



MI DESARROLLO
LIBRE DE
ABUSO SEXUAL



GOBERNAR
ES HACER



MI DESARROLLO
LIBRE DE
ABUSO SEXUAL



Universidad
Industrial de
Santander



GOBERNAR
ES HACER

MI DESARROLLO LIBRE DE ABUSO SEXUAL



Elaboró

María Fernanda Fonseca

Profesional en Formación de Trabajo Social

Revisión

Jenny Carolina Rodríguez

Coordinadora de los programas de Primera Infancia,
Infancia y Adolescencia

Juliana Suárez Bautista

Trabajadora Social del Programa de Primera Infancia,
Infancia y Adolescencia.

¡Hola amigos y amigas!

Mi nombre es Valeria, tengo 8 años y soy una superheroína.

Mis poderes son distintos a los de otros superhéroes. Mi poder es defender mis derechos como niña y hacer respetar mi cuerpo.



BIENVENIDAS!

¡Hola!

Mi nombre es Emilio, tengo 8 años y al igual que Valeria soy un superhéroe muy valiente, además de poder identificar situaciones de violencia y pedir ayuda. Tú también puedes ser un superhéroe.

Esta cartilla te ayudará a serlo, así que diviértete y acompáñanos a recorrer paso a paso los aprendizajes para prevenir el abuso sexual.

EMILIO



CONOCIENDO A MI SUPERHÉROE O SUPERHEROÍNA INTERIOR



En este espacio dibújate de cuerpo completo con un traje de superhéroe o súperheroína

MIS DATOS PERSONALES

Mi nombre es:

Tengo _____ años

Colegio:

Mi familia está conformada por:

MIS GUSTOS

Comida favorita:

Color favorito:

Pasatiempo favorito:

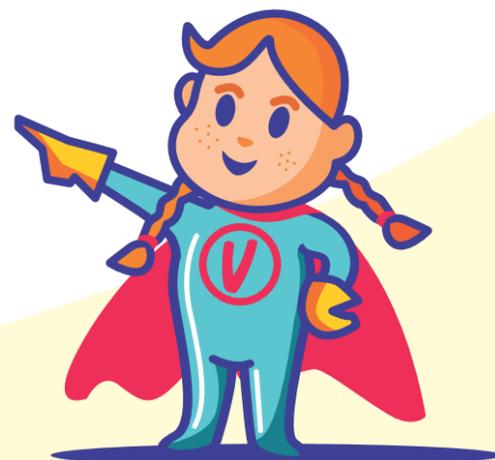
Deporte favorito:

Lugar favorito:

CUANDO SEA MAYOR QUIERO SER:

MIS CUALIDADES

RECONOCIENDO MI CUERPO



ACTIVIDAD 1

Para convertirte en una súperheroína como yo, debes reconocer tu cuerpo.

Para esta actividad, une con una flecha el nombre de cada parte del cuerpo con el lugar donde se ubica en la imagen de la niña.

Cabeza	Cabello
Ojos	Oreja
Nariz	Boca
Pechos o senos	Cuello
Vulva	Espalda
Piernas	Brazos
Pies	Glúteos o nalgas

EL SEMÁFORO CORPORAL

Con este semáforo podemos identificar las partes públicas y privadas de nuestro cuerpo.



ROJO

Son las partes privadas o íntimas del cuerpo que está PROHIBIDO que alguien las vea o toque, porque es una situación peligrosa. Tú tampoco debes verle o tocarle a alguien más, dichas partes.



