

¡Dale un giro a tu vida y  
a la de tu familia!

El Maltrato a un niño, niña o  
adolescente debe evitarse.



# ¡NO te confundas!

El que muchas personas lo hagan...  
no quiere decir que está bien.

Si eres un adulto, lo siguiente es para ti

SI ERES CHAV@ LO SIGUIENTE ES PARA TI

## Para una mejor vida, MEJORES TRATOS





INSTITUTO NACIONAL  
DE LAS MUJERES  
MÉXICO

Primera edición, 2006.  
2006 Jorge A. Villatoro Velázquez  
Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la  
Fuente Muñiz,  
Dirección de Investigaciones  
Epidemiológicas y Psicosociales  
Calzada México-Xochimilco 101  
Col. San Lorenzo Huipulco  
14370 México, D.F.  
Tel.: (0155) 56 55 28 11 ext. 401  
e-mail: ameth@imp.edu.mx

Reservados todos los derechos  
ISBN: 968-7652-51-9

Impreso en México/Printed in Mexico

Agradecemos todos los comentarios  
relativos a mejorar el presente  
cuadernillo, los cuales pueden enviarse  
al correo mencionado.

Favor de citar este cuadernillo como sigue:  
Amador, N., Alamo, A., Villatoro, J. y Quiroz, N.  
(2006) "Para una mejor vida, mejores tratos".  
Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la  
Fuente Muñiz, México, D. F.

Agradecemos al INPRFM y al INMujeres  
el apoyo financiero para realizar el  
presente cuadernillo.

Diseño gráfico: Carlos Blanco Ordoñez  
Ilustración: Daniel Domínguez Resendiz



Hoy necesitamos sollar nuestras voces, despertar nuestros ojos y abrir nuestros oídos.  
¿Se han dado cuenta que siempre los adultos nos están diciendo qué hacer y cómo hacerlo, porque dicen que no sabemos nada de la vida? Tal vez tenemos poca experiencia, pero con su compromiso y nuestra responsabilidad, podremos juntos/as mejorar nuestra relación. Pero para eso, necesitamos que nos escuchen:

- Nosotros no somos la fuente de sus problemas, queremos ser sus aliados.
- No representamos un gasto, representamos una buena inversión.
- Como jóvenes también tenemos derecho de participar en las decisiones.
- Nuestro cuerpo debe ser respetado.
- Hasta que otros (familia, escuela, gobierno, etc) acepten la responsabilidad que tienen con nosotros/as, cambiara nuestra historia y la de ustedes.
- A veces me gusta fantasear, pero cuando te digo que alguien me está lastimando, no es fantasía y lo sé porque duele.
- Papás: yo nunca provoqué que alguien me haga daño, por favor, si se los digo, confíen en mí.

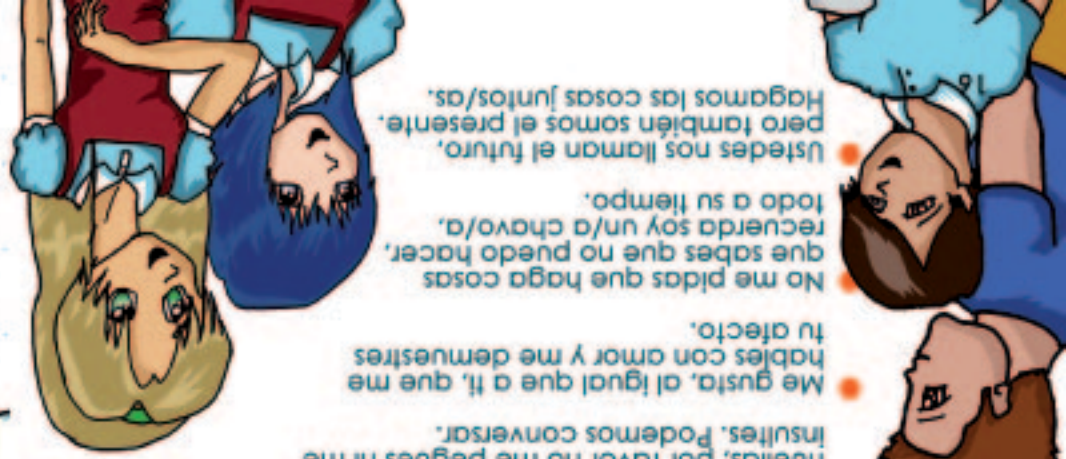
● Te necesito de mi lado para evitar que alguien abuse de mí, física, mental o sexualmente.

● Los golpes dejan marcas y las palabras hechas, por favor no me pegues ni me insultes. Podemos conversar.

● Me gusta, al igual que a ti, que me hables con amor y me demuestres tu afecto.

● No me pidas que haga cosas que sabes que no puedo hacer, recuerda soy un/a chavo/a, todo a su tiempo.

● Ustedes nos llaman el futuro, pero también somos el presente. Hagamos las cosas juntos/as.



¿CREAN QUE ESO ERA TODO?  
AÚN HAY MÁS PARA CONVERSAR!

Sabemos que cuando se convirtieron en adultos una fuerte enfermedad los/as afectó, ustedes no lo sabían, se llama **"Pérdida de Memoria Infantil por Adultez"**, eso sucede cuando ya llevan más tiempo de ser adultos que chicos/as. Investigaciones recientes dicen haber encontrado la cura:

Una quiroterapia a base de recuerdos y ponerse en los zapatos del otro (es decir, en los de sus hijos/as).



