

YO ME CUIDO 



YO ME CUIDO 

Autora: Patricia Almeida

Título en portugués:

Eu me protejo

Yo me cuido es un proyecto voluntario, gratuito e independiente, de educación para la prevención contra el abuso sexual infantil.

Web: www.eumeprotejo.com

email: eumeprotejobrasil@gmail.com

facebook: [/eumeprotejobr/](https://www.facebook.com/eumeprotejobr/)

twitter: [/eumeprotejobr/](https://twitter.com/eumeprotejobr/)

instagram: [/eumeprotejobrasil/](https://www.instagram.com/eumeprotejobrasil/)



**Traducción y adaptación:
Sergio Meresman, Claudia Dias
y Mauricio Dutra (EDUCARTEM)**

**La versión en castellano de
este material fué realizada con
el apoyo del Instituto Interame-
ricano sobre Discapacidad
y Desarrollo Inclusivo (iiDi)**

PRESENTACIÓN

**ESTE LIBRO ESTÁ HECHO
PARA NIÑOS Y NIÑAS QUE
EMPIEZAN A APRENDER
SOBRE SU CUERPO.**

**ES NECESARIO SABER
CÓMO CUIDARLO Y
PROTEGERLO.**

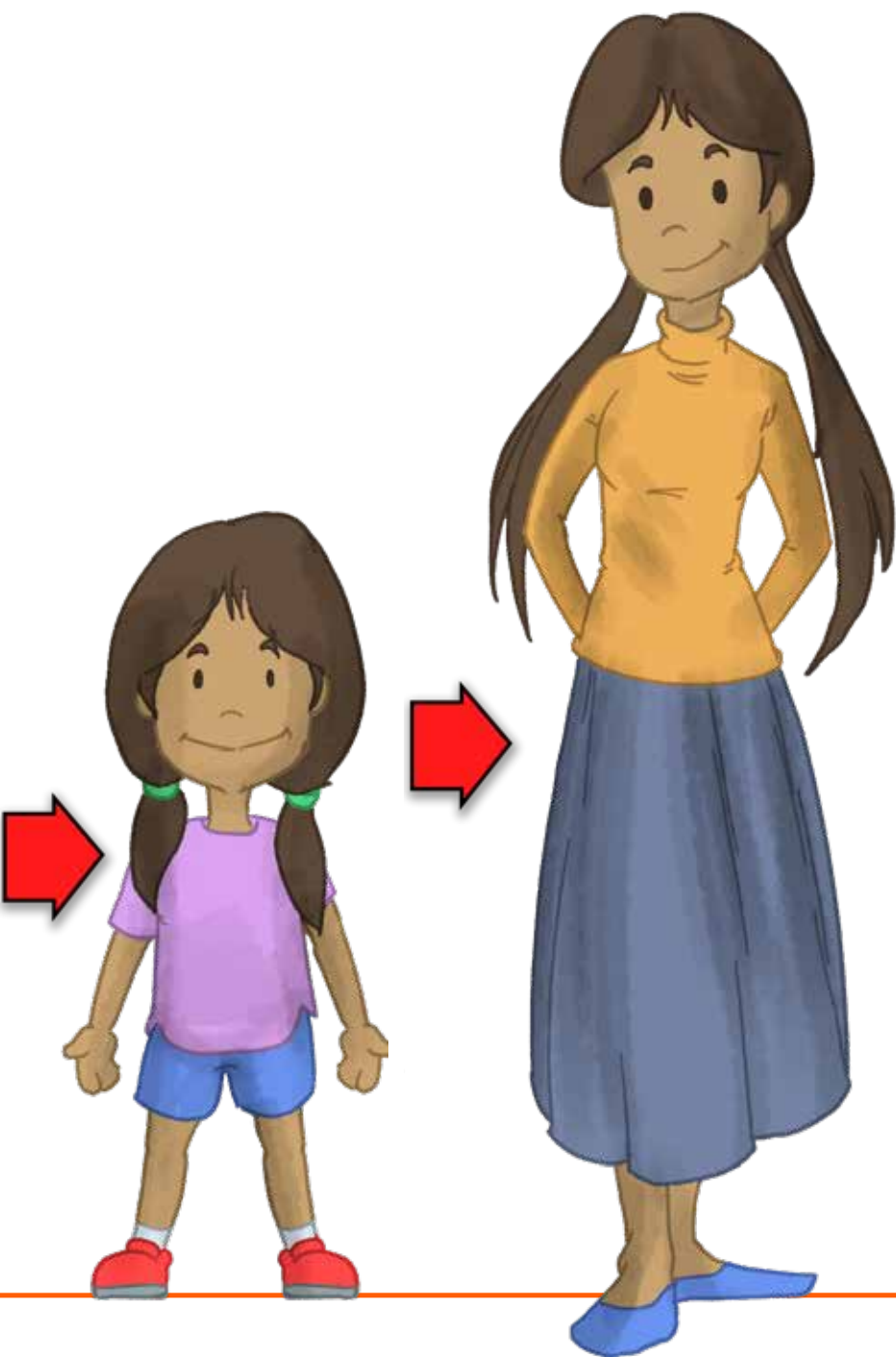
**ESTE LIBRO TAMBIÉN VA
A AYUDAR A LAS FAMILIAS
Y A LOS EDUCADORES A
HABLAR CON LOS NIÑOS
Y NIÑAS SOBRE ESOS
CUIDADOS.**

