



CUIDATE

- **Dile a tus padres o tutores** dónde vas a ir, como vas a llegar al lugar, con quién vas a ir y cuándo vas a volver.
- **Siempre obtén permiso de tus padres o tutores** antes de subirte en un automóvil o irte con alguien, aunque sea con alguien que conoces.
- **Siempre anda con un “grupo de amigos”.** Mantente en compañía de otras personas cuando salgas o estés jugando afuera.

PREVENCIÓN NACIONAL DEL MALTRATO INFANTIL

LA CAMPAÑA DE LA CINTA AZUL para niños



- **Dí “No”** si alguien trata de tocarte en alguna manera que te haga sentir asustado/a, incómodo/a o confundido/a. Después, cuéntale lo que ocurrió a algún adulto en quién confíes.



CUIDATE

- **Es importante que sepas que no es tu culpa** si alguien trata de tocarte de alguna manera que no sea correcta. No tienes que mantener esa experiencia en secreto.
- **Confía en tus sentimientos y habla** con personas mayores acerca de los problemas que resulten demasiado grandes para afrontarlos por tí mismo.
- **Nunca es demasiado tarde para pedir ayuda.** Puedes seguir pidiéndola hasta que consigas la ayuda que necesitas.
- **Es importante que sepas** como llamar al 9-1-1 en caso de emergencias y qué información debes darle a la operadora.
- **Es importante que sepas** como hacer una llamada local, una llamada de larga distancia, una llamada por cobrar y cómo comunicarte con la operadora.
- **Es importante que sepas** que hacer cuando alguien toca la puerta o cuando suena el teléfono.

CUIDATE

- **Es importante que sepas salir de la casa** rápidamente, en caso de incendio o de otro tipo de emergencia.
- **Si piensas que te están siguiendo,** corre hacia el lugar público más cercano en el que se encuentren otras personas o corre hacia la casa de un vecino para obtener auxilio.

COMPORTATE INTELIGENTEMENTE

- **Sé cuidadoso** con los extraños en el Internet.
- **No respondas y termina tu sesión en el programa,** si alguien emplea palabras obscenas o menciona cosas que te hagan sentir incómodo/a.
- **Nunca** des tu verdadero nombre, dirección o teléfono a nadie por el Internet. Si alguien te pide esta información, tu contraseña o “password”, no respondas. Apaga la computadora y díselo a un adulto de confianza.
- **Nunca** te pongas de acuerdo para encontrarte con alguien con quién has hablado por el Internet.
- **Aprende** sobre las consecuencias de enviar imágenes de contenido sexual explícito entre teléfonos celulares (sexting) o cualquier otro medio electrónico.
- **Nunca** envíes o guarde imágenes o fotos de contenido sexual explícito en teléfonos, computadoras o cualquier otro medio electrónico.
- **Debes** saber que enviar imágenes o fotos de contenido sexual explícito a través de medios electrónicos es una acción ilegal.

LAS REGLAS DE SEGURIDAD

- **No aceptes** caramelos de ningún extraño.
- **No subas** al automóvil de alguien a quien no conozcas.
- **No mantengas** secretos. Tener secretos pudiera impedir que tu o alguien que conozcas reciba la ayuda que necesita o espera de un adulto.
- **Habla con un adulto** en quien confías; pueden ser tus padres, maestros, consejeros o director del colegio.
- Se cauteloso con los extraños en el Internet y nunca aceptes reunirte con ellos.

CONSEJOS DE SEGURIDAD SOBRE ARMAS. SI VES UN ARMA:

- No la toques.
- Aléjate de ella.
- Obtén ayuda de un adulto.

El Melissa Institute Para Prevención y Tratamiento de la Violencia
www.melissainstitute.org



VIOLENCIA FAMILIAR

Consejos para los Niños

Si vives en un hogar donde hay mucha violencia, esta experiencia puede ser muy desagradable y aterradora. La violencia en el hogar es siempre algo malo y nunca es tu culpa.

La violencia en el hogar te puede hacer sentir mal

La violencia en el hogar puede estar dirigida a tu madre o tu padre y tú puedes ser testigo de esta situación. La violencia también podría estar dirigida a ti. Esto se llama maltrato o abuso infantil. Puede hacerte sentir muy triste y desgraciado. Con frecuencia los niños piensan que ellos han hecho algo para causar la violencia en su familia. Esto no es cierto, pero algunas veces tú podrías:

- Culparte por la violencia.
- Sentirte asustado, triste, avergonzado, confundido o infeliz.
- Sentirte enfermo, tener dolor de estómago o dolor de cabeza.
- Dejar de comer, comer demasiado o no tener deseos de comer.
- Dormir mal o tener pesadillas o también orinarte en la cama.
- Encontrar las clases difíciles o perder interés en tus tareas escolares o tus amigos.
- Tener dificultad para hablar – por ejemplo, podrías tartamudear.
- Preocuparte sobre la seguridad de tus padres.

