



7 AÑOS
5

MANUAL DE
PREVENCIÓN
DEL ABUSO
SEXUAL INFANTIL



AGRADECIMIENTO A COLABORADORES

ELABORACIÓN DE CONTENIDOS

Carlota Tello Vaca

Médico y master en sexualidad

Lourdes Alicia Gómez Paz

Psicóloga

Gloria Beltrán Pérez

Pedagoga

REVISIÓN DE CONTENIDOS

Ricardo Cianca Galaz

Director de arte y creativo

Dalia Zúñiga Berumen

Editora

Mauricio Hernandez

Consejero Fundación PAS

ÍNDICE

Presentación Fundación PAS
Programa Lobo
Instrucciones del manual

● **Conociendo a Lobo**

1. **Tema: Mi cuerpo**

- 1.1 Actividad: Diferencias
- 1.2 Actividad: Las partes que forman mi cuerpo
- 1.3 Actividad: Vivimos en familia, vivimos en sociedad, vivimos en comunidades

2. **Tema: Autoconcepto y Autoestima**

- 2.1 Actividad: Conociéndome
- 2.2 Actividad: Entrevista
- 2.3 Actividad: ¿Quién me quiere?

3. **Tema: Mis sensaciones y mis emociones**

- 3.1 Actividad: Sensaciones del tacto
- 3.2 Actividad: El túnel de los apapachos

4. **Tema: Fecundación, embarazo y parto**

- 4.1 Actividad: Explicando el embarazo
- 4.2 Actividad: Recibiendo al bebé

5. **Tema: Autocuidado**

- 5.1 Actividad: ¿Quién me quiere?
- 5.2 Actividad: La historia de Karla
- 5.3 Actividad: El círculo de mis amigos

6. **Tema: Prevención al abuso**

- 6.1 Actividad: Cómo decir cosas positivas a los demás

Aprende a cuidarte
Guía didáctica
Bibliografía





FUNDACIÓN PAS

Fundación PAS surge en el 2010 para ofrecer una solución que impacte en la disminución de la incidencia del abuso sexual, a través del fortalecimiento de las familias, con innovadores modelos de prevención, información, y comunicación, para que todo niño esté protegido, sus padres y tutores estén alertas y sean capaces de identificar, orientar y canalizar cuando se presente un síntoma o una situación de riesgo

y vivan en un ambiente y entorno lo más seguro posible. Y a su vez, los guías espirituales a quienes se acude en busca de ayuda, puedan actuar como promotores de la prevención y canalizar los casos. Con el impulso de empresarios y el conocimiento de especialistas, Fundación PAS aporta nuevas soluciones a todos los sectores de la sociedad, logrando unirlos a través de un enfoque distinto en el manejo del abuso sexual infantil.

NUESTROS PROGRAMAS PREVENTIVOS:

- Programa Lobo
- Programa Faro
- Programa Escáner
- Programa Llama

Están dirigidos a niños, padres de familia, docentes, psicólogos y guías espirituales. Su contenido aborda temas como sexualidad, buen trato, abuso sexual infantil y formas de intervención.

Cada programa cuenta con un manual como herramienta pedagógica para su correcta implementación. Los manuales han sido desarrollados con base en un modelo pedagógico constructivista (método con el que el alumno va formando su propio conocimiento) y de pedagogía social (por la labor preventiva).



PROGRAMA LOBO

El programa LOBO está dirigido a niños entre 3 y 15 años, etapa en la que son más vulnerables al abuso sexual infantil.

Se divide en tres niveles: pre-escolar, primaria y secundaria.

Tiene como objetivo generar en los niños el desarrollo de aptitudes para ser individuos amorosos, seguros y solidarios; y al mismo tiempo, que adquieran la capacidad de defenderse de una manera asertiva, tajante y con astucia ante cualquier situación de riesgo.

La información contenida en este manual, corresponde a la

edad de **7 años o el segundo grado de primaria** y su contenido va de acuerdo a la madurez, capacidades cognitivas y etapa de desarrollo del niño.

Fundación PAS eligió la figura del Lobo como personaje para este programa educativo, basándose en las similitudes de su comportamiento con el del ser humano; como son el cuidado, educación y protección de sus crías, y su fidelidad hacia la manada y su pareja. Se pretende que los niños se identifiquen con el Lobo que es noble, astuto, inteligente y sabe defenderse.



INSTRUCCIONES PARA EL USO DEL MANUAL

Este manual está dirigido a niños de 7 años o segundo de primaria.

Su objetivo es facilitar a educadores, orientadores y familiares, la enseñanza de la sexualidad y el buen trato con énfasis en la prevención del abuso sexual.

Se estima que los niños que crecen

en un ambiente en donde se habla abiertamente de la prevención del maltrato, abuso sexual y derecho de los niños, serán niños y niñas con autoestima, asertividad, que se expresen y pidan ayuda si alguna vez se encuentran en riesgo.

