

MI TERRITORIO Sin Violencia

Año II No. 15 Marzo 2018



LIGA GUATEMALTECA DE
HIGIENE MENTAL

66 años
1952-2018



**“El éxito es la suma
de pequeños esfuerzos
repetidos día a día”**

Contenido

- | | |
|--|---|
| La corrupción también mata | 2 |
| Pornografía infantil | 3 |
| Valoración del Programa
Mi Territorio Sin Violencia | 4 |
| Mascotas y familia | 6 |
| Como tratar con los niños
el divorcio de los padres | 7 |



Lic. Marco Antonio Garavito
Director Liga Guatemalteca
de Higiene Mental

La corrupción también mata

Hoy día Guatemala está atravesando uno de los períodos más complicados de su historia, pero también más productivos en términos de empezar a construir una sociedad donde las personas tengan la posibilidad de una mejor calidad de vida, cuestión que se ha dificultado por varios factores, sobre todo, porque la ciudadanía no alcanza satisfactores mínimos de vida como producto del enraizamiento de la corrupción en el sistema social público.

Si entendemos que la corrupción es el uso de los bienes públicos y el poder que se tiene en las instituciones para beneficio de los funcionarios, hay que reconocer que esta nefasta práctica se ha convertido en un factor que desvía recursos y esfuerzos que deberían estar destinados a mejorar la vida de las personas en general, particularmente, de los niños, niñas y jóvenes de Guatemala. Mientras estos segmentos de población están necesitados de mejores condiciones de educación, salud, seguridad y bienestar en general, es común ver cómo desde no pocos servidores públicos se siguen dando prácticas de corrupción que impiden que se alcancen esos satisfactores.

Esta corrupción que daña a la niñez y juventud se manifiesta de diversas formas. Por un lado y la más evidente, es que se destinen recursos derivados de impuestos para el enriquecimiento de algunos funcionarios o sus allegados. Pero esa corrupción no se expresa solo en esta forma, sino, como se ha mencionado ahora con más insistencia a partir de la captura de decenas de corruptos entre funcionarios del Ejecutivo, diputados/as o



corporaciones municipales; también es una práctica de corrupción aceptar o asignar ciertos cargos de la administración a personas, allegados o familiares que no tienen las capacidades para cumplir con esos cargos. Es corrupción también postularse para un cargo público, sin tener las cualidades para ejercerlo pues los recursos y salarios percibidos, seguramente serán utilizados de forma incorrecta y, desde luego, no llegarán a los ciudadanos.

De manera que ese monstruo de mil cabezas que es la corrupción tiene mil formas de expresarse, en todos los casos afecta o desvía recursos del presupuesto público que si se usaran adecuadamente permitirían una mejor condición de vida de las personas que, al final de cuentas, son las que generan esos recursos con el pago de impuestos. Cobrar sin trabajar, colocar a familiares en cargos sin que tengan experiencia, asignar obras o contrataciones a empresas que los mismos funcionarios o allegados han creado para ese fin, no registrar adecuadamente los gastos que se realizan, carecer de una condición ética como servidores, pensar que el cargo les da un poder ilimitado, etc., son apenas expresiones de esa corrupción que, al final, también mata, limita o impide que el pueblo tenga mejores condiciones de vida. Por ejemplo, los niños que mueren de hambre en Guatemala no los mata el hambre, lo hace la corrupción al no existir recursos para programas de mejoramiento alimenticio o de salud, pues estos van a parar a los bolsillos de muchos funcionarios públicos, allegados o familiares.

Lo que ha pasado desde el 2015 con muchos funcionarios es esta triste verdad. Funcionarios millonarios, en un país con millones que viven en la pobreza, principalmente niñez y juventud.

Pornografía Infantil



Lidia Noëlia Quevedo
Psicóloga

Por pornografía infantil comprendemos que es todo tipo de abuso y explotación sexual de menores de edad; se cataloga como delito y es penado con cárcel en muchos países del mundo, incluyendo Guatemala. Este delito se propaga por medios audiovisuales en DVD, CD, televisión, fotografías impresas o digitales, películas o videos. En la actualidad bandas organizadas prostituyen a menores y el medio más común es el internet, se dedican a tener un "catálogo" de niños o adolescentes donde se encuentran imágenes y videos que son vendidos, también se hacen citas con algún infante con la finalidad de ser prostituidos. El fenómeno de la pornografía infantil implica a adultos que se aprovechan de la vulnerabilidad de los niños o adolescentes para sacar provecho económico.