"Así como una hipnosis para regresar por las promesas e ilusiones olvidadas."



¡PREPÁRENSE! No comenzaremos hasta recordar LA PROMESA que todos los adultos han olvidado: 17

¡No! ¡No es ficción!

**¡ES REALIDAD!**  
*¡Es realidad!*

¿Sabías que desde hace miles de años existe en todo el mundo algo llamado "maltrato infantil"? tal vez no, por que antes no se hablaba tanto de ello, pero los tiempos han cambiado y cada vez se denuncia más y hay más apoyo, para disminuirlo.

## MALTRATO INFANTIL

Es toda acción o palabra encaminada a hacer daño emocional o físico a un menor de edad, con o sin intención, ya sea en una relación de confianza, responsabilidad o poder.

El Maltrato más frecuente es el físico, seguido de omisión de cuidados y agresión emocional.

Un chav@ puede ser víctima de más de un tipo de maltrato.

Antes que nada es importante que identifiquemos a las personas de confianza, a aquellos que creen en nosotros y en quienes nos podemos apoyar en situaciones difíciles, como amigos y personas adultas. (familiares, maestr@s, etc...).

Escribe ahora en las siguientes líneas los cinco nombres de aquellas personas que te quieren y en quien más confías

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

Recuerda:

Es muy importante **NO QUEDARSE CALLADO**, estas cinco personas que acabas de escribir son clave, a ell@s debes acudir cuando algo bueno o malo te pase.

¿TE ACUERDAS?

-Cuando yo sea grande y tenga hijos/as no voy a cometer los mismos errores que mis papás...

Pero... ¿Qué ha pasado con esa promesa?

¡Ya sé! Pretextos...

Los tiempos han cambiado, hoy hay más presiones, pobreza e inseguridad, que antes.

Pero el maltrato a los/as jóvenes siempre ha existido.

Los casos de menores golpeados/as, abandonados/as o abusados/as sexualmente siempre han existido.

Solamente que hoy hay más información y apertura y por tanto más denuncias.

No es tiempo de culpar a nadie, es tiempo de comenzar a hacer cosas por ti y por tus hijos/as.



**NO IMPORTA CÓMO LO VEAS:  
EL MATRATO A UN MENOR SIEMPRE ESTARÁ MAL**

Es necesario que un especialista continúe el tratamiento, así que los dejamos con la Dra. Curación y el Dr. Remedio:

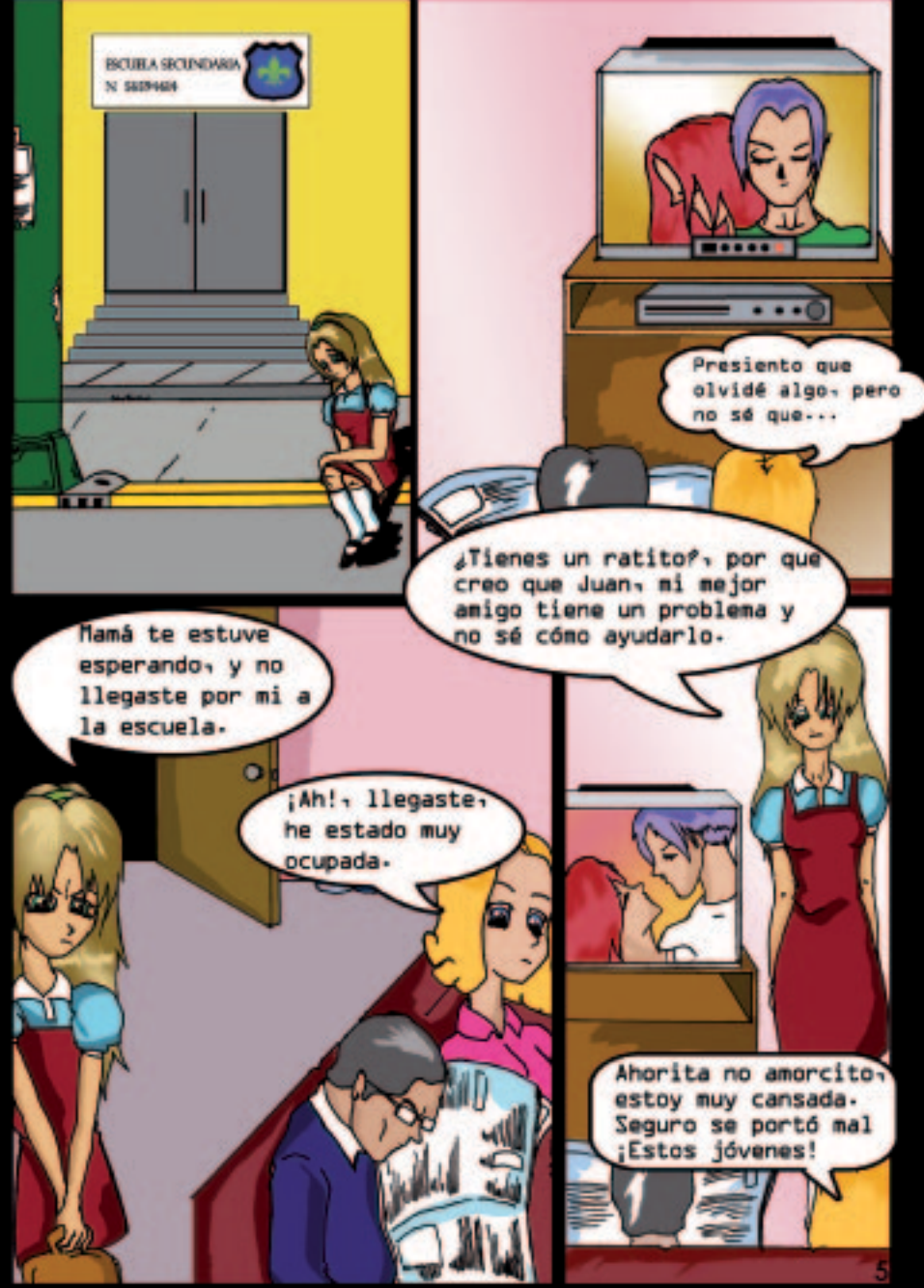
"Nosotros los/as  
acompañaremos en  
este camino de  
transformación.  
A partir de ahora  
nosotros seremos esa  
voz en su cabeza,  
estén atentos  
o ella."