Es necesario que los educadores y los padres de familia completen la información y ayuden a los niños, de acuerdo a su contexto, mediante ejemplos y juegos didácticos, para que este aprendizaje sea significativo.

Es importante motivar a los niños a darse cuenta de todo lo que pueden hacer: jugar, acariciar, interactuar, amar, ser feliz y estar muy orgullosos de quienes son.

Anexo a este manual podrá encontrar una guía del facilitador, en el que detallamos los objetivos de cada actividad y ofrecemos sugerencias del manejo de los temas que se abordan.





HOLA: _____

(Escribe tu nombre)

Yo soy tu amigo Lobo y te invito a esta aventura de conocerte a ti mismo, por medio de juegos y aprendizajes podrás conocer nuevas maneras de cuidarte.

Recuerda que vales mucho y que es muy importante que aprendas a protegerte. Además que identifiques qué adultos pueden ayudarte en caso de tener algún problema, éstos pueden ser tus padres, abuelos, familiares o maestros.

Seguiremos juntos seis temas diferentes con los que podrás aprender acerca de tu cuerpo, tus emociones, cómo es que naciste y cómo evitar ponerte en riesgo.

Con estas actividades podré cuidarte, aconsejarte y ayudarte a buscar apoyo en caso de ser necesario. Para que puedas contar conmigo, en caso de necesitarlo.

¿Listo?

¡¡Comenzamos!!



CONOCIENDO A LOBO

Mi cuerpo y el Lobo



“A TRAVÉS DEL CUERPO SOMOS, ACTUAMOS, PENSAMOS, BRINCAMOS Y JUGAMOS Y TAMBIÉN PODEMOS SABER SI SOMOS NIÑOS O NIÑAS.”

“YO CONOZCO Y CUIDO MI CUERPO ¿POR QUÉ?: SI CUIDO MI CUERPO PUEDO JUGAR, CORRER, DEFENDERME DE LOS DEPREDADORES Y DEFENDER A MIS AMIGOS ”.

“PUEDO CORRER CUANDO SEA NECESARIO O AULLAR PARA PEDIR AYUDA.”

“SÉ QUE CUENTO CON MI MANADA Y QUE CON ELLOS ESTOY SEGURO”

- Y tu... ¿Qué haces para cuidar tu cuerpo y defenderte?
y ¿Quiénes forman parte de tu manada?

INSTRUCCIÓN: Contesta dibujando la pregunta que te hace Lobo
Materiales: Colores.



1.1 TEMA: MI CUERPO

Actividad: Diferencias

“Los niños y las niñas somos diferentes pero igual de valiosos, somos personas, y ambos tenemos derechos”.



IGUALES

DIFERENTES

INSTRUCCIÓN: ¿Puedes describir en los renglones cuáles son las partes iguales en los niños y las niñas, y cuáles son diferentes?



Ahora te pido que dibujes tu silueta y
escribas el nombre de cada parte de tu
cuerpo.

1.2 TEMA: MI CUERPO

Actividad: Las partes que forman mi cuerpo



YO SOY UN LOBO ALFA, MACHO, TENGO EL PELAJE GRIS Y AZUL, OREJAS GRANDES Y ALERTAS. OJOS AZULES, ALEGRES Y UN COLMILLO GRANDOTE PARA PROTEGERME.

Y TÚ... ¿QUIÉN Y CÓMO ERES?

Todas las partes de nuestro cuerpo son muy importantes, están ahí porque tienen una función especial. Escribe ahora 5 partes de tu cuerpo y para qué te sirven:

“MI BOCA ES IMPORTANTE PORQUE ME SIRVE PARA AULLAR CUANDO HAY PELIGRO”.



1.- _____

2.- _____

3.- _____

4.- _____

5.- _____

INSTRUCCIÓN: Contesta lo que te pide Lobo

2.1 TEMA: AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

Actividad: Conociéndome

ES IMPORTANTE CONOCERME, SABER QUIÉN SOY, TODAS LAS COSAS QUE ME CARACTERIZAN, ME HACEN ESPECIAL Y ÚNICO, SOY UN LOBO DIFERENTE A TODOS LOS DEMÁS; ESO SE LLAMA IDENTIDAD, TENGO UN NOMBRE SOLO PARA MÍ. PERO TAMBIÉN HAGO COSAS, PIENSO, CREO, QUIERO, Y MÁS.



ME GUSTA HACER

NO ME GUSTA HACER

MIS MEJORES AMIGOS Y AMIGAS

MI COMIDA FAVORITA

MI DEPORTE FAVORITO

AYUDO EN CASA



INSTRUCCIÓN: En este cuadro escribiré lo que puedo hacer, qué cosas me gusta más hacer, qué cosas no me gustan, quiénes son mis mejores amigos, cuál es mi comida favorita, cuál es mi deporte favorito, en qué ayudo en mi casa.

2.2 TEMA: AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

Actividad: Entrevista

El ser niño o niña; hombre o mujer, no debe limitar lo que queremos o debemos hacer. Tampoco es más valioso ser hombre o ser mujer; ambos somos personas con todos los derechos y oportunidades.



