

### Lección 2 para los grados K, 1 y 2

Adultos fiables, contacto físico sano y adultos fiables *especiales*

#### PRINCIPIO

Los niños deben aprender a respetar su propia salud y seguridad y la seguridad de los demás, al entender la diferencia entre las personas fiables y las peligrosas. De esta forma, trabajamos juntos para prevenir y reducir el riesgo de abuso sexual y las violaciones de los límites.

#### CATECISMO / ESCRITURA

*El respeto de la persona humana considera al prójimo como “otro yo”. Supone el respeto de los derechos fundamentales que se derivan de la dignidad intrínseca de la persona.*  
—Catecismo de la Iglesia Católica, #1944 (1997)

#### OBJETIVOS

Por este medio, el líder de la lección para adultos amplía la base de la Lección 1 y ayuda al niño a aprender a respetarse a sí mismo y a respetar a los demás. Después de la Lección 2, los niños estarán mejor capacitados para:

- Comenzar a reconocer la forma de respetar los propios límites y los límites de los demás.
- Reconocer a los amigos y adultos fiables, los adultos fiables *especiales* y los adultos peligrosos.
- Aprender a responder de una manera apropiada a situaciones peligrosas relacionadas con ellos o con sus amigos.
  - Decir que “¡no!” si alguien comparte imágenes o materiales peligrosos o inapropiados.
  - Alejarse de la situación.
  - Contarle a un adulto lo más pronto posible.
  - También contarle a un adulto si le sucede a un amigo.
- Componente de tecnología: entender que hay reglas similares sobre los límites que también se aplican a las actividades en línea.

#### Antecedentes para los líderes de las lecciones:\*

Los niños de esta edad hacen preguntas relacionadas con las diferencias entre las partes del cuerpo de los niños y de las niñas. Comienzan a diferenciar los aspectos positivos y negativos de la vida diaria y a hacer preguntas cuando los adultos esperan una obediencia ciega. Al mismo tiempo, aprenden a respetar y a cuidar su propio cuerpo en lo referente a higiene, alimentación y actividades físicas. Los proveedores de cuidado necesitan ser abiertos y sinceros y estar dispuestos a responder las preguntas correctamente en un lenguaje que los niños puedan entender. Este es el momento de hablar sobre el contacto físico sano y peligroso para que los niños puedan practicar la seguridad cuando estén lejos de la casa.

Los niños que saben que pueden hacer preguntas a sus padres y adultos fiables tienen más probabilidades de hablar si alguien muestra un comportamiento inapropiado con ellos y se sienten menos atraídos y vulnerables a posibles depredadores.

Como se indicó en la Lección 1, durante esta lección es sumamente importante que el líder se abstenga de decir que el contacto físico que deja una sensación agradable es “seguro, cariñoso o una muestra de que alguien lo ama”. Más bien, un contacto físico sano es el que no se hace con la intención de confundir, asustar o deliberadamente causar daño al niño.

\*Para más información general para los líderes de las lecciones relacionadas con este grupo de edad, sírvase referir a la sección de “Antecedentes para los líderes de las lecciones” en la Lección 1.

### ACTIVIDAD OPCIONAL #1: Proyecte el video introductorio (opcional) para romper el hielo

El video introductorio para los grados K-5 se ha preparado para iniciar una conversación sencilla con los niños sobre los límites personales y la seguridad al tocar. Dura aproximadamente seis minutos y no se ha creado ni se pretende usarlo como sustituto de la lección propiamente dicha. Es sencillamente una introducción para “romper el hielo” y ayudar en la transición hacia la finalización de las actividades opcionales interactivas de las lecciones. Debe emplearse junto con otra actividad opcional, puesto que la conversación y la práctica son elementos críticos necesarios para enseñarles a los niños a protegerse. Ellos aprenden más al “hacer” que cuando solo se limitan a “escuchar”.

