

CON MI HIJO@

NO LYDIA CACHO

Manual para prevenir,
entender y sanar
el abuso sexual

Con mi hij@ no es un manual para quienes busquen —y deberíamos ser todos— cómo hablar con las y los niños sobre sexualidad y prevención del abuso, cómo detectarlo, qué decir y qué no a una víctima. Se trata, en fin, de prevenir, entender y sanar el abuso sexual. Este libro nació en los más de 3000 correos electrónicos recibidos por Lydia Cacho tras publicarse *Los demonios del Edén*, en que sus lectoras y lectores compartieron con ella que sufrieron abuso sexual en su niñez o que sus propias hijas e hijos lo padecieron. Otras personas buscaban orientación para proteger a sus pequeños. Así que Lydia Cacho redactó este manual para contrarrestar el abuso sexual infantil. Escrito en un lenguaje ágil y con el estilo directo y periodístico de la autora, el libro traza una radiografía del abuso sexual a menores, desde los orígenes históricos en que se ha fomentado hasta los perfiles para detectar a pedófilos y pederastas. A la vez, se muestra cómo hasta los casos más difíciles pueden sanar con la ayuda adecuada, se explican las consecuencias del abuso, y se orienta en los caminos para denunciar, sanar y erradicar la violencia sexual. Los aspectos que en el libro se centran directamente en la realidad de México son fácilmente adaptables por cualquier lector.

A los miles de mujeres, hombres, niños y niñas,
que me acompañan para seguir escribiendo
y que cobijan mi esperanza

A Cecilia Loría Savignón,
por su legado a México

*Tantas veces me mataron,
tantas veces me morí;
sin embargo, estoy aquí
resucitando.*

*Gracias doy a la desgracia
y a la mano con puñal
porque me mató tan mal,
y seguí cantando.*

*Cantando al sol como la cigarra
después de un año bajo la tierra,
igual que sobreviviente
que vuelve de la guerra.*

*Tantas veces me borraron,
tantas desaparecí,
a mi propio entierro fui
sola y llorando.*

*Hice un nudo en el pañuelo,
pero me olvidé después
que no era la única vez,
y volví cantando.*

*Tantas veces te mataron,
tantas resucitarás,
tantas noches pasarás
desesperando.*

*A la hora del naufragio
y la de la oscuridad
alguien te rescatará*

para ir cantando.

«Como la cigarra», MARÍA ELENA WALSH (1975)

Agradecimientos

Escribir este libro fue toda una experiencia. Ya he publicado un poemario, una novela, varios ensayos y, por supuesto, mi trabajo periodístico que he desarrollado a lo largo de 18 años. Pero este reto fue distinto.

Mientras corregía uno de los capítulos más desgarradores de un libro que está todavía en proceso sobre la trata de mujeres y menores en el mundo, una noche perdí el aliento: ¡es demasiado!, pensé llorando, es descomunal el dolor de miles de criaturas vendidas para la explotación sexual en el mundo, y el dolor de sus familias es también inconmensurable. Aunado a ello estaban los correos que recibo en mi *blog* de padres y madres que han vivido el abuso de sus menores.

Entrar en las catacumbas de la maldad humana nos exige trabajar constantemente en la compasión y la paz interior. Reportear estas realidades y su incremento precisa de frialdad para investigar hechos concretos, datos duros, cifras comprobables. Escuchar a víctimas y a policías contar sus versiones, entrevistar a tratantes presos, entrar en bares en los que las criaturas trabajan bajo la mirada de las autoridades y los explotadores exige equilibrio emocional. Esa exigencia me llevó a preguntarme: ¿cómo mostrar esa oscuridad sin intentar revelar el lado de la luz, de la sanación? ¿Cómo no buscar respuestas humanistas a problemas humanos?

Así que comencé a escribir este libro, que es para las y los demás, pero también es un ejercicio de compasión para mí, para acordarme de la fortaleza y la capacidad de sanar

de las niñas y los niños abusados; para seguir mostrando la realidad a la sociedad sin la sensación de que abro la cloaca sin mirar si alguien la puede limpiar tras mis pasos.