LOS HOMBRES



LAS MUJERES



AMBOS

INSTRUCCIÓN: Seguramente en tu comunidad existen algunas costumbres sobre lo que debe hacer una mujer o lo que debe hacer un hombre; pregunta a dos o tres personas y escribe lo que has investigado.

2.3 TEMA: AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

En la familia recibes los cuidados necesarios: protección, amor, paciencia, aprendizajes así como la responsabilidad y la disciplina, alimentación, cuidado de la salud, dedicación. La familia te prepara para cuando estés fuera de casa y convivas con más personas, también para irte adaptando a la vida social. En tu familia tienes derechos y también obligaciones.



2.3 TEMA: AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

Actividad: ¿Quién me quiere?

“MI MAMÁ ES
MUY ÁGIL,
MI PAPÁ MUY
COMPASIVO”.



Cualidades de cada miembro de tu familia

1. ¿En tu familia hay amor, protección, paciencia, responsabilidad y seguridad?

2. ¿Cómo es tu relación con tu familia?

INSTRUCCIÓN: Dibuja a los miembros de tu familia y escribe una cualidad de cada uno. Después responde a las preguntas que te hace el Lobo.

3.1 TEMA: MIS SENSACIONES Y MIS EMOCIONES

Actividad: Sensaciones del tacto



1. ¿Qué se siente no saber qué hay dentro del contenedor?

2. ¿Pudiste adivinar todos los contenidos de los contenedores?

3. ¿Qué sensaciones te parecieron más agradables y cuáles desagradables?




INSTRUCCIÓN:

Observa las tres cajas e imagínate qué es lo que pueda haber adentro, no se lo digas a nadie. Después mete la mano en cada una de las cajas y siente. Cuando todos hayan pasado abre las cajas y responde las preguntas que te hago.

3.2 TEMA: MIS SENSACIONES Y MIS EMOCIONES

Actividad: El túnel de los apapachos

Describe tus emociones:



INSTRUCCIÓN:

Formen un túnel con dos hileras de niños y niñas tomados de la mano, desde un extremo del mismo, un niño o niña pasará con los ojos cerrados por en medio de las filas, mientras que aquellos que forman el túnel le dirán un halago o un buen deseo.

4.1 TEMA: FECUNDACIÓN Y EMBARAZO

Actividad:
Explicando
el embarazo



INSTRUCCIÓN:

Revisa las imágenes, anexas y ordenalas como creas que van y al final comparte tu historia con los demás.

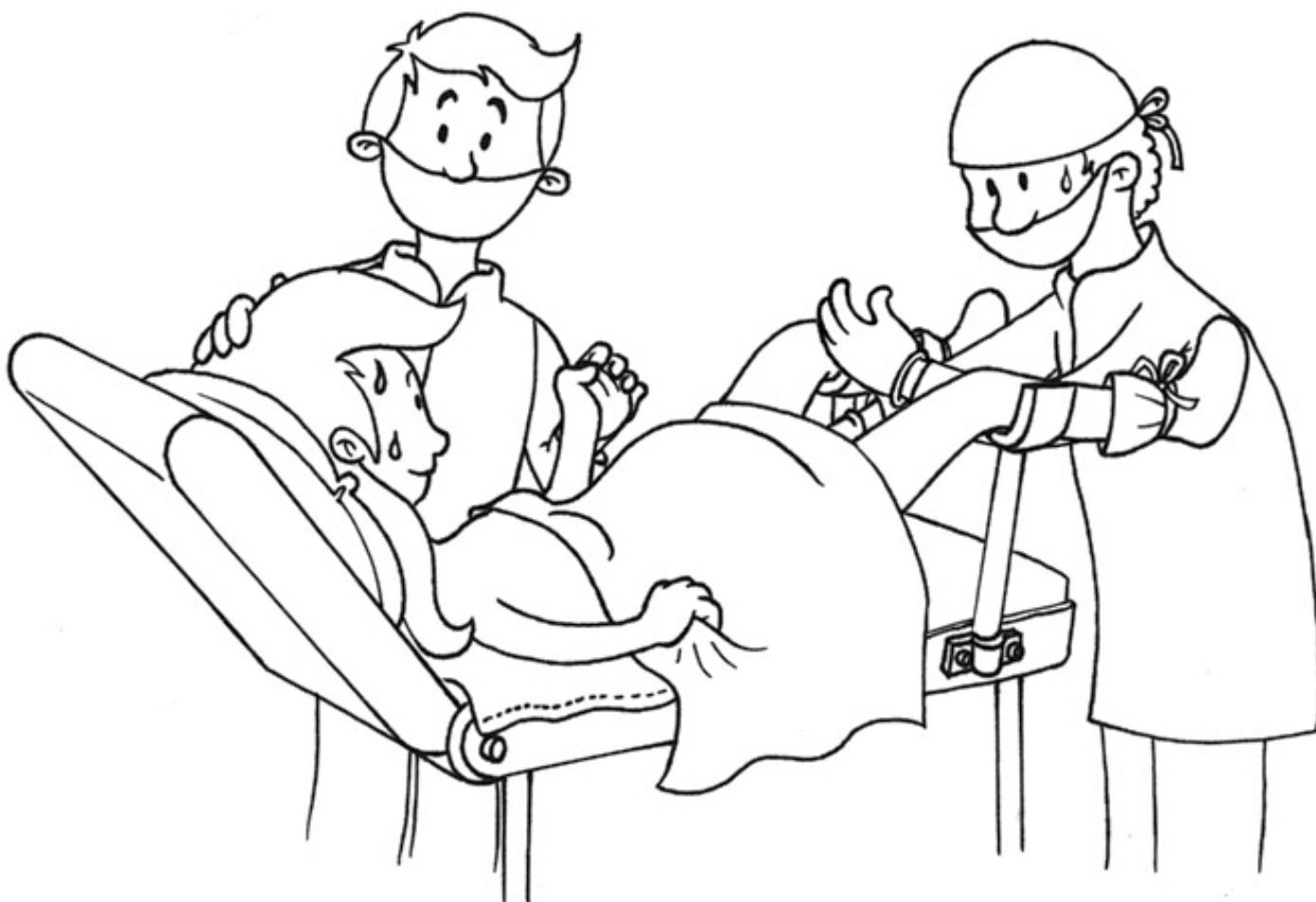
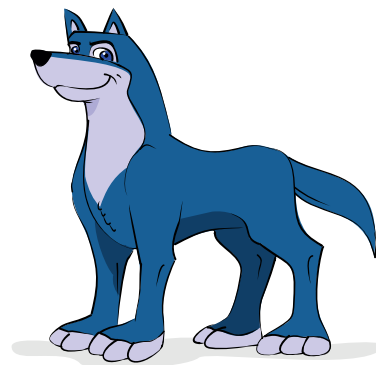
Materiales: Tarjetas.



