

Me protejo de la violencia



Educación para la salud y la vida



Me protejo de la violencia

Fundación Grupo México

Directora general Ximena Ugarte Luiselli

Gerente de Educación y Medio Ambiente Selene Yazmín Torres Martínez

Autoría: María Eugenia Luna

Ilustraciones: Alejandra Saavedra

Coordinación y edición: Paulina Ugarte Chelén, Marcela Zubieta

Co-coordinación: Daniela Luiselli Garcíadiego

Diseño editorial: Diseño Asgusa

Primera edición: septiembre 2013

Todos los derechos reservados.

Impreso y hecho en México



¿Por qué este cuadernillo?

Te preguntarán por qué hablar de un tema tan poco agradable o que sólo produce efectos negativos. La respuesta es que la violencia es algo de lo que seguramente has oído hablar o que, incluso, habrás visto. Se muestra de formas diversas y afecta a varios sectores de la población, entre ellos a los niños. Así, la violencia, como otros fenómenos sociales, requiere que los menores como tú la identifiquen para prevenir que afecte su vida.

Las causas de la violencia son distintas y ninguna justifica los actos violentos de personas o grupos. Si comprendes los aspectos de la violencia que afectan con mayor frecuencia a los niños, contarás con elementos que te ayuden a reflexionar en las decisiones que necesitas tomar para protegerte. Pues aunque las personas, por lo general, no buscan la violencia es necesario tener claro que algunos entornos o condiciones influyen para que nos encontremos con ella.

Este cuadernillo te ayudará a que comprendas lo anterior para que estés prevenido y evites sus efectos.

¡Abre bien los ojos!



Índice

Qué es la violencia	5
Tu familia	6
Desacuerdos familiares	6
La familia ¡sí que importa!	8
¿Por qué a veces te sientes solo?	9
El descuido hay que combatirlo	10
Las molestias en la escuela	11
¿Qué es el <i>bullying</i> ?	13
El <i>bullying</i> en México	13
El muégano: un recurso contra la violencia en la escuela	14
No te hagas "ojo de hormiga"	15
Los medios y sus mensajes para la convivencia	15
Cómo reconocemos la violencia en los medios	16
¿Cuál es el problema con la violencia en los medios?	17
Nuevas formas de utilizar los medios de comunicación	18
Miradas y caricias muuuy incómodas	19
¿Qué no es aceptable para nuestro cuerpo y nuestra persona?	19
¿Cómo aprendemos a prevenir el abuso sexual?	20
Pide ayuda ¡siempre y a tiempo!	21
Oportunidades para niñas y niños	22
¿Por qué hay derechos y oportunidades desiguales entre niñas y niños?	23
¿Sabes qué es la discriminación y violencia de género?	24
Contra esta violencia, el primer paso es la equidad de género	25
Una violencia que no se ve	25
Por qué la pobreza viola nuestros derechos	26
Niñas y niños que trabajan	27
Bienestar y derechos de los niños	28
En búsqueda de un mejor lugar para vivir	28
La migración y los derechos de niñas y niños	29
La protección de los derechos de niñas y niños ante la migración	30
Riesgos para la vida y la seguridad de todos	31
Directorio de instituciones de apoyo y sitios de consulta	32



¿Qué es la violencia?

La violencia es un conjunto o variedad de acciones con las que una persona busca dañar a otra. Cuando alguien actúa con violencia utiliza la fuerza y el poder que tiene como ventajas sobre los demás; por ejemplo, muchas veces, quienes son mayores o más fuertes que nosotros usan esto para aprovecharse: se meten en la fila, nos arrebatan el lunch, molestan a los demás cuando hacen la tarea y así muchas cosas más. ¿Te ha pasado?

Ahora, es importante distinguir la violencia del enojo. El enojo es una emoción que manifestamos cuando las cosas no resultan como esperábamos, o cuando alguien nos hace daño. Tenemos derecho a enojarnos porque es la manera en que mostramos nuestra inconformidad. Sin embargo, cuando estamos enojados no se vale agredir a los demás o a nosotros mismos: la agresión siempre provoca algún tipo de daño.