¡ESTOY CRECIENDO!

TODOS NOSOTROS
NACEMOS BEBÉS...

Y LUEGO VAMOS
CRECIENDO.



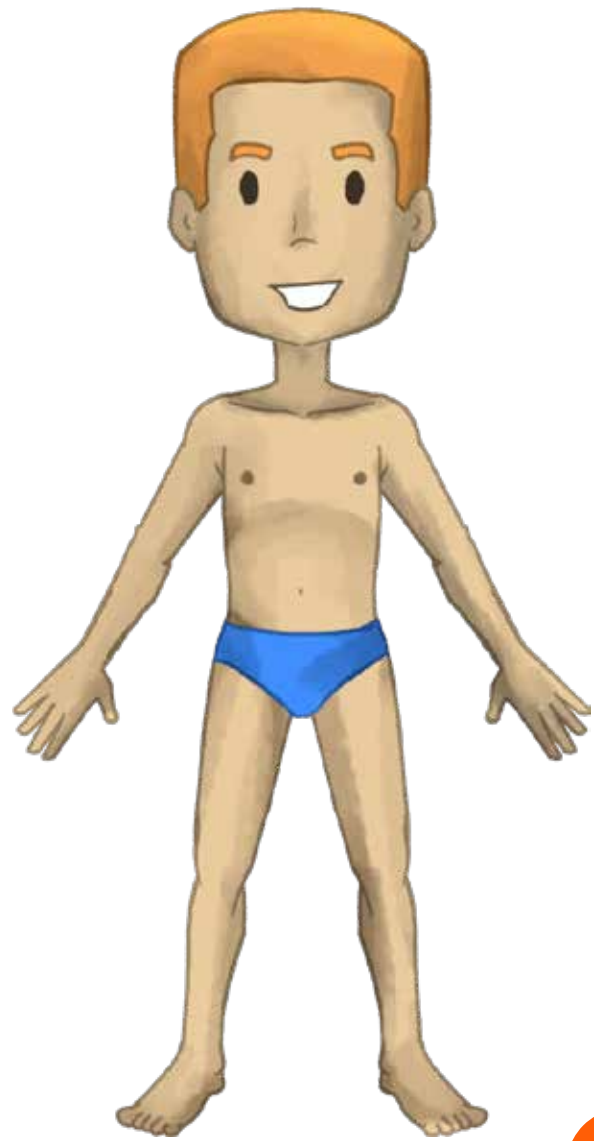




**¿TÚ SABES CUÁLES SON
LAS PARTES ÍNTIMAS DE
NUESTRO CUERPO?**

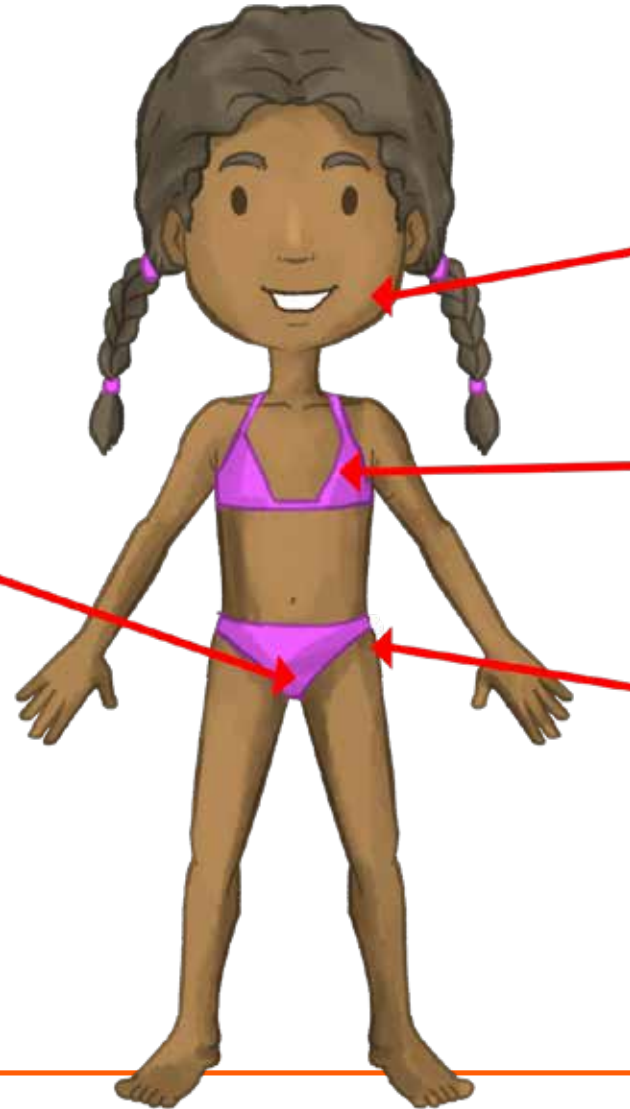
PARTES ÍNTIMAS

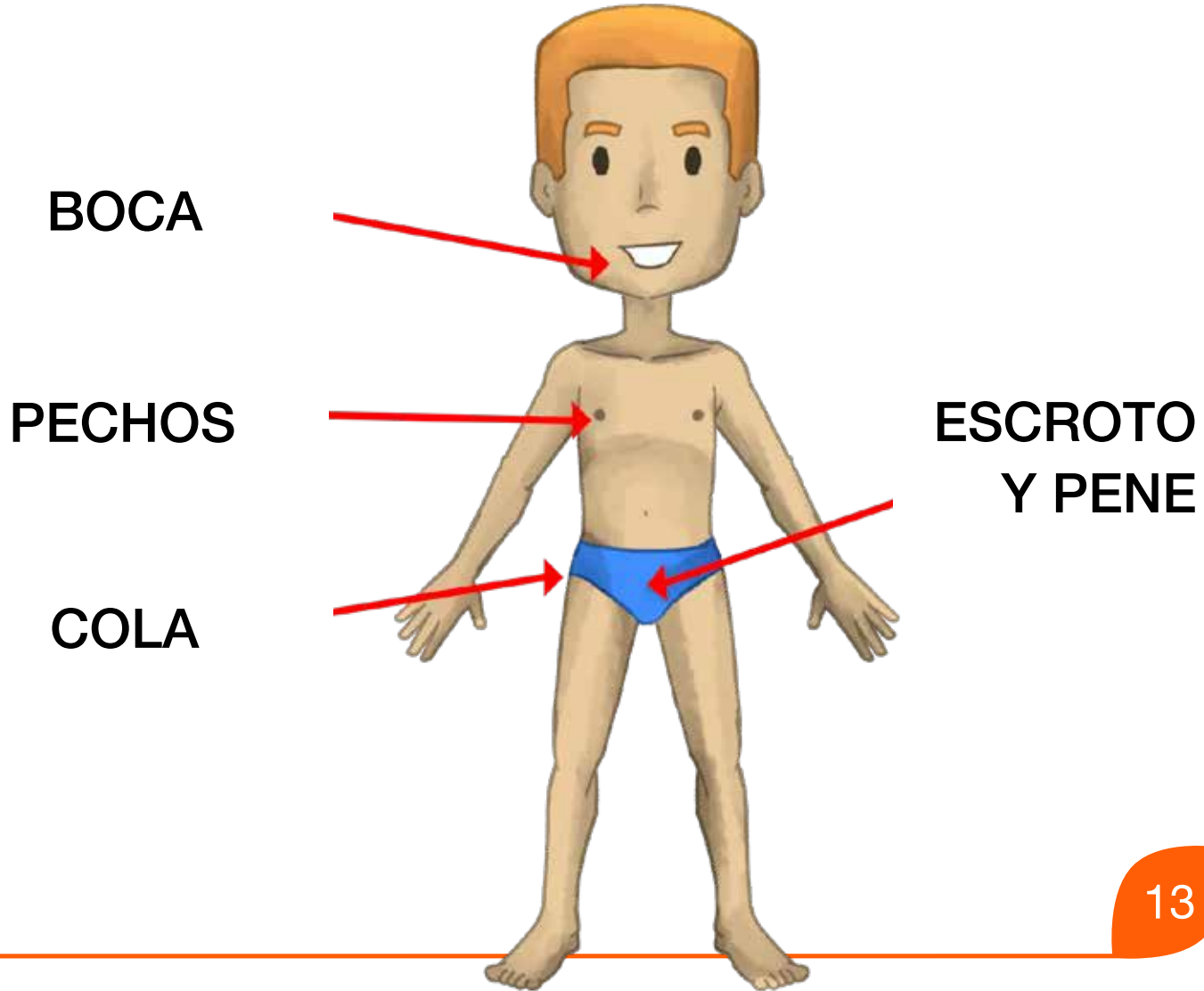
**SON AQUELLAS QUE
ESTÁN TAPADAS POR:
PAÑALES, CALZONCILLOS,
BOMBACHAS, CORPIÑOS,
TOPS, BIKINIS, CALZAS