Tipos de violencia

La violencia familiar puede significar muchas cosas diferentes – no es solamente ser golpeado. Hay diferentes clases de violencia que pueden tener lugar en el hogar. La violencia puede estar dirigida a tu madre o tu padre, solamente a los niños, o tanto a los niños como a los padres.

A continuación algunos ejemplos de la violencia que pudiera afectarte:

- **Violencia física** – que seas golpeado, abofeteado, tumbado, empujado, mordido, pateado o quemado. Que alguien lance o rompa cosas en tu hogar. Que veas a tus padres, hermano o hermana lastimado o amenazado de alguna de estas formas.
- **Violencia verbal** – que te griten cosas desagradables y ofensivas, que te insulten, o griten o hablen de una forma atemorizante o amenazante.
- **Violencia sexual** – que alguien te toque tus partes privadas inapropiadamente o te obligue a tocar sus partes privadas. Habla con alguien si existe violencia doméstica y abuse en el hogar para que te puedan ayudar.

Si piensas que estás siendo víctima de maltrato, o ves que tu madre o cualquier persona de tu familia es víctima de maltrato, hay cosas importantes que debes recordar:

- Alguien puede tratar de hacerte sentir avergonzado o culpable de lo que está pasando. Nadie debe culparte de algo que ellos han hecho mal. No es tu culpa y no es un secreto especial.
- No les creas si te dicen que algo malo te va a pasar si lo dices; hay personas que pueden ayudarte.
- Ese es un secreto peligroso y no lo debes guardar; es correcto que se lo digas a alguien y eso ayudará a que tú o tu madre estén seguros.
- Nada es tan horrible que no puedas hablar de eso.
- Hay ayuda disponible.

Cuéntale a alguien de la violencia y maltrato familiar en tu hogar. Tú puedes reportar la violencia familiar en tu hogar y recibir ayuda de muchas formas distintas:

- Busca a alguien a quien puedas hablarle con confianza (quizás un vecino, un maestro, un policía, o la madre de un amigo).
- Háblale a un adulto en quien puedas confiar y que pueda protegerte y ayudarte a terminar con el maltrato en el hogar.
- Tómate tu tiempo y trata de explicarle como tú o tu madre han sido lastimados. Podría ser muy difícil o atemorizante para ti hablar de esto y podría ser difícil encontrar las palabras apropiadas para explicarlo. Explicalo de la forma mejor que puedas.
- Si la persona que te está lastimando a ti o tu madre es alguien de tu familia, podrías sentirte más protegido si hablas con alguien fuera de tu familia – como tu maestro o un policía.

Dónde obtener ayuda

- Emergencia.....911
- Familiar o amigo en quien confías.
- Maestro, consejero escolar o adulto en quien confías.

Cosas que debes recordar

- Tú no tienes nunca la culpa de la violencia familiar.
- Aprende a mantenerte protegido.
- Obtén ayuda hablándole a alguien del problema.

MANTENTE A SALVO DE LA INTIMIDACION

- Si ves que alguien está siendo intimidado o amenazado, no formes parte del grupo.
- Si puedes, trata de ayudar a la persona que está siendo intimidada o amenazada, pero no corras el riesgo de ser lastimado. Si no haces nada, eso significa que piensas que es correcto lastimar, intimidar y amenazar a otros.
- Pídele a un maestro, padre o cualquier otro adulto responsable que venga y ayude.
- Habla con un adulto de confianza y cuéntale el problema si la persona víctima de la intimidación y amenazas no quiere reportarlo por ella misma.

Línea directa para casos de maltrato de la Florida 1-800-962-2873

Agradecemos a los siguientes colaboradores:



Perla Tabares Hantman, District 4
y la Junta Escolar del Condado de Miami-Dade
División de Servicios de Estudiantes/Carreras
Oficina de Académica y Transformación
Martha Z. Harris, Directora Administrativa
305-995-7338



Rosa Maria Plasencia, Presidente
305 279-1155 • www.amigosforkids.org