### ACTIVIDAD OPCIONAL #2: Repase y discuta las palabras clave del vocabulario

- **Respetar los límites**—debemos respetarnos a nosotros mismos y respetar a los demás. El respeto por nosotros mismos significa que entendemos nuestra dignidad y nuestro valor como personas y que trabajamos para crear o mantener límites para protegernos. Nos enfadamos o nos sentimos incómodos cuando alguien no respeta nuestros propios límites y nos comunicamos con la persona apropiada si necesitamos ayuda. Respetar los límites de otra persona significa que usted la estima y no hará nada que pudiera causarle daño y que usted se comunicará con la persona apropiada para ayudar a quien se vea perjudicado por alguien más. [Deles a los niños algunos ejemplos de respeto por los demás, como no llamar a otras personas con nombres despectivos, no pegarles, seguir las reglas en la escuela y en la casa, dejar de hacer una actividad cuando alguien se lo pide, avisarle a un adulto cuando alguien tiene dolor o ha sufrido una lesión, etc.]
- **Amigos y adultos fieles**—las personas fieles no le causan daño a usted sin una buena razón ni lo confunden intencionalmente. Lo escuchan y continuamente respetan los límites y observan las reglas. [Explique que un niño puede estar rodeados de muchos amigos y adultos fieles. Deles a los niños algunos ejemplos del comportamiento de un adulto que podría causarles dolor, pero que puede ser necesario para la seguridad del niño, como exámenes médicos, vacunas, toma de muestras de la garganta, retiro de astillas de madera, impedir que un niño corra por una carretera, etc.]
- **Adulto fiable especial**—los adultos fieles especiales son un reducido número de personas que pueden ver o tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño, pero solamente para mantenerlo seguro, limpio y sano. Tienen permiso para ayudar con el baño, en los servicios sanitarios, a ponerse la ropa y a cuidarlos cuando estén enfermos. No todos los adultos fieles son adultos fieles especiales y, a veces, estos últimos solo intervienen en ocasiones o por razones específicas. [Deles a los niños algunos ejemplos de adultos fieles especiales que siempre lo son, incluso la madre o el padre de un niño. Además, deles un ejemplo de alguien que es un adulto fiable especial por razones específicas en un momento determinado, como un médico o una enfermera, pero solamente por razones específicas y cuando uno de los padres o un proveedor de cuidado también están presentes.]
- **Amigos y adultos peligrosos**—los amigos y adultos peligrosos exponen a un niño a riesgo de daño emocional, espiritual y físico. Estas son personas que ponen en peligro a un niño para sus propios fines, sin preocuparse por el bienestar del niño. Además, no escuchan constantemente los deseos de los padres ni observan los límites del niño. [Dícales a los niños que podemos determinar cuando alguien es peligroso si no sigue las reglas ni escucha cuáles son nuestros límites.]
- **Contacto físico sano**—el contacto físico que tiene una buena finalidad, no se realiza con la intención de causar daño y debe ser conocido. Ese contacto es seguro y también puede tener por fin mantener sano al niño, aunque no se conozca bien a la persona, siempre y cuando sea apropiado para la relación particular de que se trate, como cuando su mamá lo besa en la frente al acostarse, cuando su compañero de juegos choca con el niño los cinco dedos de la mano, etc. [Absténgase de decir que el contacto físico sano que deja una sensación agradable es “seguro, cariñoso o una muestra de que alguien lo ama”, ya que a veces es seguro y necesario pero también puede doler—aunque duele por una buena razón para mantener seguros a los niños, como poner puntos en una herida, aplicar una inyección en el consultorio médico o hacer una limpieza dental.]
- **Contacto físico peligroso**—un contacto inapropiado, que puede causar daño o miedo o que es contrario a las reglas para el contacto físico. Si no está seguro con respecto al contacto físico, pregúntele a uno de los padres. [Dé ejemplos de contacto físico peligroso, como golpear, dar puñetazos, hacer tropezar, dar puntapiés, escupir, tocar las partes íntimas del cuerpo, etc.]
- **Secreto**—algo que se mantiene oculto, que nunca se ha dicho ni explicado. Los secretos excluyen a otras personas y pueden causar daño y a veces hacer que la persona involucrada se sienta atemorizada o incómoda. [Por ejemplo, dícales a los niños que no hay secretos cuando se trata de la seguridad personal y física. Dícales que está mal que un adulto o que otro niño les pida que guarden un secreto sobre seguridad—especialmente sobre contacto físico peligroso—porque esa es la forma en que la gente sale perjudicada. Si una persona trata de hacer que un niño guarde un secreto o hace que se sienta atemorizado, el niño debe saber que tiene que comunicar esta información inmediatamente a uno de los padres o a un adulto consciente—y tener la seguridad de que estará protegido, independiente de cualquier amenaza o consecuencia aparente por “contar”.]

### ACTIVIDAD OPCIONAL #3: GRITAR EN CORO para identificar el contacto físico sano y peligroso y los adultos fieles especiales

**Antecedentes:** En esta actividad, usted ayudará a los niños a aprender a identificar el contacto físico sano y peligroso. También pasará tiempo ayudándoles a aprender más sobre los adultos fieles especiales.