En los centros educativos de diversas regiones del país se han tenido denuncias, que algún adulto o adolescente oculte un teléfono móvil o cámara en los sanitarios para grabar videos de estudiantes y niños y utilizarlos como pornografía. En cuanto a las bandas organizadas no solo cometen el delito de pornografía infantil, sino también otros tipos de delitos y abusos, ya que los niños son víctimas de trastornos emocionales y muchas veces abusos físicos.

Causas de la pornografía infantil

Al identificar los factores o causas del porqué se cometen este tipo de abusos, se llega a la conclusión que se realizan por carencia de cultura, coherencia y falta de escrúpulos. La mayor causa por la que se pueden cometer este tipo de abusos, es la falta de atención de los padres, aunque en algunas ocasiones son los mismos padres quienes cometen estos abusos.

Otra causa es la ruptura familiar que acarrea el trastorno psicológico de los menores al ser separados de los padres y ser violentado de la inocencia que posee, no se toma en cuenta el

grado de daño que se les puede hacer a estos niños debido a que se exponen a enfermedades con tan corta edad, su salud física y emocional, y frustran su futuro sin darse cuenta.

Recomendaciones

La labor de los padres y educadores de los niños y niñas deber ir encaminada a enseñarles cómo utilizar las nuevas tecnologías de manera lógica y prudente para evitar que los niños salgan vulnerados.

- 1 **Los padres deben hablar sobre sexting con sus hijos:** De qué pasaría si envían una foto íntima a alguien supuestamente de confianza. ¿Se imagina un adolescente si esa foto recorriera toda la escuela o su grupo de deportes? Todos debemos ser conscientes de los riesgos en internet.
- 2 **El teléfono celular no es seguro:** Explicarles a sus hijos que un celular puede sufrir daños, extraviarse o pueden ser víctimas de robo, por lo que el contenido podría verse vulnerado, esas fotografías íntimas podrían llegar a manos de "piratas" y difundirse rápidamente. Lo mejor es que esas fotografías simplemente no existan.
- 3 **Respetarse a sí mismos y respetar a los demás:** El respeto por ellos mismos y por los demás también incluye el cuerpo, y la integridad. Aconsejarles sobre las consecuencias que pueden tener sus acciones.
- 4 **Explicarles que la pornografía infantil es un delito:** El envío de imágenes de menores desnudos o con contenido sexual se considera pornografía infantil, es un delito muy grave. Se recomienda hablar con los hijos de forma natural, de generar confianza para que acudan a los padres si se enfrentan a una situación que los vulnera.



Licda. Maricela Tucubal Apén
Psicóloga Clínica Encargada de
PMTSV Zaragoza

Valoración del Programa Mi Territorio Sin Violencia

Durante la implementación y desarrollo del Programa Mi Territorio Sin Violencia en los municipios de Zaragoza, San Martín Jilotepeque y La Alameda del departamento de Chimaltenango, y Sumpango, del departamento de Sacatepéquez se tiene la presente valoración del trabajo realizado con niños, niñas y adolescentes, maestros, directores, padres y madres de familia de las

escuelas seleccionadas y las creaciones de las redes interinstitucionales de protección a la niñez y adolescencia, así mismo el programa de televisión y radio titulado: "Mejores Días". Este programa es una alternativa de intervención psicosocial para la protección de la niñez, adolescencia y prevención de la violencia en el marco de los derechos de la niñez y adolescencia.

Niñez y adolescencia



Alan Gerardo Mux
Perén

6to primaria, 13 años, EORM
Aldea Rincón Chiquito,
Zaragoza, Chimaltenango

"Fue un programa que me pareció muy bueno porque aprendí a no molestar a los compañeros, no contestar a la maestra, ser solidario con las personas, no ser violento y cuidar nuestro cuerpo".



Nayeli Esmeralda
Rosales Zamora

6to primaria, 13 años, EORM
Dr. Mariano Gálvez,
Zaragoza, Chimaltenango

"Me gustó el tema impartido sobre las adicciones porque conocimos todas las sustancias que dañan nuestro cuerpo y no debemos consumirlas, los compañeros cambiaron mucho, ya no son violentos ni abusivos, ya nos respetamos unos con otros".