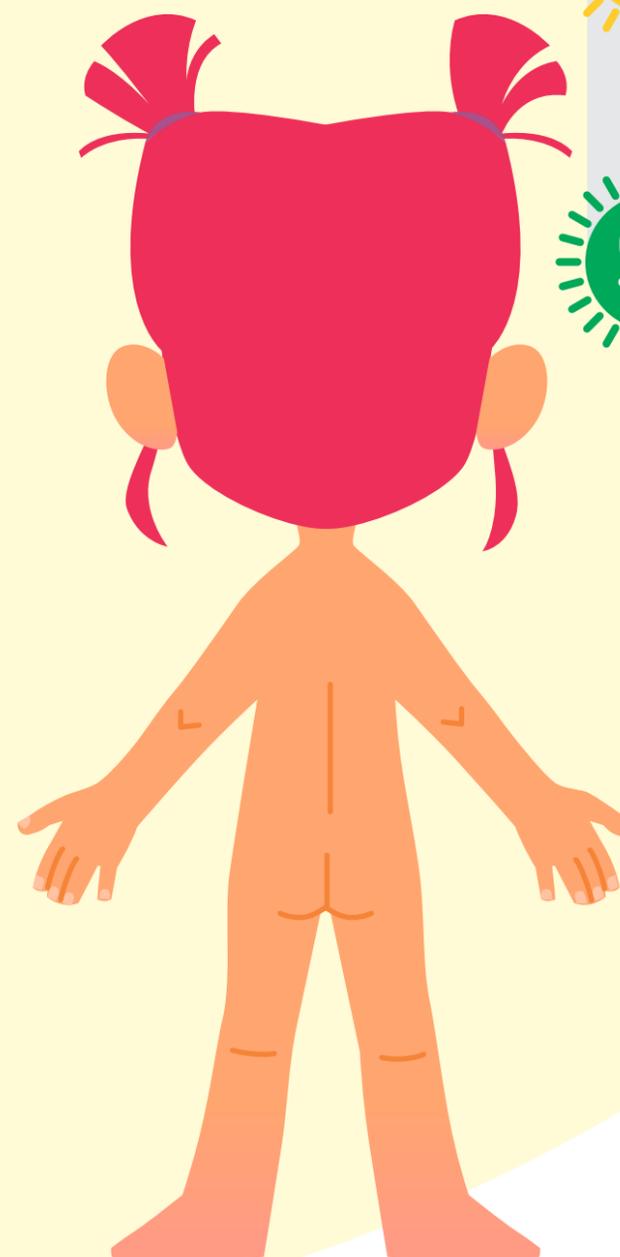
AMARILLO

Son las partes del cuerpo que dependiendo del tipo de ropa que uses pueden ser vistas por otras personas pero no tocadas.



VERDE

Son las partes públicas del cuerpo que utilizas para interactuar con las personas (saludar) y que pueden ser vistas o tocadas por otras personas con mi permiso.



ACTIVIDAD 2

Ahora que ya sabes en qué consiste el semáforo corporal, vas a colorear cada uno de los cuadros en donde están escritas las partes del cuerpo, utilizando el **rojo** para las partes íntimas, el **amarillo** para las partes que se pueden ver pero no tocar y el **verde** para las partes públicas del cuerpo.

RECONOCIENDO MI CUERPO



ACTIVIDAD 3

Para convertirte en superhéroe como yo, debes reconocer tu cuerpo.

Para esta actividad, une con una flecha el nombre de cada parte del cuerpo con el lugar donde se ubica en la imagen del niño.

Cabeza	Cabello
Ojos	Oreja
Nariz	Boca
Pechos	Cuello
Pene	Espalda
Piernas	Brazos
Pies	Glúteos o nalgas

EL SEMÁFORO CORPORAL

Con este semáforo podemos identificar las partes públicas y privadas de nuestro cuerpo.



ROJO

Son las partes privadas o íntimas del cuerpo que está PROHIBIDO que alguien las vea o toque, porque es una situación peligrosa. Tú tampoco debes verle o tocarle a alguien más, dichas partes.