O TRAJES DE BAÑO.**



LAS PARTES ÍNTIMAS SON:


VAGINA





¿Y LA BOCA?





**AUNQUE NO ESTÉ
CUBIERTA POR ROPA,
LA BOCA TAMBIÉN ES
UNA PARTE ÍNTIMA.**

¡MI BOCA ES SÓLO MÍA!

¿QUIÉN PUEDE CUIDAR DE MÍ?



PUEDO NECESITAR AYUDA DE UN ADULTO PARA CUIDARME

**NO HAY PROBLEMA.
PERSONAS EN QUIENES
CONFÍO PUEDEN
AYUDARME A:**

- IR AL BAÑO**
- BAÑARME**
- CAMBIARME DE ROPA**



PERSONAS QUE PUEDEN CUIDAR DE MÍ



**LAS PERSONAS EN QUIENES
CONFÍO PUEDEN CUIDAR DE MÍ,
PERO NO PUEDEN TOCAR MIS
PARTES ÍNTIMAS.**

**ESTAS PERSONAS SÓLO PUEDEN
TOCAR MIS PARTES ÍNTIMAS SI
YO NO SÉ LAVARME.**

**PERO NO PUEDEN TOCARME DE
FORMA QUE ME DUELA O QUE ME
HAGAN SENTIR VERGÜENZA.**



¡ATENCIÓN!

SI ALGUIEN ME LLAMA
POR CARIÑO Y ME
PIDE PARA TOCAR EN
MIS PARTES ÍNTIMAS,
¡ENTONCES ESA PERSONA
ESTÁ ENGAÑANDO!