Comencemos con algunas estrategias para mejorar la relación entre ustedes y sus hijos/as:  
**Lo primero:** Reconocer si hemos caído en dar algún tipo de maltrato a nuestros/as hijos/as.

Queríamos presentarle a cuatro adolescentes, que necesitan que les ayudes a encontrar la salida para que no sigan siendo maltratados/as, para ello debes conocer primero su historia, ve a la página 5 y cuando termines de leer la historia de Estrella en la página 11, regreso aquí.

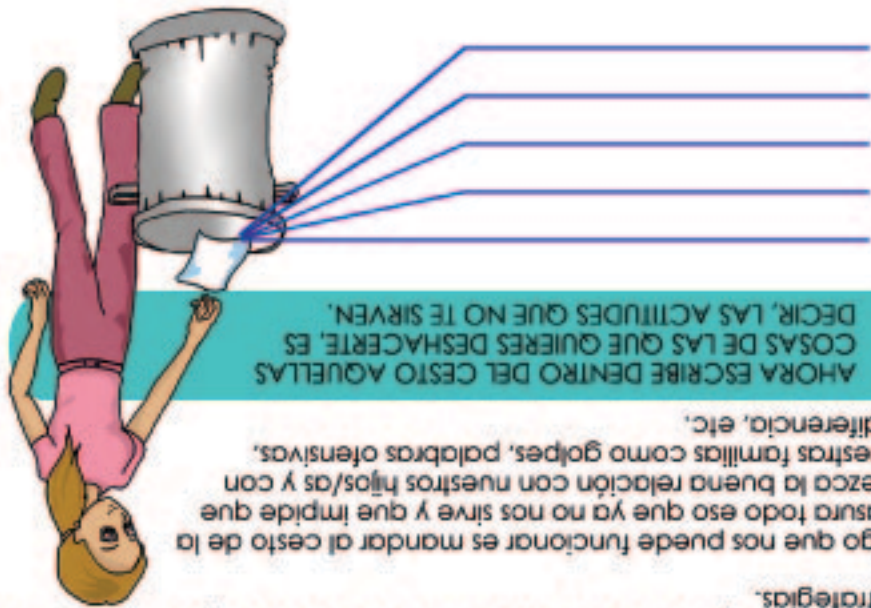
**ESTA PODRÍA SER TU HISTORIA O LA DE ALGUIEN MÁS,  
PERO ESTA TARDE UNA CHAVA LLAMADA AMANDA ES  
LA PROTAGONISTA ...**





Amanda está triste por que sus papás casi nunca le hacen caso y no sabe hacer, pero ella espera que algún día cambien y le hagan caso, la cuiden, la apoyen y la entiendan.

¿QUIEREN SABER EL OTRO FINAL?, EN EL QUE AMANDA RECIBE UNA NOTICIA INESPERADA... VE A LA PÁGINA 12



AHORA ESCRIBE DENTRO DEL CESTO AQUELLAS COSAS DE LAS QUE QUIERES DESHACERTE, ES DECIR, LAS ACTITUDES QUE NO TE SIRVEN.

Algo que nos puede funcionar es mandar al cesto de la basura todo eso que ya no nos sirve y que impide que crezca la buena relación con nuestros hijos/as y con nuestras familias como golpes, palabras ofensivas, indiferencia, etc.

Si uno vivió reprimido/a con golpes y agresiones, es muy probable que repliquemos estas conductas en nuestros hogares, eso no quiere decir que no podamos cambiar. Es el momento de aprender nuevas estrategias.

¡EXCELENTE!, ahora te toca a ti observar la manera en que actúas o respondes a aquellas conductas que te pueden llegar a desesperar, como que te retien a cada instante, sean groseros/as, o no cumplan con deberes, etc.

Por negligencia



Psicológico Sexual

YA ESTÁS DE VUELTA, ¡CREÁTELA! AHORA CON UN LAPIZ AYÚDATE A AMANDA, RICARDO, ESTRELA Y PEDRO A SALIR DEL TIPO DE MALTRATO QUE ESTÁN RECIENDO. ¿Crees que puedes identificarlos?