4.2 TEMA: FECUNDACIÓN Y EMBARAZO

Actividad: Recibiendo al bebé

“ASÍ COMO YO LLEGUÉ AL MUNDO, TODOS
LOS DEMÁS LO HICIERON, TODOS SOMOS
IGUAL DE VALIOSOS: MUJERES, HOMBRES,
ADULTOS, NIÑOS, ANCIANOS, ETC.”



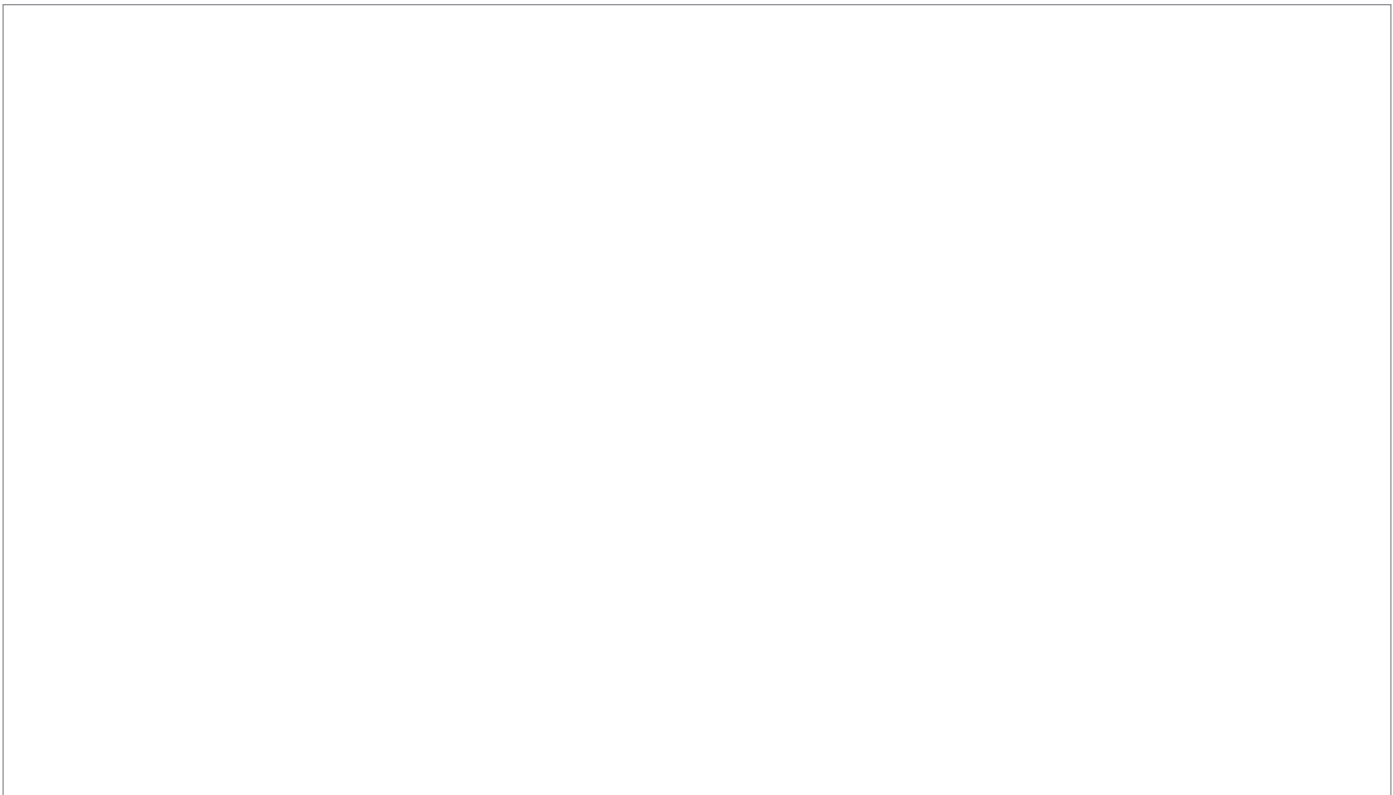
INSTRUCCIÓN: Colorea la imagen de arriba.