¡ESO NO ES CARIÑO!





CUIDÁNDOME DEL PELIGRO



¡ATENCIÓN!

**NECESITO APRENDER
A CUIDARME DE LAS
PERSONAS QUE NO
RESPETAN EL CUERPO
DE OTRAS PERSONAS.**

**PUEDE HABER GENTE
ASÍ TAMBIÉN EN
NUESTRA FAMILIA.**





PRECAUCIONES

**NO TOCO A PERSONAS
QUE NO CONOZCO.**

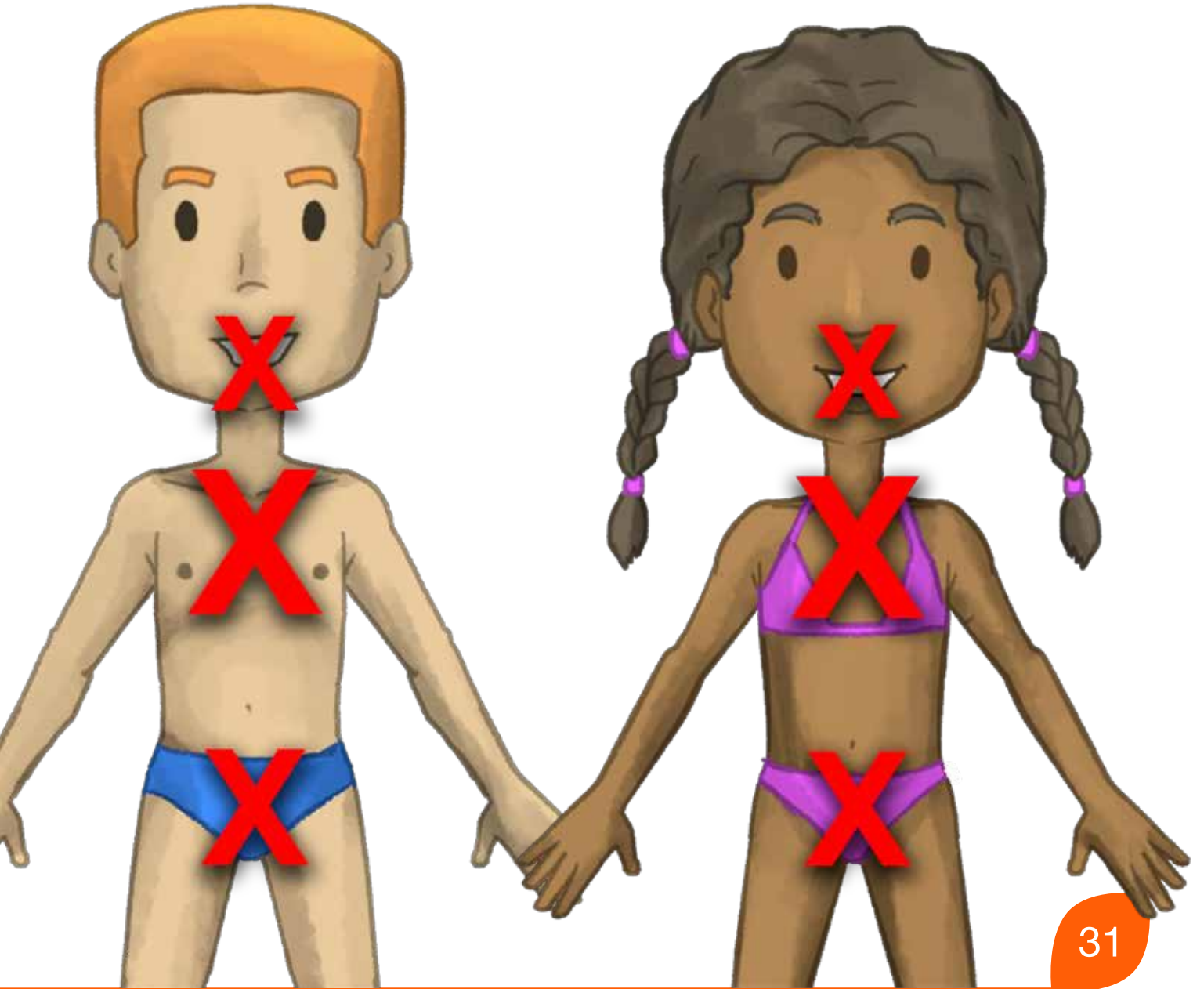


¡PELIGRO!