Cuando se lo expliqué a mi editor, Cristóbal Pera, su mirada de azoro y alegría me dio aliento; sin su animosa actitud este libro no hubiera sido posible. Son muchas las personas a las que les debo el aprendizaje para este libro, requeriría una decena de páginas para escribir sus nombres como se merecen. A Jorge, mi compañero que en las buenas y en las malas camina a mi lado y celebra la vida. A María José, a mis hermanos y en especial a mi hermana Myriam, extraordinaria psicóloga de quien he aprendido el poder de la sanación, incluso en casos que psiquiatras especializados daban por perdidos. A mi madre Paulette, también psicóloga, quien desde adolescente me invitó a aprender a dar talleres, a explorar la mente humana y sus infinitas posibilidades; desde donde se encuentre su alma, estoy segura de que comparte el espíritu de este libro.

Al equipo del Centro Integral de Atención a las Mujeres (CIAM Cancún), una tribu de extraordinarias mujeres que me han tenido paciencia para escribir y seguir a su lado, que trabajan sin detenerse para acompañar a las víctimas de violencia a renacer y reinventar su vida. De ellas aprendo cada día; al igual que de los cientos de mujeres, niños y niñas que han pasado por nuestro refugio, que creyeron en nosotras y en su poder de transformación personal.

A mis amigas y amigos que se han asegurado de que el refugio tenga todo para subsistir. A Valentina, Leda, Pita, Coco, Alejandra, Fernando, Lía, Ricardo, Javier, Blanca, Cristina, Francesc, Eduardo, Terry, Josefina, Paul, José Alberto, Félix y Joaquín. A Lucía Lagunes y Blanche Petrich. A David Romero, al equipo mexicano de la Fundación Ford, a la Fundación Angélica y a Mary Kay, porque las víctimas tuvieron terapias gracias a su apoyo incondicional en los peores momentos. A Flora Aurón, la maestra terapeuta, quien escuchó mi proyecto sobre este libro y celebró las voces

narrativas de las víctimas como camino del aprendizaje y la sanación. A Elena Poniatowska, quien brindando con un buen tinto me dijo, con su sabiduría dulce y profunda, que la vida es para atreverse a soñar, a ser solidaria y a gozar cada minuto escribiendo.

A Jesús Díaz Ibáñez, Flavio Larrañaga, Clara Solís, Claudia Fronjosá, Enrique Arrúa, Debbie Tucker, Mario Zumaya, Tere Ulloa, Gerardo Sauri y la Red por los Derechos de la Infancia; a Alicia Leal, Jorge Garaventa, Malú Micher, Rafaela Herrera, y al ministro Juan Silva Meza: todas y todos especialistas en salud mental, en leyes y en derechos humanos, quienes me ayudaron a comprender el fenómeno y sus alcances.

A las niñas y niños que me toman la mano y me abrazan, que eligen confiar otra vez en las personas adultas, a pesar de que éstas les han demostrado ser capaces de la violencia y la indiferencia más atroz; en especial a Raulito, que a los 4 años se reinventó para sanar su dolor y me enseñó la luz en el camino de los hombres que buscan desesperadamente otros modelos de masculinidad. A Miguel Adame, el padre que no se da por vencido. Gracias a los padres y madres de las criaturas abusadas que me insistieron en escribir este libro, creyendo que sería de utilidad.

Agradezco profundamente al entrañable Diego Luna, el actor que se puso en los zapatos de estas criaturas para entender y explicar su dolor. A mis sobrinos y sobrinas que con su inteligencia dulce y su sabiduría, intocada por el cinismo adulto, me han dado consejos invaluable, desde el punto de vista infantil, al que poco valoramos. Sus consejos fueron vertidos en este libro al lado de los de grandes especialistas de reconocimiento internacional. Porque cuando charlo y juego con ellos y ellas recuerdo el privilegio de una infancia sana y feliz, y sueño con que algún día todas las niñas y todos los niños de México sepan que ni su dignidad ni su cuerpo son negociables. Para que ninguno de ellos,

cuando sea adulto, abuse, compre o venda a otros seres humanos.