Materiales: Colores.

5.1 TEMA: AUTOCUIDADO

Actividad: Identifico a mis seres queridos

“Es importante que los niños puedan afirmar su identidad y, además, sepan diferenciar sus sensaciones y sentimientos que les generan ciertas caricias, tocamientos y abrazos de los adultos”.





INSTRUCCIÓN:

Pega en el manual tu fotografía o tu dibujo, y menciona cuáles personas a tu alrededor te quieren, te protegen, te ayudan, se alegran con tus logros, te acompañan cuando estás enfermo y cuando estás triste.

5.2 TEMA: AUTOCUIDADO

Actividad: La historia de Karla



“MI VERDADERA PROTECCIÓN VENDRÁ DE MÍ, APRENDIENDO A DECIR ¡NO! FIRMEMENTE, Y COMUNICÁNDOLO A MI MANADA ES DECIR A LOS ADULTOS CERCANOS.”

INSTRUCCIÓN: Escucha o lee el cuento de Karla que está en las siguientes páginas y contesta las preguntas que te hace el lobo.

La historia de Karla

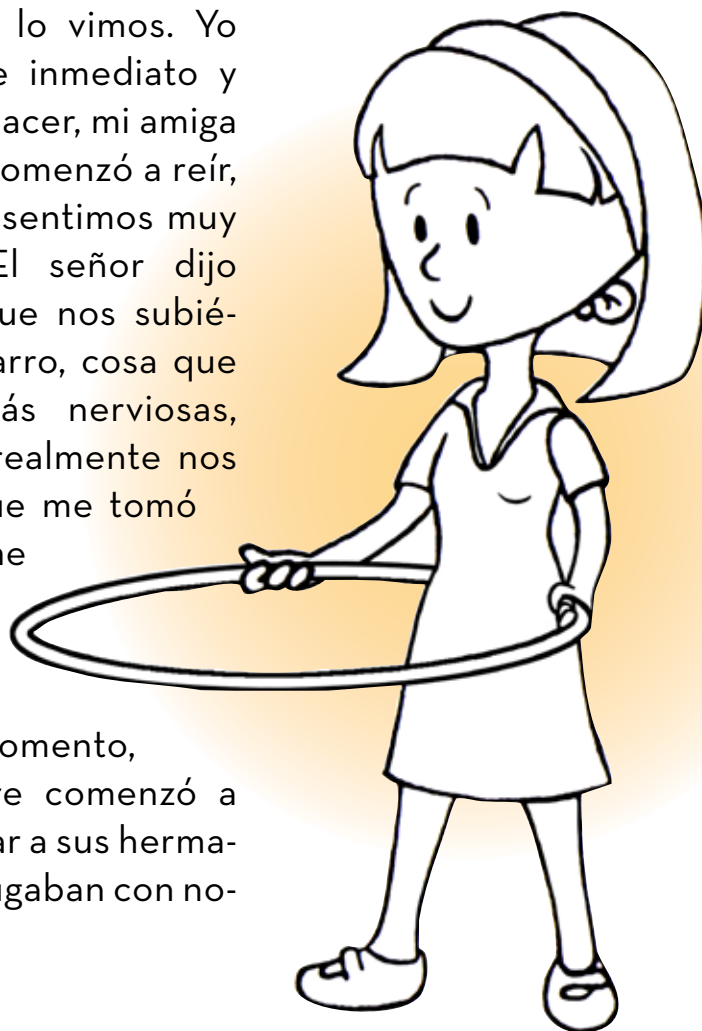
¡Hola! Mi nombre es Karla y tengo 7 años. Voy en primero de primaria, me gusta mucho la hora del recreo y también el agua de limón. Vivo con mi mamá, mi papá, mis hermanas y mi abuelo en nuestra casa.

Todos los días me gusta ir a la escuela, regresar a mi hogar por una rica comida, y después salir con mis amigos de la cuadra.