Maestros



María
Hermelinda
Gil Cay

Maestra de educación
primaria, EOUM No. 1,
Sumpango, Sacatepéquez

"El programa ha sido de beneficio para nuestra escuela, porque nos han venido a implementar ideas que ayudan a convivir más con los alumnos y conocerlos mejor; a través del diplomado que he recibido ahora ya puedo ayudarlos mejor en los problemas que ellos presenten."



Amparo Solloy

Directora, EORM Aldea
Rancho Alegre, Sumpango,
Sacatepéquez

"Implementar el programa en la escuela, ha sido de gran apoyo personal y colectivo, nadie se había interesado antes en enfocar el trabajo en aspectos emocionales y de prevención de violencia. Nos enfocábamos solo en lo académico de los niños, ahora ya vemos desde otra perspectiva."

Madres de familia



Cristal Menéndez

Escuela El Esfuerzo

"Me parece un buen programa para las nuevas generaciones porque es necesario evitar la violencia, especialmente en la niñez y adolescencia."

Redes de Protección a la Niñez y Adolescencia



**Ana Elizabeth
Cumatzil**

Integrante de Red de
Protección de Niñez
y Adolescencia.
San Martín Jilotepeque,
Chimaltenango

"La red ha beneficiado a la población y a la unificación de esfuerzo en conjunto con diferentes instituciones y, sobre todo, el compromiso adquirido a trabajar sobre las problemáticas de niñez y adolescencia, buscando estrategias para fortalecer acciones que ayuden a mejorar".



**Licda. Corina
Argelia Rodas
Serrano**

Supervisora Educativa.
Integrante de la Red de
Protección a la Niñez y
Adolescencia.
Zaragoza, Chimaltenango

"Somos un grupo de instituciones que trabajamos en beneficio de la niñez y adolescencia; estamos en un tiempo de mucha violencia, escuchamos y vemos niños en la calle que son violentados en su casa o por personas. A través de la red erradicamos, orientamos y sensibilizamos principalmente a los padres de familia, maestros y demás personas para que apoyen los procesos en favor de la niñez y adolescencia."

Medios de comunicación social



**Astrid Zaydeth
Monroy Vásquez**
San Martín
Jilotepeque,
Chimaltenango

Televidente.

Es un programa de televisión de bastante impacto, con charlas creativas, dejando mensajes positivos donde a raíz de ellos las personas van acercándose para pedir apoyo psicológico.



**Licda. Flora
Marcelina
Serech Icó
Sumpango,
Sacatepequez**

El programa radial Mejores Días, es un programa escuchado por muchas personas, el cual proporciona varios beneficios a las familias, porque es un programa que contiene segmentos para mejorar la salud mental, motivar al radioescucha en su diario vivir, brindar ideas y sugerencias para un equilibrio personal, así como fortalecer las buenas relaciones personales. Y por lo

consiguiente vivir consigo mismo una salud mental plena e íntegra.

Vemos la necesidad de que estos programas continúen brindando apoyo a la niñez, adolescencia, a las escuelas, maestros y maestras, padres de familia y a la población en general. Creemos que la prevención es el único recurso para evitar todo tipo de problemática y por ende construir una sociedad más justa y digna para la niñez y adolescencia.



Hedy Rojas
Psicóloga
Liga de Higiene Mental

Mascotas y familia

Quiero, desde mi experiencia, en las siguientes líneas compartir los beneficios de tener en casa una mascota.

Si bien tenerla implica responsabilidades como alimentación, cuidados en salud, recreación y tiempos de compañía, lo cual involucra también un gasto en la economía familiar, no se compara con los beneficios que aporta a nuestra salud física y mental.

Estudios científicos han demostrado que acariciar a un animal nos genera pensamientos y sentimientos positivos, también nos relaja. La convivencia con nuestras mascotas puede brindarnos mayor felicidad general.

Qué emoción tan especial, llegar a casa y que un peludito mueva la cola de alegría al vernos, o que el minino se coloque en nuestro regazo, y ronronee manifestando el placer que le produce vernos.

Es común tener en casa un gato o un perro, a los cuales debemos integrarlos a las familias en una relación saludable y de respeto a la vida animal.

Los estudios también han comprobado que estas mascotas son importantes en el desarrollo social, intelectual y emocional de los niños. Estos pueden aprender otras formas de comunicación, aparte del lenguaje; aprenden a respetar las necesidades de los animales y así mismo a satisfacer esas necesidades y con ello practicar la responsabilidad.