**Preparación:** Al prepararse para esta actividad, el líder de la lección debe repasar la Guía para la enseñanza de límites y seguridad: Guía sobre un entorno seguro para los adultos, padres y tutores conscientes (*Teaching Boundaries and Safety Guide: Safe Environment Guide for Caring Adults, Parents and Guardians*). Repase los términos “contacto físico sano”, “contacto físico peligroso” y “adulto fiable especial”, así como las reglas sobre los límites físicos.

**Indicaciones:** El líder de la lección reunirá a los niños en un grupo grande. Luego leerá en voz alta una serie de clases de contacto físico sano y peligroso y les pedirá a los niños que escuchen con cuidado para que puedan estar listos a “gritar en coro”, según el tipo de comportamiento mencionado. Los niños tendrán la oportunidad de dar sus propios ejemplos de contacto físico sano y peligroso y luego se hablará de los adultos fieles especiales.

**Discusión:** Pregunte si todos están listos para “gritar en coro”.

Deles las siguientes instrucciones: “Si nombro un contacto físico sano, levanten la mano cerrada y griten “RA, RA” lo más alto que puedan. Por otro lado, si nombro un contacto físico peligroso, pongan la mano con el pulgar hacia abajo y griten “BUU, JIS, BUU”. Luego, deles a los niños la oportunidad de practicar la forma de emitir esos sonidos y hacer esos gestos una o dos veces.

Dé los ejemplos siguientes y permita que los niños vocalicen y gesticulen los sonidos “RA, RA” o “BUU, JIS, BUU”.

- Tu mamá te abraza cuando te despiertas. [“RA, RA”]
- Tu papá te da un beso en la mejilla después de arroparte en la cama. [“RA, RA”]
- Tommy te dice “choca esos cinco” cuando ganas el juego. [“RA, RA”]
- Alguien dice que quiere tocarte las partes íntimas del cuerpo o lo hace sin siquiera preguntarte si puede [“BUU, JIS, BUU”]
- Tu gato ronronea y se te enrolla en la pierna. [“RA, RA”]
- Una persona en la escuela dice que quiere llevarte a un pasillo oscuro para mostrarte algo. [“BUU, JIS, BUU”]
- El desconocido que está detrás de ti en la Iglesia trata de darte la mano durante el saludo de la paz. [“RA, RA”]
- Tu amistoso perro mueve la cola y te lame la cara. [“RA, RA”]
- El niño del vecino de al lado te empuja y te hace caer en la acera. [“BUU, JIS, BUU”]
- Alguien va corriendo por el pasillo en la escuela y un maestro se acerca y le pone la mano en el hombro a la persona para que deje de correr y posiblemente para evitar una caída. [“RA, RA”]
- Alguien a quien has visto antes te pregunta si quieres ver su perrito o su gatico y trata de tomarte de la mano para que entres a su casa o a su auto. [“BUU, JIS, BUU”]

Pídales a los niños que agreguen sus propios ejemplos de contacto físico sano o peligroso.

Dígalos a los niños que pueden expresar lo que le sucede a su cuerpo y que tienen derecho a estar seguros. Recuérdeles que la mayoría de la gente es fiable y la mayor parte del contacto físico es sano.

Hable sobre los adultos fieles y los adultos fieles especiales, y pregúnteles a los niños si tienen algún adulto fiable especial en su vida.

- Los adultos fieles son personas que tienen contacto físico con otras solamente de una forma sana y entre ellos están:

## Lección 2 para los grados K, 1 y 2 Adultos fieles, contacto físico sano y adultos fieles *especiales* (cont.)

- Las personas que no causan dolor sin una buena razón (por ejemplo, si una enfermera aplica una inyección, va a doler, pero la inyección se aplica por una buena razón, que es mantener al niño sano).
- Las personas que no confunden ni atemorizan a los niños a propósito sin una buena razón (por ejemplo, si alguien grita porque hay un incendio en el edificio y ayuda a un niño a escapar, es posible que lo asuste, pero es por una buena razón porque protegió al niño).
- Las personas que respetan los deseos de los niños y las reglas de sus padres (por ejemplo, si el niño dice “¡no me toque! ¡pare con eso!”, deben dejar de hacerlo inmediatamente).
- Los niños pueden tener muchos adultos fieles, pero hay solamente unas pocas y determinadas personas que tienen derecho a tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño. Los adultos fieles *especiales* son las únicas personas que pueden ver o tocar las partes íntimas de un niño y solamente para mantenerlo limpio y sano.
  - Los adultos fieles *especiales* son aquellos que tienen permiso de ayudarlo al niño a tomar un baño, a acompañarlo al baño si necesita ayuda, a ponerle o a cambiarle la ropa o ayudarlo cuando el niño está enfermo.
  - Los padres o tutores le dicen al niño quiénes de los adultos que son parte de la vida del niño son adultos fieles *especiales*—y cuándo tienen permiso de tocar las partes íntimas del cuerpo del niño.
  - Nadie tiene derecho de tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño, excepto estas personas *especiales* y solo pueden hacerlo en determinadas circunstancias para mantenerlo limpio y sano.
  - El niño debe decirles a los padres o a un adulto fiable si alguien trata de tocarlo de una manera que lo haga sentir incómodo.

### ACTIVIDAD OPCIONAL #4: Pasaporte para la seguridad al tocar, Parte 2 (La Parte 1 fue una actividad opcional en la Lección 1)

**Antecedentes:** ¿Recuerda el pasaporte creado por los niños durante la Lección 1? Los estudiantes terminarán sus pasaportes hoy al llenar las páginas interiores sobre las clases de contacto físico sano y los adultos fieles. Así como los adultos llevan un pasaporte cuando viajan a otros países, los niños pueden diseñar y llevar un “pasaporte” como recordatorio de que los mantendrá seguros en los viajes de ida y regreso a la casa, la escuela, la iglesia o cualquier otro lugar. Dentro de esta actividad, las páginas ilustrarán el contacto físico sano y ayudarán a los niños a entender el significado de los términos “adultos fieles” y “adultos fieles *especiales*”.

**Preparación:** Los niños comenzaron esta actividad durante la Lección 1 y la terminarán en la Lección 2. En la Lección 1, crearon y personalizaron sus pasaportes al doblar por la mitad una hoja de papel de construcción o de papel blanco de copia, tamaño carta, previamente impresa para formar un folleto con apariencia de pasaporte con un dibujo de su fotografía con el fin de personalizar la portada del pasaporte al comenzar a trabajar en las páginas interiores. Ahora, en la Lección 2, llenarán las páginas 2 y 3, en las que aprenderán más sobre el significado de los términos “adultos fieles” y “adultos fieles *especiales*”.

**Indicaciones:** Comience con un repaso de la lista de formas de contacto físico sano en las páginas del pasaporte y haga que los niños agreguen otras a la lista.

Pídales a los niños que abran los pasaportes en la página correcta. La parte interior del pasaporte incluye las siguientes páginas:

- Una página para dibujar y colorear un diseño original que ilustre el contacto físico sano.
- Una página para dibujar y colorear un diseño original que ilustre a los adultos fieles y a los adultos fieles *especiales*.
- La contraportada enumera las reglas sobre la seguridad al tocar.

#### ÚTILES

Papel de copia tamaño carta (para imprimir)  
Crayones  
Lápices de colores  
Marcadores  
Impresora

**Nota:** En la Lección 1, el líder recibió instrucciones de recoger todos los pasaportes por prever que los necesitará de nuevo para la Lección 2.

Si algunos alumnos no participaron en la Lección 1, esos niños necesitarán un modelo de pasaporte. Ese modelo se incluye en el conjunto de materiales descargados al final de este paquete.

## Lección 2 para los grados K, 1 y 2 Adultos fiables, contacto físico sano y adultos fiables *especiales* (cont.)

Ayude a los niños a enumerar o a dibujar imágenes de adultos fiables en su vida y de los adultos que los padres o tutores hayan identificado como adultos fiables *especiales*. Recuérdeles que deben mostrar el pasaporte a sus padres o tutores.