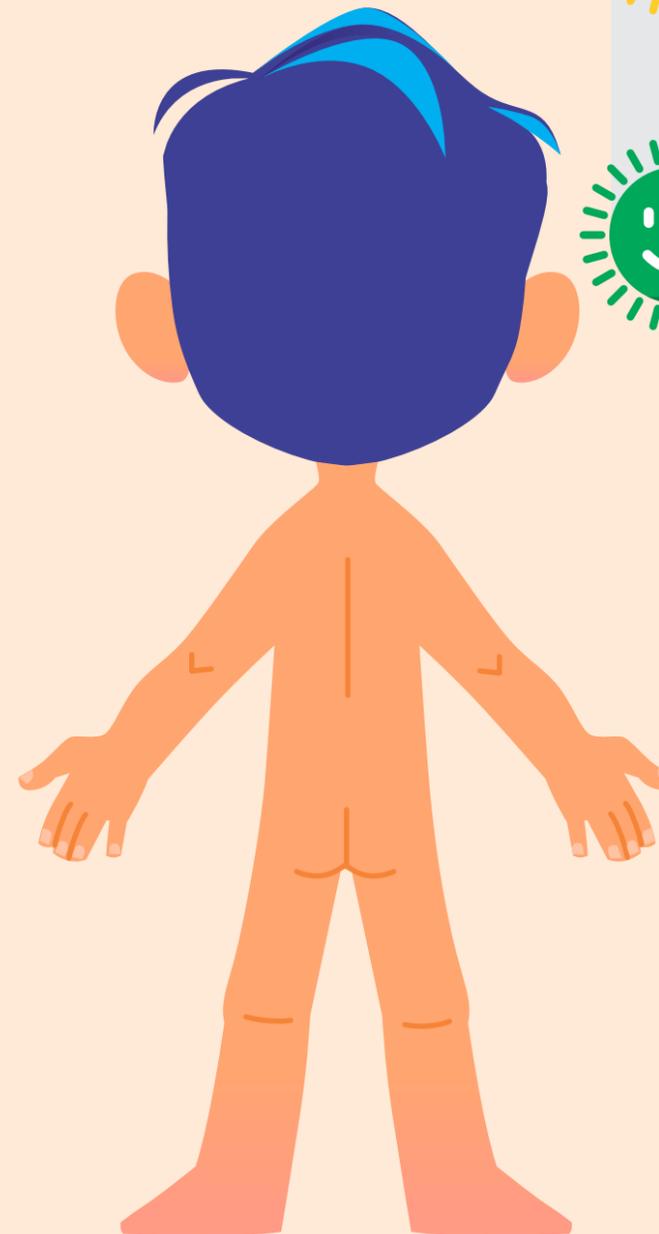
AMARILLO

Son las partes del cuerpo que dependiendo del tipo de ropa que uses pueden ser vistas por otras personas pero no tocadas.



VERDE

Son las partes públicas del cuerpo que utilizas para interactuar con las personas (saludar) y que pueden ser vistas o tocadas por otras personas con mi permiso.



ACTIVIDAD 4

Ahora que ya sabes en qué consiste el semáforo corporal, vas a colorear cada uno de los cuadros en donde están escritas las partes del cuerpo, utilizando el **rojo** para las partes íntimas, el **amarillo** para las partes que se pueden ver pero no tocar y el **verde** para las partes públicas del cuerpo.

RECONOZCO Y RESPETO MI CUERPO

Hola amigos y amigas.
Ahora vamos a iniciar a recorrer los aprendizajes que nos llevarán a convertirnos en superhéroes y superheroínas con poderes para combatir el abuso sexual. ¡Acompáñame!

ACTIVIDAD 5

Lee atentamente y colorea los escudos, del color que prefieras.



Los niños y niñas tenemos partes privadas de nuestro cuerpo que nadie debe tocar, besar o fotografiar (pechos, vulva, pene, glúteos)

Existen partes de nuestro cuerpo que aunque las personas puedan verlas no las pueden acariciar o besar (Cuello, boca, piernas)

Un doctor o una doctora pueden revisar tus partes íntimas en un chequeo médico. Pero siempre debes estar acompañado de un adulto de confianza

Tú puedes bañarte y cambiarte de ropa solo o sola. Nadie te debe observar mientras estés desnudo, a menos que necesites ayuda.

Así como las demás personas deben respetar tu cuerpo tú también debes respetar el cuerpo de ellos y ellas.

Las partes públicas son las que utilizas para saludar o dar afecto. Si algún contacto te hace sentir incómodo, di **NO**.

