

Señales de alerta de violencia sexual en adolescentes.



Una persona adolescente puede no mostrar signos evidentes de haber vivido violencia sexual, incluso, puede actuar como si todo estuviera bien, quizá por pensar que es “su culpa” o por vergüenza de que otros se enteren; sin embargo, es frecuente que adolescentes víctimas de violencia sexual presenten las siguientes situaciones (Smart, s/f):

- 1 **Depresión o ansiedad:** los cambios de humor repentinos, la tristeza persistente y la falta de interés en actividades previamente disfrutadas pueden ser respuestas emocionales a un trauma sexual.
- 2 **Comportamientos autodestructivos:** acciones como cortarse o quemarse a uno mismo pueden ser intentos de lidiar con el dolor emocional o físico.
- 3 **Pensamientos o intentos de suicidio:** la violencia sexual puede aumentar el riesgo de suicidio, el cual suele estar asociado con expresiones verbales de desesperanza e intentos de autolesión.
- 4 **Comer compulsivamente o hacer dietas extremas:** los cambios drásticos en los hábitos alimenticios, ya sea por exceso o por restricción, pueden ser intentos por ejercer control sobre el propio cuerpo
- 5 **Higiene personal inadecuada:** el descuido notorio en la limpieza y el cuidado personal puede ser una señal de depresión o un intento de evitar la atención sobre el cuerpo.
- 6 **Consumo problemático de alcohol o sustancias psicoactivas:** puede ser un intento de escapar de recuerdos traumáticos o emociones dolorosas.
- 7 **Conducta altamente sexual:** cambios significativos en la conducta sexual pueden ser una forma de procesar el trauma.
- 8 **Escapes de casa:** pueden ser un intento de alejarse de un ambiente percibido como inseguro o traumático.
- 9 **Miedo a la intimidad o cercanía:** aislarse y rechazar las interacciones con amistades, familiares u otras personas cercanas puede ser una respuesta al trauma y al miedo a vivir violencia nuevamente.



Si identifica una o varias señales, hable con la persona adolescente y busque ayuda médica, psicológica y legal de inmediato.