Agradezco a mi sobrino Santiago, que con su voz risueña y sus ojos como castañuelas me preguntó: «¿Qué el presidente no entiende que alguna vez todos los malos fueron niños?», cuando se indignó por la evidente impunidad de las redes de explotación sexual comercial infantil en México.

Introducción

El epígrafe es un poema de María Elena Walsh que se dio a conocer como canción, «Como la cigarra», con la extraordinaria voz de Mercedes Sosa. Es un himno a quienes, a pesar del dolor, sobreviven y resucitan su capacidad de gozar, vivir y amar. La descubrí en mi adolescencia y desde entonces la llevo conmigo, la canto a solas y con grupos de trabajo, la obsequio a gente que creo que podrá inspirarse con la noción de que todas las personas, de todas las edades, tenemos la fortaleza de convertirnos en sobrevivientes del dolor. También es una oda a la solidaridad que nos recuerda que «a la hora del naufragio / y la de la oscuridad / alguien te rescatará / para ir cantando».

Este libro está dirigido a madres y padres de menores, que se preocupan por hacer todo lo posible para evitar que sus criaturas puedan ser abusadas, y para quienes ya han vivido alguna forma de abuso sexual. Es para ministerios públicos, policías y profesionales que ejercen la abogacía; para quienes en las escuelas detectan violencia sexual en menores y no saben con quién acudir, o cómo reaccionar ante la confesión de una niña o un niño a su cuidado. Es también para cualquier persona —sin importar su edad— que en la infancia fue sometida a alguna forma de abuso sexual, y silenciada de alguna manera, ya sea por amenazas, miedos, manipulación emocional o simplemente porque no supo cómo o en quién confiar. La arroba en el título permite la lectura como a para femenino y o para masculino.

Decidí escribir este manual luego de que, a lo largo de más de dos años, recibiera más de tres mil correos electrónicos de casos similares. Miles de personas confiaron en mí para narrar el sufrimiento de descubrir que su niña o niño fue abusado por su padre biológico, el padrastro, el abuelo, el tío, el vecino, el sacerdote o guía espiritual, el procurador de justicia, o por un desconocido que encontró el momento adecuado para abusar de la pequeña o el pequeño. También me escribieron cientos de hombres y mujeres que al leer *Los demonios del Edén: el poder que protege a la pornografía infantil* revivieron la memoria de un abuso silenciado; el libro les permitió admitir ante su pareja o alguna amistad la experiencia en la infancia y poder decir, por primera vez, tal como me escribió un ingeniero de 52 años: «No fue mi culpa, yo era tan sólo un niño».

Debo advertir que este texto no es para quienes buscan venganza o para quienes creen que el alma y el cuerpo de las personas abusadas sexualmente nunca sanarán. Tampoco es un libro de autoayuda engañosa para matizar realidades profundamente dolorosas y complejas, ni uno de tantos tratados de psicología clínica.

Sí es un esfuerzo para comprender los orígenes culturales y psicoemocionales de la violencia sexual, en el que la opinión de expertas y expertos que trabajan directamente con víctimas nos lleve de la mano para descubrir que el abuso sexual infantil (ASI) tiene un cómo y un por qué, y que justamente por ello puede ser erradicado de nuestra sociedad.