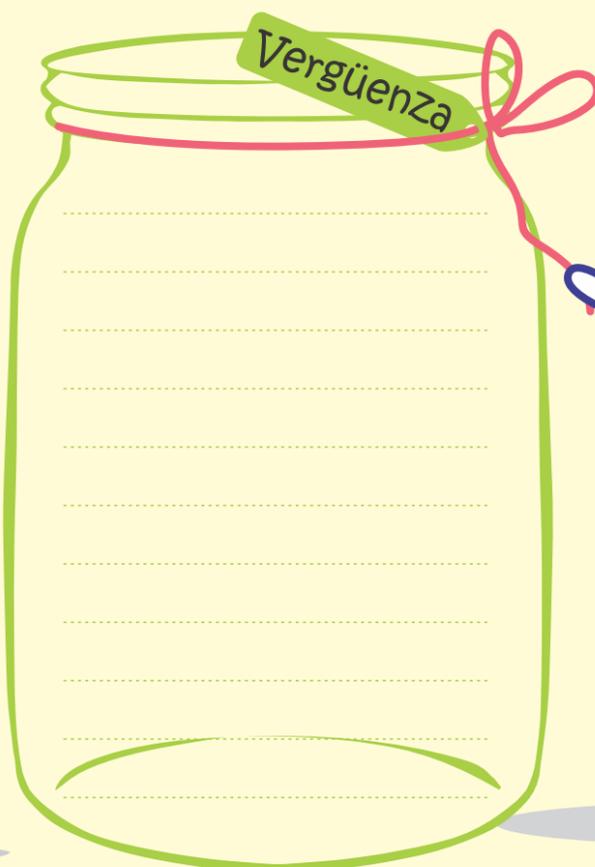
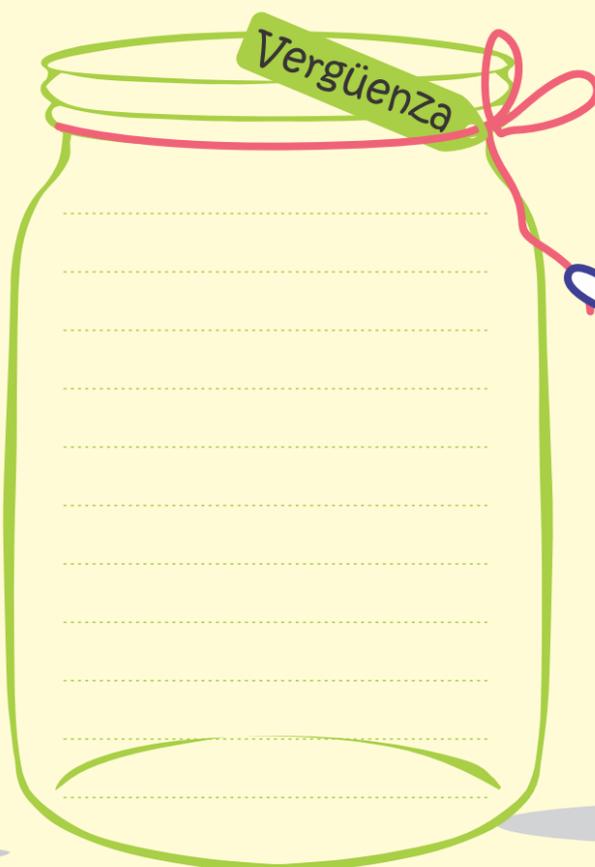
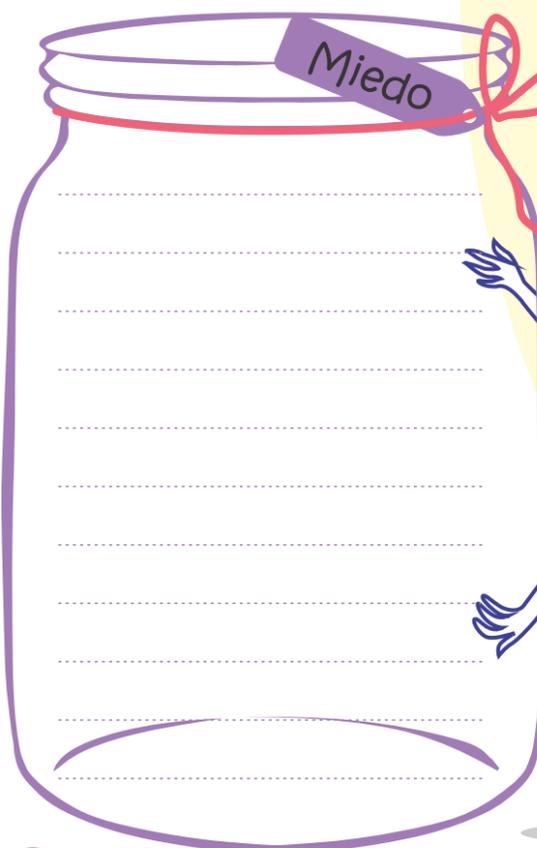
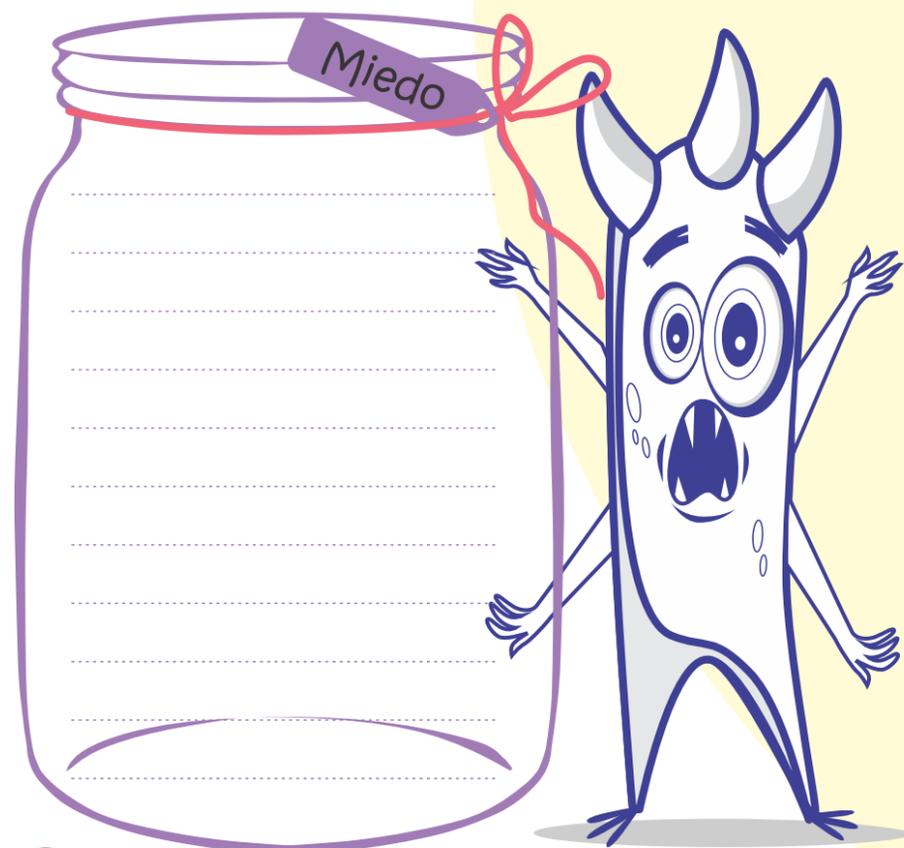
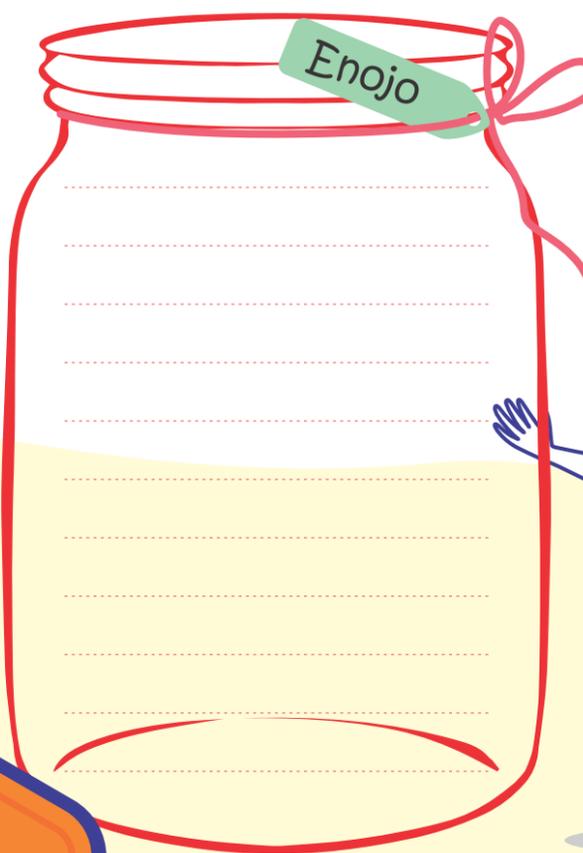