1. Cuando tus hijos/as hacen bien lo que les pides, regularmente tú:
- a. Les dices algún halago (-qué bien lo hiciste, gracias por ayudarme)
  - b. No haces nada
  - c. Sólo a veces los halagas

Las siguientes preguntas nos ayudarán a entender un poco el estilo de crianza que tenemos al educar a nuestros hijos/as, marca sólo una respuesta para cada pregunta, es decir la que mejor describa tu situación:

## ESTILOS DE CRIANZA O PARENTALIDAD

Continuemos...

Al final del cuadernillo encontrarás información de algunas instituciones como el DIF, entre otras, a los que puedes llamar junto con tu familia para que te ayuden.

**¡IMPORTANTE!** Si ya detectaste que en tu familia existe maltrato físico, psicológico por negligencia o descuido o abuso sexual, necesitas buscar ayuda profesional. Olvidate de la pena o del qué dirán, uno no siempre es capaz de resolver, por sí solo/a, todos sus problemas. ¡Ponle fin a esta situación!

Qué divo, ¿no crees? Has dado un paso muy importante, ¡ponle nombre a los casos! ¡Felicidades!

## AL DÍA SIGUIENTE EN LA ESCUELA EN LA CLASE DE DEPORTES...



¿Ni eso puedes hacer?, seguro que por gordo no puedes correr, todos lo hicieron menos tú.



Sabía que no podrías, seguro no lograrás terminar la escuela ¡Vete al salón!

Por hacer que tu equipo pierda y por tonto te toca castigo  
**¡CIEN LAGARTIJAS!**



¡Ya no puedo más!  
Me duelen los brazos

Pedro pudo haber ido al salón castigado, pero mientras caminaba recordó que una de las personas en quien más confía es el orientador y fue a buscarlo.

SI QUIERES SABER QUE PASÓ DESPUÉS, CHÉCALO EN LA PÁGINA 12

**MIENTRAS TODO ESTO LE PASABA A PEDRO, RICARDO ESTÁ CONVERSANDO CON SUSANA EN CLASE DE MÚSICA...**

¡Oye, con ese brazo enyesado no vas a poder tocar la flauta. ¡Hasta tus dedos se ven morados! Y ese moretón en el ojo no te hace ver muy bien. ¿Qué te pasó?

Mmm... a mi no me engañas. ¡Parece que después de caerte de la bici te atropelló un camión! ¡Pobrecito!

Nada, ayer me caí de la bici.

¡No me toques!

¿Qué te pasa? Te vez muy lastimado. ¿Te hicieron daño?

Bueno... sí, pero no le digas a nadie. Mi papá a veces se pone de mal humor si mi mamá no tiene lista la cena. Ayer me pegó con el cinturón, me aventó contra la pared y caí mal, por eso me enyesaron. Sólo algunas veces nos pega a mi y a mi mamá, pero nos quiere mucho, siempre se disculpa aunque nos deje muy lastimados.

- 2. Cuando tus hijos/as no hacen lo que les pides o lo hacen mal, por lo regular tú:**
- a. Hablas con ellos/as explicándoles por qué necesitan que cooperen contigo y llegan a algún acuerdo
  - b. Les gritas y les insultas
  - c. Les quitas algún privilegio como ver la tele o salir con los amigos/as
  - d. Los golpeas
  - e. Los regañas llamándoles la atención
  - f. Les dejas algún quehacer más de los que ya tienen
  - g. No hago nada

- 3. Cuando estás a punto de explotar porque te molesta algo que tus hijos/as hicieron mal, por lo regular tú:**
- a. Haces otra cosa que te permita distraerte y tranquilizarte
  - b. Explotas, gritando, insultando y amenazando
  - c. Los/as escuchas pero evitas caer en la discusión
  - d. Los/as golpeas
  - e. Comienzas a discutir con ellos/as

- 4. Cuando los límites o reglas que existen en casa no se cumplen, regularmente:**
- a. Tus hijos/as asumen la consecuencia que se había acordado y tú supervisas que se cumpla la sanción (sin maltrato)
  - b. No haces nada.
  - c. Hablas con tus hijos/as sobre lo sucedido, explicando las consecuencias
  - d. No haces nada si es que hay visitas o estás de buen humor
  - e. No hay reglas bien establecidas
  - f. Los regañas llamándoles la atención

- 5. Cuando tu esposo/a, pareja u otra persona que se encarge de su crianza, le pone algún castigo a tus hijos/as, tú:**
- a. Lo/a apoyas aunque no estés de acuerdo y lo platican después
  - b. No lo/a apoyas y le quitas o cambias el castigo a tu hijo/a frente a esa persona
  - c. Tú y la otra persona acuerdan los castigos previamente y se apoyan
  - d. No haces nada



Estos son las puntuaciones para ti, anótalas tu último punto en gréfica y comienza el cambio. **¡NO LO DESECHES!**