¡MUCHO CUIDADO!

**SI ALGUNA PERSONA
QUIERE TOCAR MIS
PARTES ÍNTIMAS.**







¡PELIGRO!

¡CUIDADO!

**SI ALGUNA PERSONA,
HOMBRE O MUJER,
QUIERE PASAR SU MANO
ENCIMA DE MI CUERPO.**



¡PELIGRO!

¡CUIDADO!

SI ALGUNA PERSONA ME
PIDE QUE YO HAGA ALGO
EN EL CUERPO DE ESA
PERSONA,

O QUE YO LE DEJE HACER
ALGUNA COSA EN MI
CUERPO QUE YO CREO
QUE NO ESTÁ BIEN O QUE
ME DEJA CON VERGÜENZA.





¡PELIGRO!

¡CUIDADO!

**SI ALGUNA PERSONA
QUIERE JUGAR A LOS
MÉDICOS CONMIGO,**

**O ME PIDE QUE ME
QUITE LA ROPA.**



¡PELIGRO!

¡CUIDADO!

**SI ALGUNA PERSONA
ME ENSEÑA SUS PARTES
ÍNTIMAS.**





¡PELIGRO!

¡CUIDADO!

SI ALGUNA PERSONA
QUIERE QUE LE ENSEÑE
MIS PARTES ÍNTIMAS,

O SI QUIERE GRABAR
O HACER FOTOS DE MIS
PARTES ÍNTIMAS.



¡PELIGRO!

¡CUIDADO!

**SI ALGUNA PERSONA
QUIERE ENTRAR EN EL
BAÑO CONMIGO.**





¡ATENCIÓN!

¡CUIDADO!

SI CUALQUIERA DE
ESTAS COSAS PASAN,

Y YO ME SIENTO
INCÓMODO O INCÓMODA,

ENTONCES ES PORQUE
HAY ALGO PELIGROSO





¡PELIGRO!

ENTONCES YO
DEBO SALIR DE AHÍ

YO DEBO CORRER
Y GRITAR:

¡NO! ¡SOCORRO!



¡NO ES NO!

**TENGO QUE HACER
LA SEÑAL DE PARAR
CON LA MANO.**

**MUEVO LA CABEZA
PARA DECIR ¡NO!**

DOY UN EMPUJÓN.





¡ATENCIÓN!

TENGO QUE DECÍRLE
LO QUE PASA A OTRA
PERSONA EN QUIEN
CONFÍO MUCHO.



¡ATENCIÓN!

**PERO NO PUEDE SER
A LA PERSONA QUE ME
ESTÁ MOLESTANDO,**

**¡AUNQUE ESA PERSONA
SEA DE MI FAMILIA!**





¡ATENCIÓN!