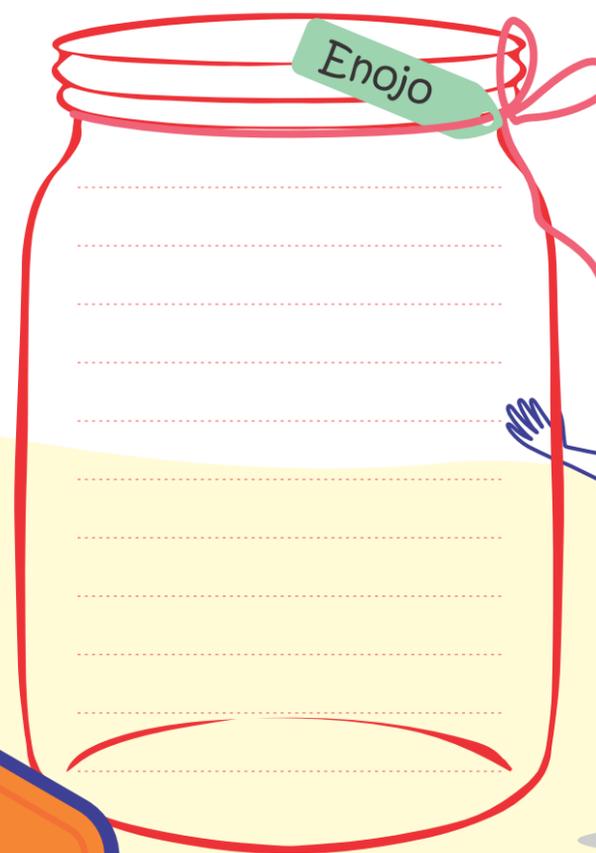
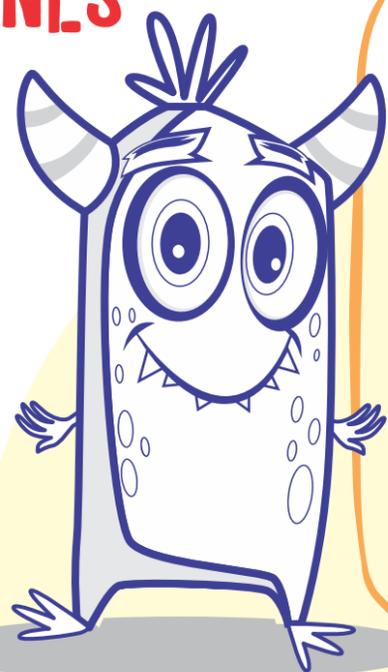
Debes cuidar tu cuerpo: asearte tus dientes, lavar tus manos, comer sano y dormir bien.