- Discusión:** Mientras los niños crean sus pasaportes, el líder de la lección debe aprovechar la oportunidad para recalcar las reglas sobre seguridad al tocar.
- Nadie tiene derecho a tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño, excepto para mantenerlo limpio y sano—y además, solo algunos adultos fiables *especiales* tienen ese derecho—según lo designen los padres del niño.
  - Si alguien trata de tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño o quiere que el niño le toque sus partes íntimas, el niño debe:
    - Decir que “¡no!”
    - Tratar de alejarse de la persona.
    - Contarle lo sucedido a uno de los padres o a un adulto fiable

### ACTIVIDAD OPCIONAL #5: Discusión sobre la seguridad en internet

- Antecedentes:** En esta actividad usted ayuda a los niños a enterarse de que las reglas sobre los límites de seguridad también se aplican a las actividades en línea.
- Preparación:** Al prepararse para esta actividad, el líder de la lección debe repasar la Guía para la enseñanza de límites y seguridad: Guía sobre un entorno seguro para los adultos, padres y tutores conscientes (*Teaching Boundaries and Safety Guide: Safe Environment Guide for Caring Adults, Parents and Guardians*).
- Indicaciones:** Facilite una conversación con los niños en una extensa actividad de grupo con las siguientes preguntas y tareas:
- Discusión:** Reúna a los niños y pídale que nombren algunas actividades que les guste hacer en línea o en internet. (Por ejemplo, juegos, videollamadas con amigos y familiares, proyectos escolares, mirar fotografías de animales bonitos, ver videos, etc.)
- Pregúnteles: ¿Qué clase de reglas familiares tienen cuando están en línea o usan internet?
- Pregúnteles: ¿Quiénes son algunas personas en su vida que son adultos fiables o adultos fiables *especiales*? [Deje que los niños den ejemplos.]
- Pregúnteles qué harían en las siguientes situaciones que tienen que ver con internet:
- ¿Cómo deberías comportarte al usar internet si tus padres no están contigo? Aun así, ¿seguirías las reglas de seguridad? [Sí]
  - Si te has enterado de que alguien es malo con tu amigo al usar internet, ¿se lo cuentas a alguien? [Sí]
  - Si alguien te muestra fotografías de las partes íntimas del cuerpo en internet, en un teléfono o en cualquier aparato tecnológico, ¿deberías contárselo a uno de tus padres o a un adulto fiable? [Sí]
    - ¿Aunque hayas mirado esas fotografías? [Sí]
  - Si tu amigo mira algo inapropiado o contrario a las reglas en internet, ¿significa eso que está bien que tú también lo mires? [No]
  - ¿Está bien decirle que “no” a un adulto si trata de mostrarte algo en un aparato electrónico que te hace sentir incómodo? [Sí]
  - ¿Está bien no contarle a uno de tus padres o a un adulto fiable si alguien hace algo en línea que te asusta o te entristece? [No]
  - ¿Está bien decirle que “no” a alguien si trata de mostrarte algo que te hace sentir incómodo? [Sí]

**Termine la lección con una oración**

*El líder de la lección puede invitar a los niños a crear su propia oración, puede dirigir una oración o puede rezar la oración sugerida a continuación.*

*Amado Señor:*

*Aunque cada uno de nosotros es especial y diferente, hay formas en que somos iguales porque nos creaste a cada uno a tu imagen y, por lo tanto, merecemos respeto. Deseo vivir como Tú me lo has mandado, en paz aun en épocas de confusión e incertidumbre. Ayúdame a recordar que debo respetarme, así como deseo que otros me respeten. Ayúdame a mantener límites sólidos y a ser amable y respetuoso con otros. También dame valor para hablar por mí y por mis amigos si veo que les hacen daño.*

*Amén*

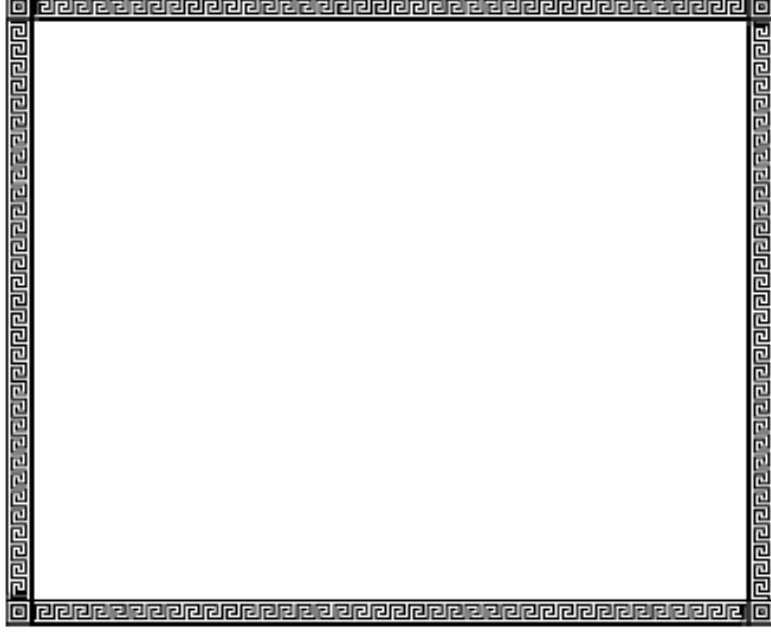
## Límites físicos: Reglas sobre contacto físico sano

Los adultos fiables especiales son las únicas personas que tienen permiso para tocar las partes íntimas de tu cuerpo. Los adultos fiables especiales pueden tocar las partes íntimas de tu cuerpo sólo para mantenerte limpio y saludable.