A continuación se encuentra el valor que tiene cada opción de respuesta:

a=1 b=0 c=1 d=0 e=0 f=1 g=0

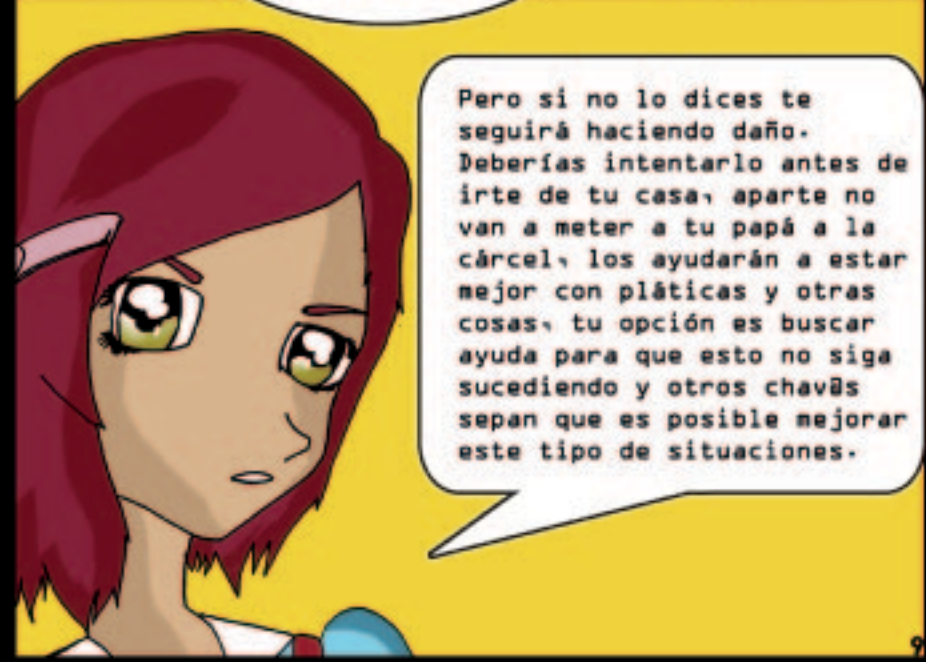
UBICA EL VALOR DE LA OPCIÓN QUE TÚ ELEGISTE PARA CADA PREGUNTA Y SÚMALOS, CON EL RESULTADO LEE EL PÁRRAFO QUE TE CORRESPONDA, EL MÍNIMO QUE PUEDES TENER ES 0 Y EL MÁXIMO 5:

**0-1 ¡CUIDADO!** Tu estilo de crianza es autoritario y estás cayendo en algún tipo de maltrato hacia tus hijos/as, recuerda que la disciplina en la crianza de los niños/as no son golpes, ni amenazas, y mucho menos palabras hirientes y humillantes, no se logra nada con ello, sólo se empeora la situación. El respeto no se gana intimidando miedo, el respeto se gana mediante el ejemplo. Hace falta buscar alternativas para mejorar la comunicación con los miembros de la familia. Necesitas buscar orientación profesional para que te ayuden y puedas ayudar a tus hijos/as a que se desarrollen mejor.

**2-3 ¡PON ATENCIÓN!** Andas entre el estilo de crianza autoritario y el permisivo, llegas a establecer reglas, pero sólo se cumplen en ocasiones, dependiendo de la situación. Aunque eres capaz de controlarte un poco es muy sencillo que explotes y te desquites con tus hijos/as lastimándolos/as física o emocionalmente. Recuerda es muy importante reconocer sus logros y no caer en discusiones innecesarias. La consistencia, constancia y coherencia de tus actos son la clave.

**4-5 ¡Felicidades!** Tu estilo es democrático, eres de los/as padres o madres cálidos y apoyadores que platican con sus hijos/as, impulsas su independencia pero a la vez estableces límites, buscas alternativas para enseñarles lo que no se debe hacer quitando algún privilegio o dándoles quehaceres adicionales, siempre que colaboran contigo y si lo hacen bien les dices algún halago, lo cual les da seguridad.

**RECUERDA:** Cualquiera puede llegar a desesperarse de vez en cuando, lo que **NO SE VALE ES QUE ESTO TE LLEVE A LASTIMAR A TUS HIJOS/AS FÍSICA, EMOCIONALMENTE O POR NEGLIGENCIA.**



Pero si no lo dices te seguirá haciendo daño. Deberías intentarlo antes de irte de tu casa, aparte no van a meter a tu papá a la cárcel, los ayudarán a estar mejor con pláticas y otras cosas, tu opción es buscar ayuda para que esto no siga sucediendo y otros chav@s sepan que es posible mejorar este tipo de situaciones.



Eso no está bien, aunque tu papá se enoje, no debe pegarte

Lo que tú papá hace no es una forma de demostrar cariño y te está lastimando. Yo sé que hay lugares donde pueden ayudar a toda tu familia

Tal vez yo tengo la culpa por ser tan flojo, debería ayudar más a mi mamá y así el no se enojaría tanto

Pero si mi papá se entera que le dije a alguien se va a enojar más conmigo. ¿Si lo meten a la cárcel? Tal vez sea mejor que me vaya de la casa...

**¿QUE HARÍAS TÚ EN SU CASO? SI QUIERES SABER CÓMO RICARDO LE HIZO FRENTE A ESTA SITUACIÓN, VE A LA PÁGINA 13**

## A LA SALIDA DE LA ESCUELA...



¿Qué te dijo el orientador?  
¡Te dieron vacaciones!

Sí, lo malo es que sólo me suspendieron dos días. ¡Por mi mejor! así no vengo a clases.

## TRES HORAS MÁS TARDE, EN SU CASA...



¿Y ahora qué traes?  
¿Andas tristeando otra vez?

No, es que me volvieron a suspender otra vez de la escuela, pero sólo dos días

¡Pero es la tercera suspensión del año! ¿Te pasa alguna otra cosa? He visto que casi no comes, andas muy grosera con tus papás, duermes muchas horas al día y ya casi no sales con tus amigas. ¿Hay algo en lo que te puedo ayudar?