**DEBO CONTARLE
A ALGUIEN LO QUE
ME MOLESTA.**

**INCLUSO SI ES UNA
PERSONA EN QUIEN
YO CONFIABA ANTES
LA QUE ME ESTÉ
MOLESTANDO.**

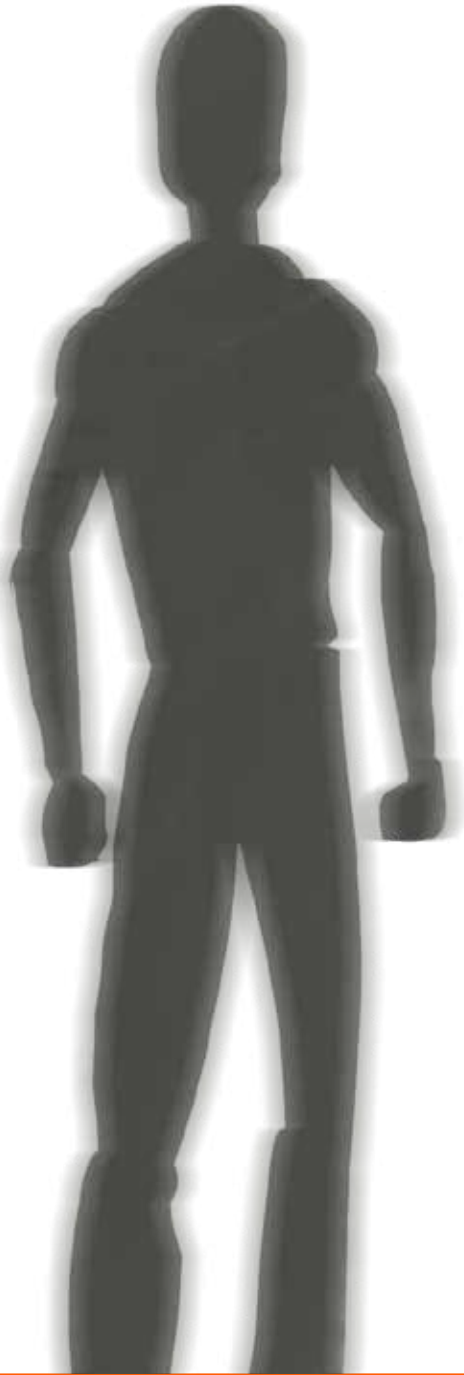


¡ATENCIÓN!

**AUNQUE ESA PERSONA
DIGA QUE ESO ES
SECRETO,**

**O QUE NADIE ME VA A
CREER SI LO CUENTO.**





¡ATENCIÓN!

ESO SE LLAMA AMENAZA.