Mientras las campañas de prevención y educación no impactan profundamente a la mayoría de la población, en tanto cambian las leyes, ¿qué hacemos? Mientras nuestro sistema de justicia penal maltrata a las criaturas al interrogarlas y someterlas a interminables pruebas, ¿qué hacemos con el miedo, el dolor y la frustración? ¿Cómo reaccionamos ante un pequeño que fue o está siendo abusado? ¿Debemos denunciar o callar? ¿Existen especialistas que

sepan abordar el tema? ¿Qué es estrés postraumático? ¿La familia será la misma después de semejante descubrimiento? ¿Y si enfrentar una historia así me recuerda mi propio abuso en la infancia? Si la amiguita de mi hija fue abusada, ¿permito que mi hija se entere y sigan siendo amigas?

Revisaremos los pros y los contras de la denuncia penal, las consecuencias en las redes familiares y lo que hay que saber antes de aventurarse en esa tarea titánica de enfrentar al sistema judicial. Finalmente nos preguntaremos: ¿será adecuado promover en mi país la castración química como castigo penal contra los violadores de menores? ¿Pedir cadena perpetua o de plano pena de muerte, como millones de padres y madres sugieren?

Este libro es para personas que creen que ninguna niña, ningún niño, propio o ajeno, merece ser abusado, y que la violencia en todas sus formas no es natural, sino un acto voluntario para dañar y controlar a otra persona. Está escrito en un lenguaje muy accesible: los términos psicológicos, jurídicos o médicos se han simplificado en la medida de lo posible, siempre respetando el contenido científico y la experiencia de especialistas.

Con mi hij@ no es para aquellos que siempre han querido hacer algo para mejorar su comunidad, para proteger a sus hijos e hijas y a quienes no tienen las oportunidades para vivir una infancia feliz, libre de abusos y maltratos. Sabemos que algunas personas tienen mayor repertorio y capacidad de regulación emocional; por eso son capaces de sanar y sobrevivir, mientras otras no lo logran. El hecho de que la regulación emocional pueda fortalecerse con la educación y el desarrollo de herramientas personales de cada niño y niña abre una ventana de esperanza para la sanación.

El libro que tienes en tus manos está escrito de tal forma que su estructura permite leer los capítulos de manera individual. Sin embargo, se recomienda leer de la primera parte el capítulo llamado «Los orígenes del abuso sexual»,

para descubrir por qué nos resulta tan difícil comprender y erradicar esta amenaza.

Dejo en tus manos estas páginas con la esperanza de que te sean útiles y te inviten a ser parte de una campaña poderosa y luminosa para la prevención del abuso sexual infantil. De esta campaña en la cual, ahora mismo al leerlas, participas tú. Un porcentaje de la venta de este libro se destinará a organizaciones civiles que dan atención psicológica a menores víctimas de abuso sexual.

— 1ª parte —
POR QUÉ HAY ABUSO SEXUAL

1. Los orígenes del abuso sexual

El ser humano que pertenece a otro es por naturaleza un esclavo. El que siendo humano pertenece a otro es un artículo de propiedad, un instrumento. El esclavo es un instrumento viviente, así como un instrumento es un esclavo inanimado. Hay por naturaleza diferentes clases de jefes y subordinados. Los libres mandan a los esclavos, los hombres a las mujeres y los adultos a los niños. El arte de la guerra incluye la cacería contra las bestias salvajes y contra los que, habiendo nacido para ser mandados, no se someten; y esta guerra es naturalmente justa.

ARISTÓTELES, *Política*, IV y V, 1253-B y ss

Varios historiadores de la Antigüedad grecorromana refieren que el emperador Tiberio acostumbraba ordenar a sus esclavos que le llevaran niños pequeños, apenas destetados, para jugar sexualmente con ellos durante sus largos baños. La referencia a pensadores y personajes griegos y romanos es habitual cuando buscamos los orígenes culturales de cualquier fenómeno presente en nuestra sociedad. Hasta algunas de las películas que marcaron nuestra infancia tienen como escenario la antigua Roma. Y es que el desarrollo del poder político y del conocimiento alcanzado en la Antigüedad clásica sentó las bases para las grandes ideas y buena parte de las costumbres del mundo occidental de hoy; pero junto con esto también transmitieron a Occidente prácticas que consideraban normales, como la