Hay abuela, no sé... es que es algo muy vergonzoso y no quisiera que nadie lo sepa. Aparte tal vez no es tan malo, por que es alguien de la familia, pero... es que me pidió que no le diga a nadie y que nadie me va a creer si lo digo. Me da miedo que se entere, no sé...

## AHORA TOMA EN CUENTA LOS SIGUIENTES TIPS PARA UNA BUEN ESTILO DE CRIANZA!

• Siempre que te dirijas a tu hijo/a asegúrate que te esté poniendo atención y miralo/a a los ojos.

• Dale una instrucción a la vez.

• Cuando des una instrucción toma en cuenta lo siguiente: si tu hijo/a está realizando alguna actividad como ver su programa favorito, es mejor esperar a que termine el programa para dar la instrucción. Si necesitas salir y dejarle alguna instrucción, coméntaselo unos minutos antes de que finalice su actividad y supervisa que se haya llevado a cabo cuando regreses.

• Mantén un gesto amable y neutral al momento de dar una instrucción.

• Fídele cosas que puede hacer, es decir que voyan de acuerdo a su edad.

• Siempre que tu hijo/a haga algo bien, díselo y agrádeccele su cooperación y atención.

• Díle lo que quieres que haga, en lugar de todo lo que NO quieres que haga.

• Olvídate de los sermones de una hora, sé corto/a, claro/a y preciso/a.

• Cuando no cumples con sus quehaceres u obligaciones, quítale algún privilegio (ver la T.V., salir con los amigos, ir al cine, etc) o agrégale un quehacer (lavar los trastes de la comida, limpiar el patio, barrer la casa, etc.).

• Elabora con tus hijos/as las reglas de la casa, así como las sanciones al no cumplirlas.

• Sé consistente, cumple las sanciones que decidas darles, sin llegar a los golpes y/o agresiones verbales.

• Cuando estén cumpliendo con los acuerdos de la familia motiva a tus hijos/as con incentivos (ir al cine, hacer pastel, comida preferida, juegos de mesa en familia, ir al parque, etc.).

• Sabemos que algunos tips ya los intentaste **¡NO PARES!** Los grandes cambios con buenos resultados necesitan **CONSTANCIA Y CONSISTENCIA**. Sé paciente, los cambios no llegan de la noche a la mañana.

Observa discretamente las actividades de tus hijos/as y observa cómo se relaciona con amigos/as, familiares y otros adultos sin invadir su privacidad ni ser intrusivo/a.

**¡Superd! ¡superd! y ¡superd!**

Si queremos adelantarnos, y evitar en lo posible que nuestros/as hijos/as sean víctimas de algún tipo de maltrato ten en cuenta la siguiente recomendación:

**¿CÓMO LO PODEMOS PREVENIR?**

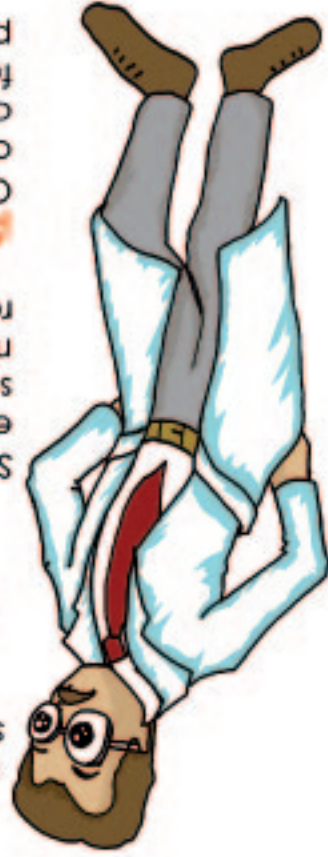
—Pero...¿qué sucede cuando el maltrato no proviene de los padres o sino de otras personas, conocidas o desconocidas?

**IDENTIFICA Y PREVEE EL MALTRATO A MENORES**

**¡NO LO OLVIDES! LA IDEA ES CAMBIAR LA HISTORIA, NO REPETIRLA.**

Construyelos positivamente y tú también te sentirás mucho mejor contigo mismo/a.

**LO IMPORTANTE DE LA CRIANZA DE UN MENOR ES ENSEÑARLE CÓMO DEBE COMPORTARSE Y QUE NO DEBE HACER PARA EVITAR SITUACIONES PELIGROSAS.**



Pues tú tranquila que soy toda oídos y de aquí no me muevo hasta que me platiques.

¿A qué te refieres? ¿Cómo te toca cuando no te gusta y qué te ha pedido hacer?

Pues es que me siento muy avergonzada por que me da miedo ver a mi tío Chato. En realidad sí me cae bien y me trae muchos regalos siempre, pero ya no me gusta cómo me toca ni que me hable tan cerquita. Y ya me ha pedido cosas que no me gustan...

Varias veces me ha acariciado mis senos y la última vez me tocó mis genitales\*, debajo de mi pantaleta. Me decía al mismo tiempo cosas bonitas como que me quiere mucho y que soy bonita, pero que no le diga a nadie y eso me da miedo.

¿Por qué no lo habías dicho? ¿Ya lo saben tus papás?

¡Esto no puede seguir así! ¡Tenemos que hacer algo!