**NUNCA DEBO CREER
EN UNA AMENAZA.**

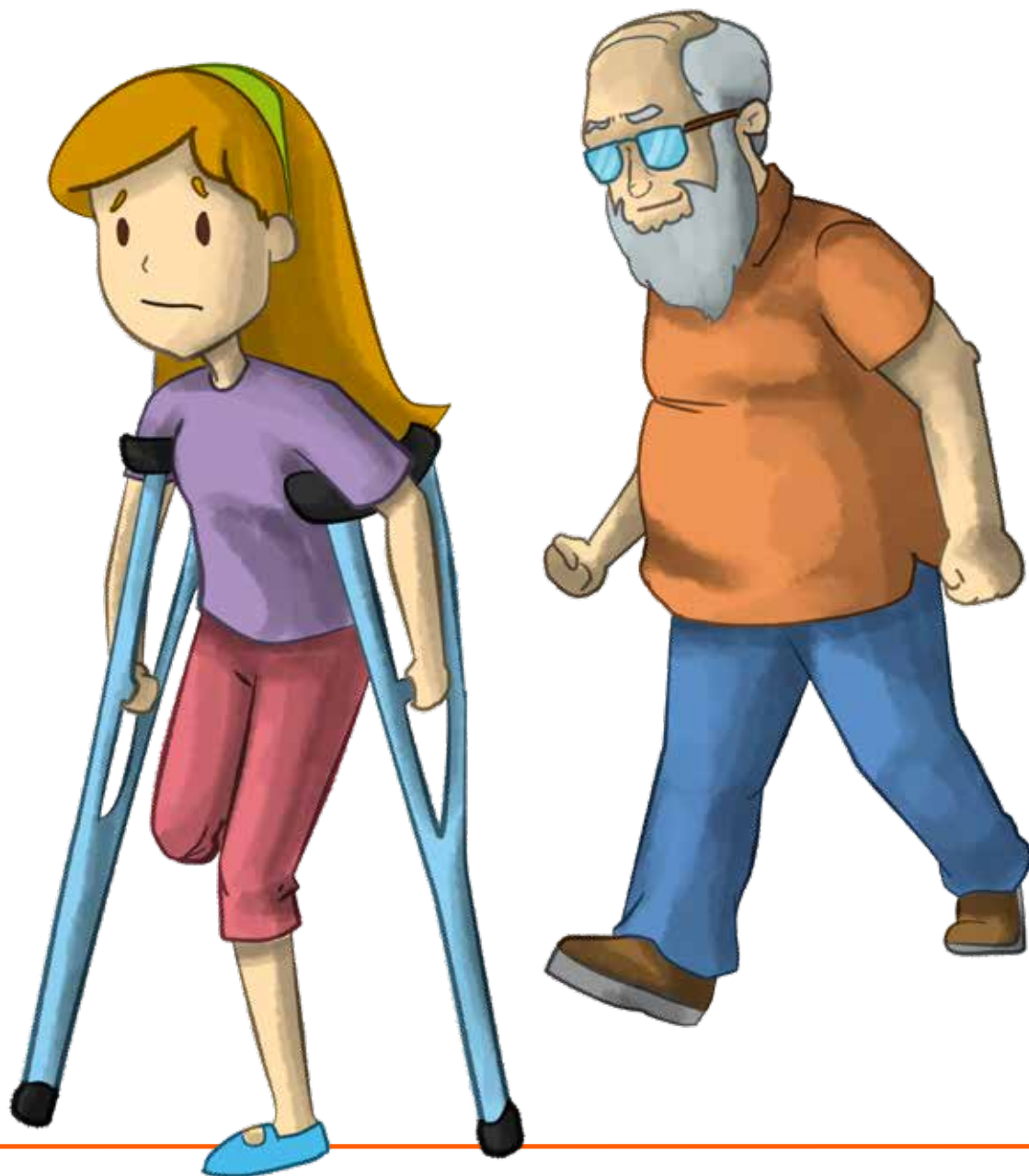
**TENGO QUE CONTARLO
TODO, LA AMENAZA
TAMBIÉN.**



¡PELIGRO!

**¡TENGO QUE ESTAR LEJOS
DE ESA PERSONA!**

**INCLUSO SI ESA PERSONA
ES MI PADRE, MI MADRE,
MI HERMANO, MI HERMANA,
MI ABUELO, MI ABUELA, MI
PADRASTRO, MI MADRASTRA
O CUALQUIER PERSONA DE
MI FAMILIA.**





¡PELIGRO!

**SI NO CONSIGO ENCONTRAR
NINGUNA PERSONA EN
QUIEN CONFIAR CERCA
DE MÍ, BUSCARÉ AYUDA**

**EN MI ESCUELA, EN EL
PUESTO DE SALUD, EN EL
HOSPITAL, EN EL CONSEJO
TUTELAR O EN LA CASA
DE UN VECINO O VECINA.**

¿CÓMO ME SIENTO?

DIBUJA AQUÍ COMO TE SIENTES CON
LO QUE HAS APRENDIDO EN ESTE LIBRO

VAMOS A CANTAR “YO ME CUIDO”





**AMO MI CUERPO, POR QUE ES MÍO,
NO ME ACERCO A QUIEN NO CONOZCO,
Y GRITO BIEN ALTO
SI ME TOCAN Y NO QUIERO (BIEN ALTO)
FUERA, FUERA, FUERA
SAL DE AQUÍ
PORQUE MI CUERPO
¡NADIE PUEDE TOCARLO!
PORQUE MI CUERPO
¡NADIE PUEDE TOCARLO!**

**RECUERDA EL
“CÓDIGO YMLAN”**

Y

M

L

A

N

¡YO ME CUIDO SIEMPRE!

MI CUERPO ES SOLO MÍO

LAS PARTES ÍNTIMAS SON ÍNTIMAS

**¡AUXILIO! ES LA PALABRA QUE DEBES
GRITAR CUANDO NECESITAS AYUDA**

NO ES NO

**¡YO ME CUIDO
PORQUE MI CUERPO
ES SÓLO MÍO!**