Un día, estábamos jugando a las escondidas cuando un señor en un carro se acercó a mi amiga Lore y a mí a preguntarnos una dirección, al cual le dijimos cómo llegar, pero nos pidió que nos acercáramos más pues dijo que no nos escuchaba bien. Cuando nos acercamos a

la ventana del conductor, vimos que él no tenía pantalones ni calzones, de hecho se estaba tocando su pene cuando lo vimos. Yo me asusté de inmediato y no supe qué hacer, mi amiga Lore sólo se comenzó a reír, y las dos nos sentimos muy incómodas. El señor dijo que quería que nos subiéramos a su carro, cosa que nos puso más nerviosas, pero lo que realmente nos asustó fue que me tomó del brazo y me quería obligar a entrar a su auto.

En ese momento, mi amiga Lore comenzó a gritar y a llamar a sus hermanos quienes jugaban con no-



sotros pero estaban escondidos, así como a mi abuelo que estaba cerca, dentro de la casa. Repentinamente me acordé de que en la escuela me dijeron que nadie podía obligarme a hacer algo que me incomodara, y que cuando esto sucediera dijera un “¡NO!” fuerte, así que miré a los ojos a este señor y con mi cara más enojada, con todas mis fuerzas, le grité: “¡NO!”, él no me soltaba, por eso comencé a gritarle a mi abuelo, y a hacerlo lo más fuerte que podía. Cuando mi abuelo salió de la casa y los hermanos de Lore de su escondite, él me soltó y se fue muy rápido en su carro.

Mi abuelo se acercó a



nosotras y nos preguntó qué ocurría, dijo: - ¿Por qué están gritando tanto?-, y Lore con cara de asombro, le dijo que habíamos visto un señor sin pantalones y sin calzones que quería que nos subiéramos a su carro, y que lo único que se nos ocurrió fue gritar muy fuerte y decirle que no. Nos preguntó si ese hombre nos había hecho daño, a lo que le respondimos que no, sólo que me sujetó muy fuerte del brazo y me dejó marcados sus dedos. Mi abuelo llamó



de inmediato a los papás de Lore y a los míos, comentándoles lo sucedido, y dijo que habíamos sido unas niñas muy valientes, que deberíamos estar orgullosas pues supimos hacer lo correcto para defendernos. Cuando llegaron mis papás, me abrazaron muy fuerte y me dijeron que estaban muy orgullosos de cómo habíamos actuado.

Los siguientes días me daba un poquito de miedo salir y jugar las escondidas, y a veces tenía pesadillas con ese señor, pero recordé que ahora ya sabía qué hacer para defenderme y, poco a poco, me fui acostumbrando y recobrando la confianza. Cuando entramos a clases, mi mamá le comentó a la maestra lo sucedido, y ella me dio una paleta como premio por haber puesto en práctica lo que nos enseñó en clase, a decir que NO y gritar muy fuerte, cuando me sintiera nerviosa o incómoda. Así que recuerda que nadie te puede obligar a hacer nada que no quieras o te haga sentir incómodo o confundido, recuerda que tú puedes defenderte y que siempre podrás contar con más gente que te apoye y te cuide.

• ¿Qué le pasó a Karla y Lore?

• ¿Qué es lo que estaban sintiendo?

• ¿Por qué crees que sintieron esto?

• ¿Qué crees que les podría pasar si ellas hubieran accedido a subir al carro?

• ¿Tú qué harías en su lugar?

• ¿A quién le puedes platicar en caso de vivir algo parecido?


5.3 TEMA: AUTOCUIDADO

Actividad

El círculo de mis amigos



INSTRUCCIÓN: Pedir a los alumnos que se dibujen en un pliego de papel (de preferencia que la silueta de cada alumno pueda ser calcada en tamaño real, luego deberá agregarle un rostro y escribir su nombre en el pecho, posteriormente deberá mencionar cómo es su silueta, si es como ellos imaginaban o si notan algo diferente