Se los dije pero no me creyeron, me regañaron y me dijeron que no inventara cosas tan malas, que respete a mis mayores. Dicen que soy malagradecida, que el tío Chato nunca me haría nada porque es el que más me consiente

\*GENITALES: Partes exteriores del órgano reproductor (Mujeres: Vulva, Hombres: Pene y Testículos) **ESTRELLA Y SU ABUELA, VE A LA PÁGINA 13**

# DESENLACES...

**Amanda**



**Pedro**



## LA VIOLENCIA GENERA VIOLENCIA

- Si algo te está molestando demasiado, mantén la calma. Dile a tu hijo/a que te sientes enojado/a, que es mejor terminar la conversación y que más tarde cuando estén tranquilos/as lo platicarán nuevamente para encontrar alguna solución.
  - Habla por ti mismo/a, es decir: Yo pienso que...; Me parece que...
  - Busca los momentos oportunos para hablar de ciertas cosas.
  - Evita decir frases hirientes, groserías o sacar temas que pasaron hace mucho tiempo.
  - **NO** interrumpir, cada persona tiene un turno para hablar y por lo tanto para ser escuchado/a.
- Como en todo juego, existen ciertas reglas que debemos considerar cuando conversamos o queremos resolver un problema.



¿Siempre que intentas hablar con tu hijo/a, acaba en discusión?

!blai!blai!blai!

- Construir un puente de BUENA COMUNICACIÓN entre hijos/as, padres y madres fortalecerá el apoyo familiar y puede ayudar a prevenir una posible situación de maltrato y muchos otros problemas.

Aunque no lo creas, la mayor parte de las personas que sexualmente de un menor es un conocido: amigo/a o familiar, maltratan física, emocionalmente, por descuido o que abusan por ello confía en tus hijos/as y estás evitando que alguien los/as lastime.



• Si tu hijo/a te confía algo y no sabes cómo reaccionar o qué decir, no te preocupes, un buen gesto o hacerle saber que estás con él/ella, puede funcionar, mientras buscas orientación profesional.

• No juzgues las acciones de tu hijo/a, ponte en sus zapatos, y platicas con él/ella. Recuerda, tú también fuiste chavo/a, y sabes lo que esperan de los padres!

• Cuando sientas que no puedes manejar el problema, no lo evites, pide apoyo a alguien de tu confianza o llama a alguna línea de ayuda, como las del Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF).

• Cualquier tipo de problema que tu hijo/a te confie, si le hace sentir mal es suficiente para creerle o apoyarlo/a por insignificante que te parezca.

• Procura ser atento/a siempre que tu hijo/a te pida que lo/a escuches.

CONFIANZA

Ricardo

Hola, quiero saber si ahí me pueden ayudar. Mi papá nos pega a mí y a mi mamá muy seguido, y cada vez las lesiones son más fuertes. No quiero que se entere o que le hagan daño y no sé cómo resolverlo.

Si claro. ¿Hay alguna persona adulta cercana a ti que sepa de tu situación? Me gustaría poder platicar también con esta persona, para poder ayudarte mejor.

Sí, es mi tía y está conmigo en este momento. Se la comunico.

Gracias, hay algunos datos que necesito para poder visitarlos en tu casa. Trataremos de hacer lo posible.



¡VOLVERÁ A LA PÁGINA 10!

Estrella

¡Cómo es posible que no le hayamos creído a nuestra hija! Ahora entendemos lo importante que es confiar en ella antes que en cualquier otra persona.

¿Qué bueno que se dieron cuenta! Pero ahora lo más importante es denunciar al tío Chato para que no siga perjudicando a más personas. Juntos ayudaremos mejor a Estrella a superar esta experiencia. En la delegación nos dirán a quién acudir y cómo protegerla.



FIN

CONTINUA CON MÁS...

## Después de haber leído estas historias...

AHORA TE TOCA EL RETO DE DESCUBRIR SI LOGRAS IDENTIFICAR LOS DISTINTOS TIPOS DE MALTRATO QUE SE PUEDEN PRESENTAR.

UNE CON UNA LÍNEA A CADA PERSONAJE CON UN TIPO DE MALTRATO DE ACUERDO A SU HISTORIA:



- Maltrato Psicológico o Emocional
- Maltrato por Negligencia o Descuido
- Abuso Sexual
- Maltrato Físico

Recuerda que cualquier *chav@* puede sufrir más de un tipo de maltrato, aunque puede ser que uno sea más evidente y fuerte que los otros.

Si lo/a agredes, no le estás enseñando a respetar sino a mejorar de él.



Como vemos **HAY OPCIONES**. Así como nadie tiene derecho de lastimarnos, nosotros/as como papás tampoco tenemos derecho de herir a nuestros hijos/as. Si quieres que tu hijo/a te respete, respétalo/a, no lo/a golpees ni insultes.



- Sal a caminar, si tus hijos/os pueden quedarse con alguien más.
- Ve a otro cuarto donde tengas privacidad.
- Escucha música.
- Rompe una hoja de papel.
- Piensa en cosas que te tranquilicen.
- Cuenta del 1 al 10 despacio, mientras respiras profunda y lentamente.
- Cuando te sientas más tranquilo/a busca otro momento en el que puedas conversar con tu hijo/a para encontrar alguna solución.

**Si estás a punto de explotar:**

¡Alto! No caigas en el juego!  
Las discusiones fomentan la desobediencia.