CONOZCO MIS EMOCIONES

ACTIVIDAD 6

1. Colorea cada monstruo del color que consideres que representa a cada una de las emociones.
2. Escribe en cada frasco las situaciones o cosas que te generan cada una de las emociones que estos contienen.



TUS EMOCIONES SON MUY IMPORTANTES



Ten en cuenta que:

1

¡Todas tus emociones son válidas!

2

No está mal sentirse triste, asustado o con vergüenza. Por el contrario, el hecho que te sientas así te indica que algo está sucediendo y que estás en riesgo o peligro.

3

Por lo tanto debes ser valiente, expresar eso que sientes y contarle a alguien de confianza para que te proteja.



ACTIVIDAD 7

En el círculo de enfrente de cada imagen vas a dibujar una Carita feliz si la situación que ves te genera felicidad y una Carita triste si los dibujos te generan miedo, rabia, vergüenza o tristeza.



ACTIVIDAD 8

Escribe el nombre de la persona a quien le contarías si algunas situaciones de los dibujos te llegara a suceder.



DIFERENCIA ENTRE CARICIAS BUENAS Y EL ABUSO SEXUAL

ACTIVIDAD 9

Encuentra en la sopa de letras las siguientes palabras relacionadas con el abuso sexual.

- FOTOGRAFÍAS
- BESOS
- PALABRAS
- CARICIAS
- TOCAMIENTOS
- OBSERVAR
- VIDEOS

C A R I C I A S A B C O
 T S Y S W E R E T E B B
 R A U A A I L T G Y B S
 E I I S W R E R T Y U E
 W F O D R T B E S O S R
 Q A P F X Z C A S D E V
 G R O O M I G R L F G A
 F G L G W S D C V A B R
 N O I C A R T E N E P P
 E T Ñ H L M N B C X Z M
 S O T N E I M A C O T Ñ
 D F K J K L V I D E O S

LAS CARICIAS

Existen caricias buenas que nos generan felicidad porque a través de ellas las personas nos expresan su afecto. Pero, también existen caricias malas o acciones que son propias del abuso sexual que te hacen daño, por eso debes aprender a identificarlas y si en algún momento te sucede a ti, debes contarle a la persona en la que más confías.

El abuso sexual ocurre cuando un conocido, familiar o desconocido:

- Te toca o acaricia tus partes íntimas
- Te da besos en la boca o en tus partes íntimas
- Te toma fotos desnudo o desnuda
- Se desnuda en frente tuyo
- Te muestra videos en donde solo aparecen personas desnudas
- Te pide que le toques sus partes íntimas
- Te dice palabras morbosas y se refiere de forma grosera a las partes de tu cuerpo
- Te observan mientras te bañas, te vistes o estas desnudo.

CARICIAS BUENAS:

Darle un abrazo a una persona que quiero y en la que confío.