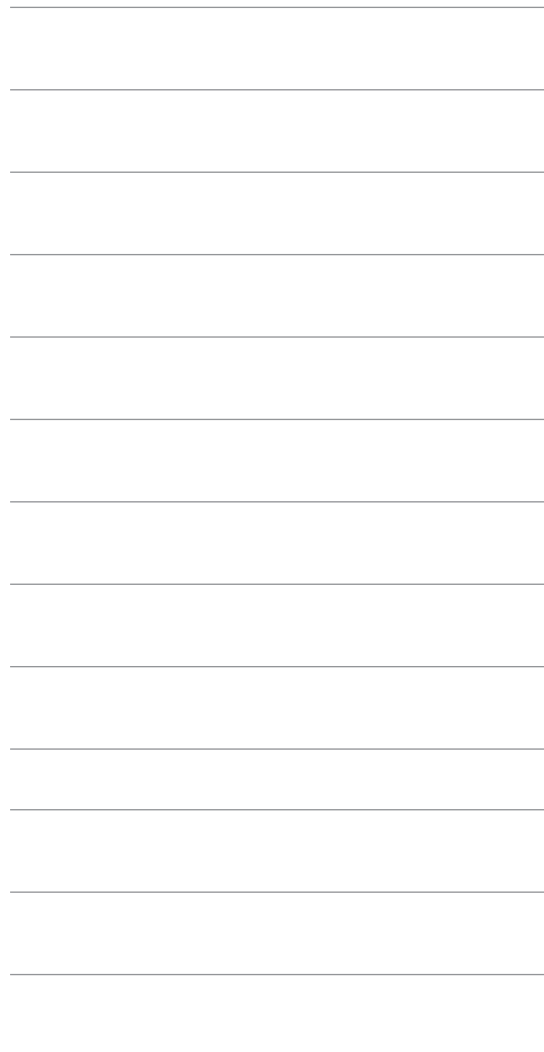

Escribe tus conclusiones de la actividad
El círculo de mis amigos:

6.1 TEMA: PREVENCIÓN DEL ABUSO

Actividad: Cómo decir cosas positivas a los demás

Enseñar la relevancia del buen trato y la amabilidad hacia los otros, ya que es un factor de protección y resiliencia para la convivencia armónica, además de que es un recurso para la afirmación.

Descríbeme con palabras amables:



INSTRUCCIÓN: Recorta la página y sigue las instrucciones que vienen en la guía del facilitador.

APRENDE A CUIDARTE

Lobo te acompaña y te aconseja para que te cuides.



ES NORMAL QUE TENGAS MUCHAS DUDAS ACERCA DE CÓMO FUNCIONAN LAS COSAS Y AUNQUE A VECES PENSEMOS QUE YA LO SABEMOS TODO, PUEDE PASAR QUE ALGÚN EVENTO NOS SORPRENDA Y NO CONOZCAMOS CÓMO ACTUAR.

ES POR ESO QUE NECESITAMOS PREVER LOS POSIBLES RIESGOS A TU SALUD, TU INTEGRIDAD O TU VIDA PARA SABER QUÉ HACER EN CADA MOMENTO.

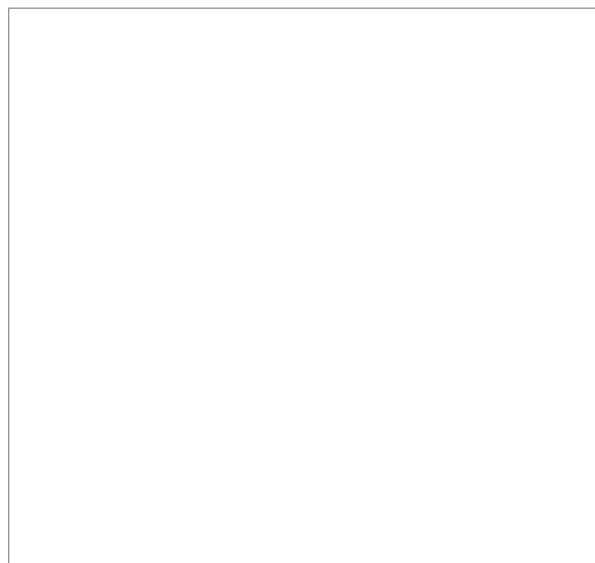


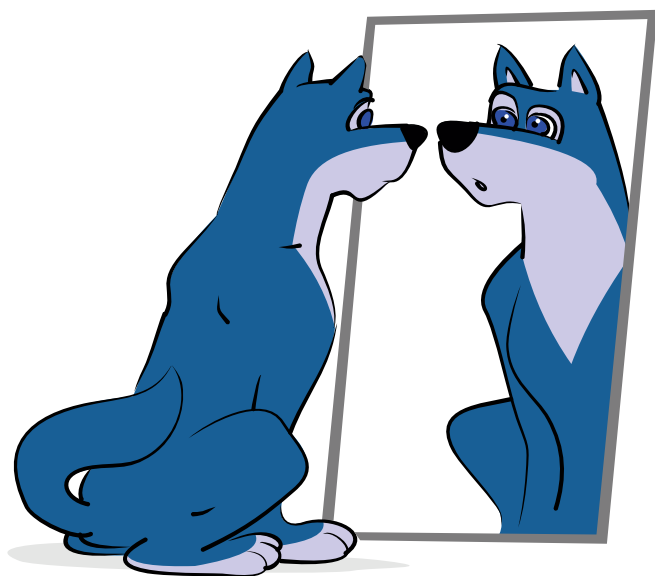
Te enseño cómo puedes cuidarte, te presento una serie de recomendaciones para que las conozcas, las reflexiones y pienses cómo puedes hacerlas parte de tu vida.

- Siempre debes de voltear a ambos lados de la calle antes de cruzarla.
- Cada que salgas con tus papás, primos, amigos y familia a un lugar público, acuerden un punto de reunión en donde puedan verse en caso de perderse.
- Recuerda que todos somos valiosos, nuestras opiniones son importantes, por lo tanto todos merecemos ser escuchados.
- No dejes que nadie te obligue a hacer algo que te haga sentir incómodo(a).
- Nunca des tu información a personas que no conozcas, aún cuando te parezcan agradables.
- No aceptes caricias o abrazos de nadie , que no te agraden.
- No permitas bromas que te hagan sentir mal.
- No aceptes ningún regalo a cambio de acariciar a alguien, o que alguien te lo haga.