Los abuelos, que por diversas razones se van quedando solos, encuentran en las mascotas una gran compañía, expresando así sus sentimientos y emociones, disminuyendo la soledad y la depresión.

Es bueno que en familia y con nuestras mascotas juguemos, salgamos a pasear, incluso, que hablemos con ellas para despejar la mente, sentirnos bien

y disminuir el estrés. Es posible también que en la convivencia con nuestras mascotas desarrollemos una mejor autoestima, por la aceptación y cariño que les damos y también que recibimos de ellos.

Claro no estamos hablando de un vínculo similar entre los seres humanos, pero al relacionarnos de manera adecuada con nuestra mascota establecemos un vínculo que tiene el poder de hacernos sentir mejor, incluso solo con su presencia.

¿Por qué tener mascotas beneficia la salud mental?

Mejora la presión arterial

- Contribuye a las relaciones sociales y el hábito de la responsabilidad
- Aprendemos a expresar nuestros sentimientos y emociones
- Ayudan a reducir el estrés
- Se disminuyen síntomas de depresión
- Nos motivan a tener más ánimo, a ser más felices

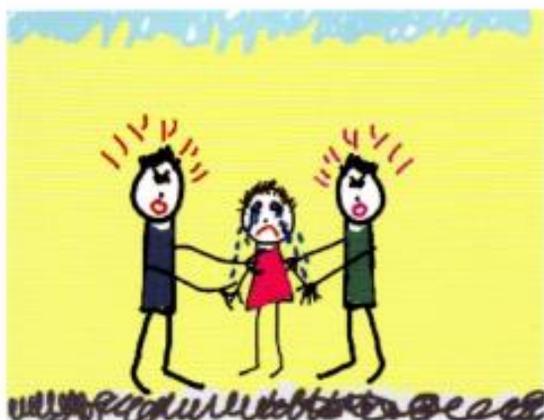


"Es chiquitito, peludito, liso, de orejas como alas de avión, tiene una nariz fría... ah cuánto lo quiero"
Este ser hace muy placentera mi vida.

Como tratar con los niños el divorcio de los padres



Gladys Ardón
Psicóloga, Encargada de PMTSV
Sumpango Sacatepéquez



Cuando se produce una separación matrimonial, por lo general una situación difícil y desagradable para todos los implicados, hay un factor clave a tener en cuenta: los hijos. Por encima de cualquier otro interés debe primar el bienestar de los niños, y es necesario que el padre y la madre pongan de su parte para que dicha separación no suponga un trauma.

Aunque pueda resultar complicado, debido a que en la mayoría de los casos la relación entre los progenitores termina muy deteriorada, es determinante que los hijos asuman y acepten dicha situación de un modo natural y en ningún caso se vean envueltos en una lucha entre sus padres.

Por ello, lo mejor para los niños es tratar todos los temas que les afecten y llegar a un acuerdo para que, en la medida de lo posible, no noten un gran cambio en su rutina emocional y afectiva. Como por norma general la custodia queda en manos de la madre, esta debe ponerse en el lugar del padre y no privarle de disfrutar de sus hijos y así, contribuir a que los niños puedan contar con ambos padres, del mismo modo que antes de la separación.

