar (cuentos, libros, dibujos, historias, juguetes) para que ellos puedan entender la información y no se agobien; (3) evite involucrar a los niños en conversaciones de adultos o dar mayor información de la que puedan procesar; (4) esté consciente que al comenzar estas conversaciones los niños pueden compartir experiencias o sentimientos doloroso; se debe estar preparado para ello. Si se siente listo/a/e y decide que es seguro para su familia el tener estas conversaciones, es importante que: (1) Comience la conversación utilizando palabras simples y concretas; (2) utilice mensajes de apoyo tales como: “Mami está aquí para escucharte” o “ Papi quiere saber cómo te sientes”; (3) utilice los materiales que identificó previamente (ej. cuento, libro, o juego) para facilitar la conversación; (4) explore qué saben los niños de la situación, si ellos vieron o escucharon algo; (5) apoye y reconozca sus experiencias (ej. que la persona abusiva lastima) y sentimientos (ej. que es atemorizante lo que pasa, que tienen sentimientos contradictorios); (6) aclare que la violencia no es culpa de los niños, ni suya, que no está bien o es aceptable, y que el papel de los niños no es proteger o arreglar los problemas de la familia; (7) asegúreles que usted está haciendo todo lo posible para mantenerlos a ellos y a usted a salvo; (8) si le hacen preguntas que no sabe cómo responder, está bien decir “no sé” o tomarse un tiempo para pensarlo; (9) es sumamente importante estar alerta/o/e a señales de que su niño/a está listo/a para terminar la conversación; (10) finalmente, busque apoyo profesional si siente que necesita ayuda para comunicar la información.
4. Construyendo y manteniendo la esperanza: El mensaje más importante para sus niños es que usted los ve, los entiende, está pendiente de ellos y que está haciendo lo posible para protegerlos. Esto se pueden transmitir no sólo con palabras sino también de otras

formas mencionadas anteriormente tales como focalizarse en sus fortalezas y las de sus niños, establecer o mantener rutinas predecibles de manera que su niño sepa que esperar, cultivar los vínculos emocionales y físicos con sus niños, responder a sus necesidades diarias, permitir que expresen sus miedos y preguntas a través del juego, cuentos, historias, ofrecerles explicaciones de maneras simples pero veraces para las cosas que les preocupen, buscar momentos de placer y diversión con sus niños, recobrar o fortalecer las prácticas familiares o culturales que sean una fuente de fortalezas. Todo esto lo que puede contribuir a que ellos y usted construyan o mantenga una sensación de esperanza.

Referencias y Recursos

- California Childcare Health Program. Ayudando a las familias que experimentan violencia doméstica. Notas sobre salud y seguridad: Programa de salud para el cuidado del niño: www.ucsfchildcarehealth.org
- NCTSN Domestic Violence Factsheets: <https://www.nctsn.org/resources/children-and-domestic-violence-parents-fact-sheet-series>
- TENGO MIEDO - Las emociones de Gastón
https://www.youtube.com/watch?v=w1VB_Ehtg3I
- Una Vez Tuve Mucho Mucho Miedo
<https://www.youtube.com/watch?v=qUSTA84xFj0>
- Cuando estoy triste
<https://www.youtube.com/watch?v=QYkiZdKU5hk>

Relevo de Responsabilidad

Esta presentación fue preparada para la Red del Centro de Transferencia de Tecnología de Salud Mental (MHTTC) bajo un acuerdo de cooperación de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA). Todo el material que aparece en esta presentación, excepto el tomado directamente de fuentes con derechos de autor, es de dominio público y puede ser reproducido o copiado sin permiso de SAMHSA o de los autores. La citación de la fuente es agradecida. No reproduzca ni distribuya esta presentación por una tarifa sin la autorización específica por escrito de la red MHTTC. Para obtener más información sobre cómo obtener copias de esta presentación, envíe un correo electrónico a networkoffice@mhttcnetwork.org. En el momento de esta presentación, Elinore F. McCance-Katz se desempeñó como Subsecretaria de SAMHSA. Las opiniones expresadas en este documento son las opiniones de los presentadores y no reflejan la posición oficial del Departamento de Salud y Servicios Humanos (DHHS) o SAMHSA. No se pretende ni se debe inferir ningún apoyo o respaldo oficial del DHHS, SAMHSA, por las opiniones descritas en esta presentación.