Que mi mamá me de un beso en la frente para despedirse

Darle un abrazo y un beso en la mejilla a un amigo o una amiga por su cumpleaños







DIFERENCIANDO LOS SECRETOS

LOS SECRETOS

Hay secretos que una persona te pide que guardes por poco tiempo y luego otras personas se enteran. Esos secretos no te hacen sentir miedo, tristeza o incomodidad.



Hay otros secretos que te piden que nunca se lo digas a nadie y que son muy peligrosos, porque la persona que te pide que los guardes quiere hacerte daño sin que nadie se entere.

RECUERDA

No se tienen que guardar los secretos que nos hacen daño y que buscan ocultar algo que hizo otra persona con nuestras partes privadas.



Sé valiente y cuéntale a la persona en quién más confías.

Si cuentas, esa persona que te hizo daño nunca volverá a lastimar a otro niño o niña.



La Valentía de Ramona y Felipe

En un pueblito vivían muy felices una niña llamada Ramona y un niño llamado Felipe. Un día a su casa llegó de visita el tío Juan y ellos lo recibieron con mucha emoción porque les traía muchos regalos.



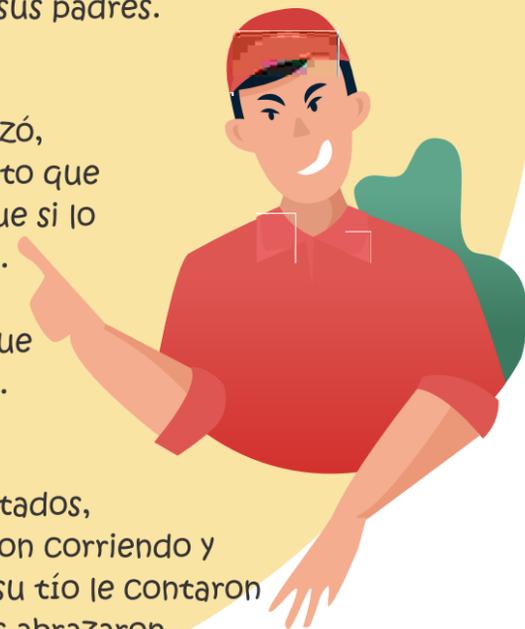
El tío Juan solía ser muy amable con Ramona y con Felipe les gustaba helados y jugaba con ellos. Un día los padres de Ramona y Felipe no estaban en casa, el tío Juan los invitó a jugar a las cosquillas y aprovechó para tocar las partes íntimas de ambos niños.



En ese momento, Ramona recordó que su mamá le había dicho que nadie podía tocar sus partes privadas, y le dijo a su tío que lo que había hecho estaba mal y que iba a contarle a sus padres.

El tío se puso furioso y los amenazó, les dijo que eso iba a ser un secreto que no le podían contar a nadie porque si lo hacían iba a lastimar a sus padres. También les dijo, que así ellos contaran nadie les iba a creer y que los iban a castigar por mentirosos.

El niño y la niña estaban muy asustados, pero fueron muy valientes y salieron corriendo y sin hacer caso a las amenazas de su tío le contaron a su papá y a su mamá, quienes los abrazaron y les dijeron que ellos no tenían la culpa y que iban a denunciar al tío Juan.



ACTIVIDAD 10

IDENTIFICA LOS SECRETOS QUE PUEDES GUARDAR Y AQUELLOS QUE DEBES CONTAR.

Aquellos secretos que consideras deben contarse, los pegas en el espacio del semáforo rojo y aquellos que sí puedes guardar los vas a pegar en el cofre del semáforo verde.



Vamos a visitar de sorpresa a mi hermana, entonces mi papá me pide guardar el secreto.

Un amigo de mi papá me regala una tablet y me dice que no le cuente a nadie.

Jugamos con mis compañeros al amigo secreto y yo no le cuento a nadie quién me salió.

El amigo de mi hermana me dice que le va a comprar un regalo para su cumpleaños y que no le cuente.

Mi mamá me pide que no cuente sobre una fiesta sorpresa de cumpleaños para papá.

Mi tío tocó mis partes privadas y me dijo que era un secreto entre él y yo.

Una persona te enseña sus partes íntimas y te amenaza para que no cuentes.