Y a ti, ¿qué se te ocurre que puedes hacer para protegerte?

Dibújalas o escríbelas abajo:





NUESTRO CUERPO ES MARAVILLOSO, PARA PODER CUIDARLO NECESITAMOS CONOCERLO, CONOCER NUESTRAS EMOCIONES Y PENSAMIENTOS. AL CONOCERNOS PODREMOS DARNOS CUENTA QUE SOMOS ÚNICOS Y POR CONSECUENCIA VALORAREMOS A NUESTRAS PERSONAS CERCANAS (FAMILIAS, AMIGOS, MAESTROS Y MÁS).

No permitas que nadie diga o haga nada que te haga sentir incómodo (a), eres una persona muy valiosa y mereces estar tranquilo.



RECUERDA QUE CUENTAS CONMIGO (LOBO), PARA A PROTEGERTE DE CUALQUIER ABUSO.

BIBLIOGRAFÍA

- **Arnold, Magna** (1960). *Emotion and personality*, Columbia University Press, Nueva York.
- **Brooks, Robert y Sam Goldstein** (2004). *El poder de la resiliencia*, Paidós, México.
- **Cascón, Paco** (2006). *Seminario de educación para la paz. Educar en y para los derechos humanos*, Los Libros de la Catarata, Madrid.
- (2007). *“Resolución pacífica de conflictos y educación para la paz”*, curso impartido en el ITESO, Guadalajara, Jalisco, México.
- **Cascón, Paco y Carlos Martín Beristain** (1995). *La alternativa del juego I. Juegos y dinámicas de educación para la paz*, Los Libros de la Catarata, Madrid.
- **Ekman, Paul** (1993). *“Facial expression and emotion”*, en *American Psychology*, vol.48, pp. 384-392.
- **Fishbein, M. e Icek Ajzen** (1980). *Understanding attitudes and predicting social behaviour*, Prentice Hall, Londres.
- **Foucault, Michel** (1997). *Historia de la sexualidad*, t.I, Siglo XXI, México.
- **Goleman, Daniel** (2000). *La inteligencia emocional*, Ediciones B, México.
- **González Arratia, Norma Ivonne; J. L. Valdez Medina y M. A. Salazar** (2006). *“Medición de la resiliencia”*, en *La psicología social en México*, vol.XI, t.I.
- **Lazarus, Richard y Bernice Lazarus** (2000). *Pasión y razón: la comprensión de nuestras emociones*, Paidós, Barcelona.
- **López Sánchez, Félix** (1996). *Educación sexual de adolescentes y jóvenes*, Siglo XXI, Madrid.
- **Lugo, Raúl** (2004). *“El empoderamiento y sus significados”*, en *Vitral*, núm.60, año 10, marzo-abril.
- **Maslow, Abraham** (1983). *La personalidad creadora*, Kairós, Barcelona.
- **Pick, Susan et al.** (2001). *Planeando tu vida*. Programa de educación sexual y para la vida dirigido a los adolescentes, Ariel Escolar, México.
- **Poletti, Rosette y Barbara Dobbs** (2001). *La resiliencia. El arte de surgir la vida*, Lumen, México.
- **Reeve, John Marshall** (2003). *Motivación y emoción*, McGraw-Hill, México.
- **Rogers, Carl R.** (2002). *El proceso de convertirse en persona*, Paidós, México.
- **Rubio, Eusebio** (1994). *“Introducción al estudio de la sexualidad humana. Conceptos básicos en sexualidad humana”*, en *Antología de la sexualidad humana*, t.I, Consejo Nacional de Población / Porrúa, México.
- **Salmurri, Ferrán** (2004). *Libertad emocional: estrategias para educar las emociones*, Paidós, Barcelona.
- **Seminario de Educación para la Paz** (1995). *Educar para la paz: una propuesta posible*, Los Libros de la Catarata, Madrid.
- **Shibley, Janet y John D. DeLamater** (2006). *Sexualidad humana*, McGraw-Hill / Interamericana, México.
- **Smith, Manuel J.** (2003). *Cuando digo no, me siento culpable*, Nuevas Ediciones de Bolsillo, México.
- **Tello Vaca, Carlota**, *Coesida Jalisco-ITESO “Me conozco, me quiero, me cuido”*, 2009.



SAN LUIS GONZAGA 5238, COL. JARDINES DE GUADALUPE
ZAPOCAN, JALISCO. C.P. 45030, TEL: (33) 3642 . 2803

www.fundacionpas.org

www.blindatufamilia.org



@FundacionPAS



/fundacion.pas

REGISTRO ANTE EL INSTITUTO MEXICANO DE DERECHOS DE AUTOR