AUTOCONTROL

## SEÑALES DE ADVERTENCIA PARA IDENTIFICAR MALTRATO INFANTIL

Es duro, pero tus ojos deben estar alerta siempre y no cerrarlos cuando llegues a identificar algunas de las siguientes SEÑALES DE ADVERTENCIA:

### Si observas en tu hijo/a que:

- Cambia de humor drástica y repentinamente, o se ha vuelto más callado/a o demasiado rebelde.

- Prefiere estar sólo/a la mayor parte del tiempo.

- Evita estar con alguna persona en particular.

- Quiere estar a solas con alguna persona en particular.

- Evita el contacto físico con cualquier persona o con alguna en particular.

- Su ropa interior está manchada de sangre o rota, sin explicación aparente.

- Tiene dificultad para caminar o sentarse.

- Muestra excesivo interés por cuestiones relacionadas con el sexo.

- No puede dormir o tiene pesadillas con mucha frecuencia.

- Lloro repentinamente.

- Sus calificaciones son menores a las que comúnmente obtiene.

- Su higiene y aseo personal están descuidados.

- Se siente deprimido/a.

- Falta a la escuela.



Si tu hijo/a presenta una o más de estas características, no es motivo suficiente para asegurar que está siendo víctima de maltrato o abuso sexual, pero sí de que algo le está sucediendo y es necesario ayudarlo/a.

## AHORA RESPONDE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:

1. Después de haber leído estas historias, cuando alguien te agrede, moleste o incomode ¿Qué debes hacer?

---

---

---

2. Si alguna de las 5 personas que escribiste al principio, no te cree o apoya cuando lo necesites ¿Qué debes hacer?

---

---

---

3. Aparte de las historias que leíste ¿Conoces algunas otras situaciones donde exista algún tipo de maltrato? Escribe mínimo 2 y descríbelas:

---

---

---

4. ¿Qué harías si descubres que alguno/a de tus compañeros/as maltrata (física, emocional o sexualmente) a otro/a de su misma edad o más pequeño/a?

---

---

---

RECUERDA QUE FRENTE A CUALQUIER TIPO DE MALTRATO LA RESPUESTA ESTÁ EN: **¡NO QUEDARSE CALLADO!** AUNQUE LA PERSONA QUE DENUNCIES SEA UN ADULT@ CONOCID@ O NO, DE TU EDAD O MENOR.

En la siguiente página encontrarás información de lugares en los que te pueden ayudar junto con tu familia.

¡HASTA LA PROXIMA!



SOLICITA ORIENTACIÓN O AYUDA

A continuación te proporcionamos la siguiente información de lugares a los que puedes llamar para recibir asesoría legal, psicológica y en la que pueden resolver tus dudas acerca lo que puedes hacer para evitar que más niños sigan siendo maltratados.

**¡NO LO DUBESI SI YA ABRISTE LOS OJOS, NO LOS CIERRES NUEVAMENTE!**

Estado	Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia DIF	Procuraduría de la Defensa del menor y la familia.
Querétaro:	01 (442) 2 38 51 00	01 (442) 2 15 24 80
Sonora:	01 (662) 2 14 50 29	01 (662) 2 14 07 31
Yucatán:	01 (999) 9 26 35 26	01 (999) 9 29 83 75
Zacatecas:	01 (492) 9 24 22 58	01 (492) 92 2 13 77
Baja California (Mexicali):	01 (686) 5 52 56 80	01 (686) 5 54 68 64

**¡NO HAY EXCUSA!** RESPONSABILIZAR AL PASADO DE LO QUE PASA HOY CON EL MALTRATO A MENORES ES EVADIR EL PROBLEMA.

TOMAR LAS RIENDAS DE TU PRESENTE PARA CAMBIARLO Y MEJORAR TU FUTURO Y EL DE TUS HIJOS/AS ES COMPROMISO Y AMOR POR TU FAMILIA.

Además de las conductas mencionadas, debes estar alerta a dos aspectos que se consideran señales fuertes de necesidad de ayuda y buscar orientación de inmediato:

- Que tu hijo/a esté usando drogas (alcohol, tabaco, marihuana, cocaína u otras)
- Que haya intentado suicidarse.



Si detectas cualquiera de las conductas mencionadas plática con tu hijo/a. Hazle saber que puede confiar en ti y si te menciona que alguien lo/a ha lastimado o lo ha intentado hacer, no dudes en solicitar ayuda.

¡Muy bien!, con esto ha terminado su tratamiento, no olviden revisar su receta más de una vez, seguro que sus hijos/as están felices de saber que los/las tienen a ustedes de su lado.

Para llegar a ser mejores padres se necesita mucha práctica, por eso te recomendamos que al final de cada día pienses en el trato que le diste a tus hijos/as, qué tips pudiste utilizar y cómo podrías usar los que aún no has puesto en práctica. Recuerda "La práctica hace al maestro/a".

Es importante que sepas que una forma de prevenir el maltrato a un menor es tomando en cuenta estas sugerencias y poniéndolas en práctica no sólo con los adolescentes ya que esto también te puede servir para mejorar la relación con tus hijos/as menores.

**Précticas por ofrecer a ser diferente y hacer la diferencia con tus hijos/as!**

**¡NOS VEMOS PRONTO!**

Por último, durante todo el tratamiento te hemos dicho que pidas apoyo, en la siguiente página encontrarás las líneas de ayuda a las que puedes acudir.