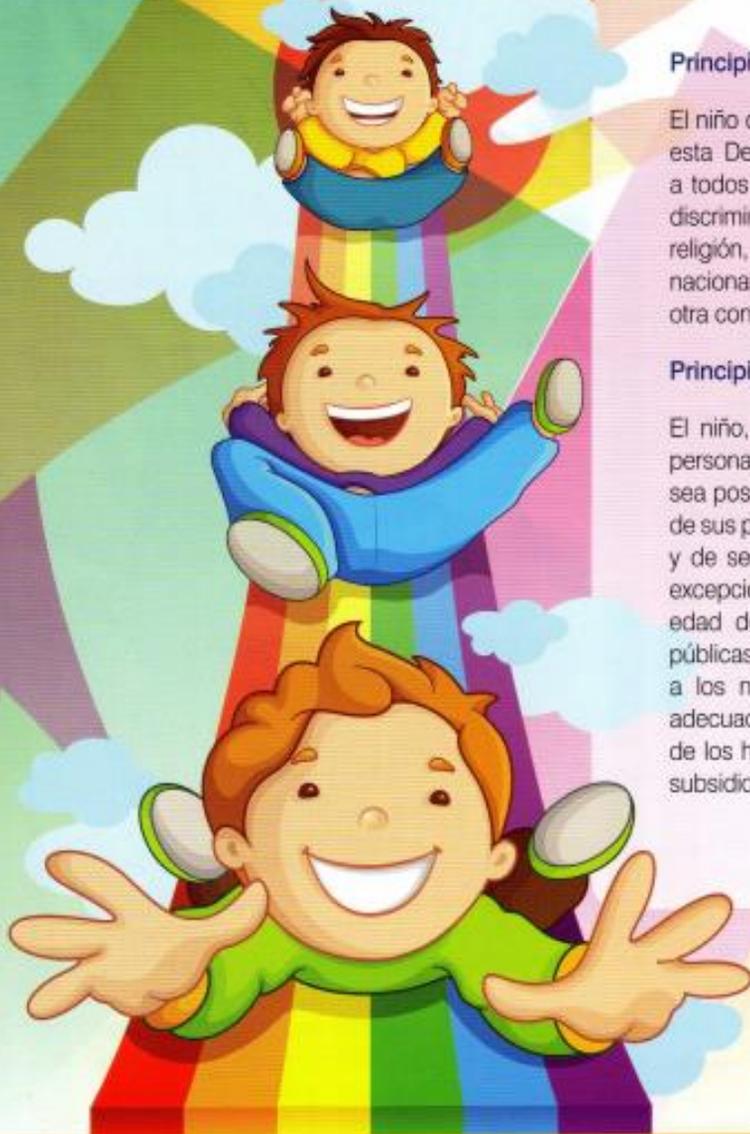
Consejos para padres divorciados o separados

- No discutir ni pelear con el ex cónyuge delante de los hijos. Es el factor más importante relacionado con la manera en que los hijos se adaptan a vivir separados de sus padres.
- Es muy importante una disciplina consistente. Ambos padres deberían utilizar métodos para disciplinar que sean similares y apropiados para la edad del niño. Se debe tener el mismo límite en lo que es "conducta aceptable del niño" en los dos hogares en los que vivirá.
- No usar a los niños como mensajeros en la comunicación de los padres.
- No usar a los niños como espías para saber cosas sobre la vida de su ex cónyuge.
- No hablar negativamente del padre o la madre delante de sus hijos.
- Es mejor para el hijo tener una base consistente y continua de visitas del padre que no vive con ellos.

Aunque separados, la pareja jamás dejarán de ser padres para sus hijos. No se puede olvidar que los niños tienen derechos y necesidades básicas como la alimentación, el alojamiento, el cuidado de su salud, la educación y el vestir. Cumplir con las necesidades básicas de manutención para los niños es fundamental para su desarrollo.



Declaración de los principios de la Convención de los Derechos del Niño (1959)

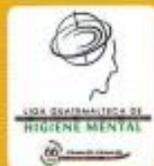


Principio 1

El niño disfrutara de todos los derechos enunciados en esta Declaración. Estos derechos serán reconocidos a todos los niños sin excepción alguna, ni distinción, discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento u otra condición, ya sea del propio niño o de su familia.

Principio 6

El niño, para el pleno y armonioso desarrollo de su personalidad, necesita amor y comprensión. Siempre que sea posible deberá crecer al amparo y responsabilidad de sus padres y, en todo caso, en un ambiente de afecto y de seguridad moral y material; salvo circunstancias excepcionales, no deberá separarse al niño de corta edad de su madre. La sociedad y las autoridades públicas tendrán la obligación de cuidar especialmente a los niños sin familia o que carezcan de medios adecuados de subsistencia. Para el mantenimiento de los hijos de familias numerosas conviene conceder subsidios estatales o de otra índole.



LIGA GUATEMALTECA DE HIGIENE MENTAL: 12 calle "A" 0-27 zona 1, • teléfono: 2232 6269
• fax: 2238 3739 • e-mail: ligahgm@gmail.com • director: Marco Antonio Garavito Fernández • edición: Gladys Ardón y Maricela Tucubal • fotografías: Liga Guatemalteca de Higiene Mental • diagramación: Nancy Sánchez • corrección: Fernando Méndez • 1,000 ejemplares, marzo 2018 • impreso en: Serviprensa, S. A., PBX: 2245-8888

kinder
not
hilfe