Si alguien intenta tocar las partes íntimas y privadas de tu cuerpo o quiere que tú toques las partes íntimas y privadas de su cuerpo, tú deberás:

- Decir “¡No!”
- Tratar de alejarse de la situación.
- Contarle lo sucedido a uno de los padres o a un adulto fiable.

## Mi Pasaporte

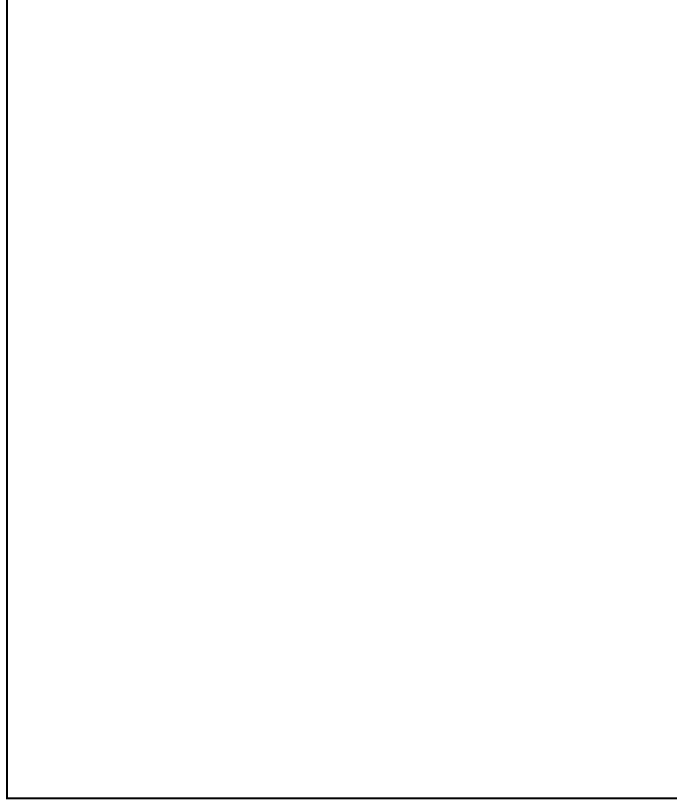


Nombre: \_\_\_\_\_

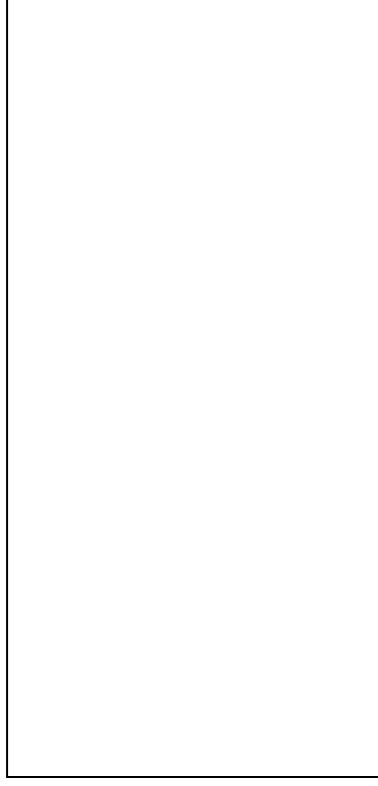
Aquí hay algunos ejemplos de contactos físicos seguros:

1. Un amigo “choca los cinco” contigo cuando ganas un juego.
2. Mamá baila contigo con música divertida.
3. El abuelo te abraza mientras los dos dan vueltas en círculo.
4. Tu perro mueve la cola y lame tu cara.
5. Tú tienes la mano de la abuela bien fuerte cuando te montas con ella en la montaña rusa.

Haz un dibujo de tu contacto físico seguro favorito en este cuadro.



Haz un dibujo de uno de tus adultos seguros en este cuadro.



Haz un dibujo de uno de tus adultos fiables especiales en este cuadro.