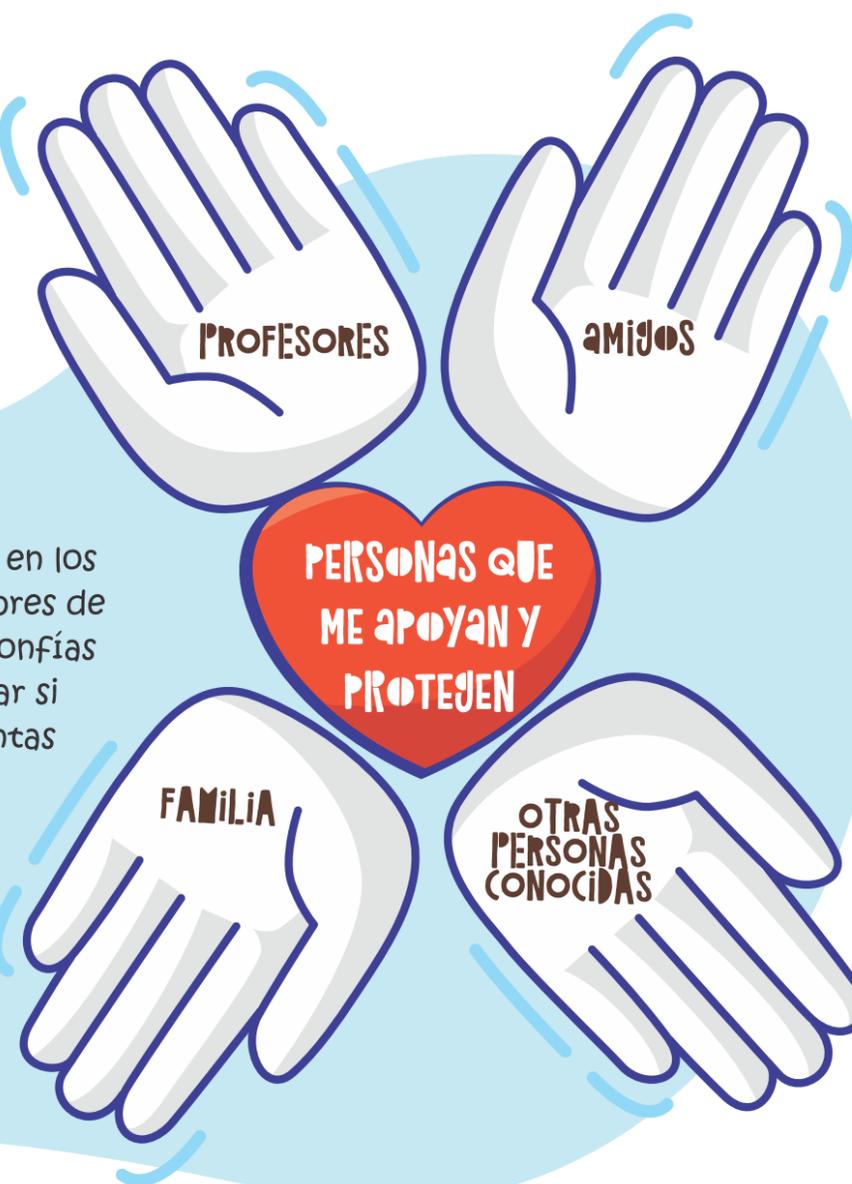
Tu vecina te dice que vayas a su casa pero que no le cuentes a nadie.

Alguien te quiere tomar fotos sin ropa (desnudo/a) y te dice que te da dinero para que no le cuentes a nadie.

IDENTIFICANDO MIS REDES DE APOYO

ACTIVIDAD 11

Colorea las manos y escribe en los dedos de cada una los nombres de las personas en quién más confías y a quienes les puedes contar si en algún momento te enfrentas a una situación de riesgo.



MI RUTA DE PROTECCIÓN

INSTITUCIONES QUE AYUDAN A PROTEGERTE

Así como existen personas de confianza dispuestas a ayudarte en caso de que te enfrentes a una situación de abuso sexual, también existen unas instituciones que velan por tus derechos y seguridad. Éstas son:



123



141

COMISARÍA DE FAMILIA

318 350 6345



¿A QUIÉN PUEDO ACUDIR EN BUSCA DE AYUDA?

ACTIVIDAD 12

¿A quién le pedirías ayuda si se te presenta una situación de abuso sexual, en tu colegio, en tu casa, en el parque o en el barrio?
Señala con un color el camino o la ruta que seguirías para acudir en búsqueda de ayuda y de protección.



Familiar de confianza

Docente

Adulto de confianza

Policía

DIPLOMA

Se confiere a:

El título de superhéroe o superheroína con poderes para prevenir y combatir el abuso sexual en niños, niñas y adolescentes.

GOBERNAR ES HACER

Universidad Industrial de Santander

Alcaldía de Bucaramanga