Tomemos en cuenta que la violencia tiene diferentes formas. Algunas veces son golpes, otras pueden ser gritos, insultos o amenazas. También cuando alguien ignora o descuida a una persona o cuando la obliga a hacer algo que le causa daño. Todo esto es violencia. ¿Lo habías pensado?

La violencia, además, deja heridas: no sólo físicas como moretones, chichones y cicatrices, también daños en los sentimientos. Una persona que ha sufrido violencia puede llegar a perder su autoestima

—que es la valoración positiva que cada uno tiene de sí— e incluso pensar que si la molestan o le pegan es porque se lo merece; esto **NUNCA** es así. ¡Por eso hay que estar muy alerta!

Todas las personas, pero en especial niñas y niños como tú, tienen derecho a vivir sin violencia. Y, precisamente, porque eres una persona valiosa y con derechos, necesitas aprender a cuidarte.

Tu familia

¿Has pensado en qué es la familia? Piensa en la tuya. No sólo es el grupo al que llegaste al nacer. Ahí se encuentran las personas con las que aprendiste a hablar, a caminar, a valerte por ti mismo, a reconocer qué te gusta y quién eres. También, gracias a tu familia tienes un lugar entre todos los demás: un nombre que te identifica y distingue. Por lo general, en las familias hay lazos muy estrechos de cariño y respeto, además de varios integrantes, pero eso no quiere decir que todos piensen igual, ¿verdad?

Desacuerdos familiares

¿Qué pasa cuando en tu familia hay algún desacuerdo o problema?



Cuando algún evento les causa tristeza o preocupación. Es posible que en estos casos los adultos se enojen y discutan, pero eso no siempre quiere decir que no tengan deseos de resolver las diferencias, ¿cierto?

Cada familia tiene su manera de resolver estas situaciones. En algunas, sus integrantes se reúnen y platican para pensar



Cápsula

Recuerda siempre conversar con los adultos de tu familia sobre las formas en que es mejor corregirte y llamar tu atención: sin gritos ni golpes, y con palabras claras para saber en qué te has equivocado.

entre todos

la mejor manera de resolver una situación. En otras, no les interesa arreglar los desacuerdos o problemas a través de la colaboración y el diálogo. Entonces, acuden a gritos, golpes, palabras ofensivas o amenazas. Pero es obvio que así no se solucionan los


problemas, ¿de acuerdo? Con esto lo que sucede es que algún miembro impone su punto de vista y entonces las relaciones de afecto y apoyo familiar se ignoran.

Este tipo de violencia afecta a todos sus integrantes y deja marcas de varios tipos, no solamente los ojos morados, los raspones o los chichones, hay veces en que esas marcas

En la Convención sobre los Derechos de la Niñez se afirma que los padres son responsables del buen desarrollo de sus hijos.




se parecen más a padecimientos como: dolor de estómago, de cabeza, pérdida de apetito o, al revés, ganas de comer constantemente. Por eso es importante que sepas reconocerla. Cuando tus padres u otros adultos discutan y eso te exponga a gritos, golpes o amenazas, aléjate rápidamente y, sobre todo, toma en cuenta que no eres el responsable de lo que ocurre.



La Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), informó en 2012 que, en México, 60 de cada 100 niños de 1 a 14 años sufre violencia en su familia.*

¿Sabías que...

según la *Ley para la Protección de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes*, los familiares, vecinos, médicos, maestros y otras personas que sepan que se viola cualquiera de los derechos de un niño o una niña, están **obligados** a denunciarlo ante las autoridades?




La familia ¡sí que importa!

Reflexiona un momento y contesta: ¿tu familia es igual a la de tu compañero de banco? Lo más probable es que no, porque todas las familias son muy diferentes. Hay familias formadas por padres e hijos. Otras incluyen a uno o ambos abuelos. En otras hay solo un padre o una madre con sus hijos. ¿Cómo es la tuya? Sin importar qué personas las integran, una característica importantísima de la familia es el afecto y cuidado que

Dónde acudir

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) tiene oficinas en todas las entidades del país. El DIF apoya a niños y niñas que se encuentran en condiciones que dañan sus derechos y su integridad. **¡Acude a ellos!**



* <http://www.vanguardia.com.mx/enmexicopadece nviolencia60 demenoresde14anosrevelalacndh1266318.html>

(Consulta: 18 de marzo de 2013).

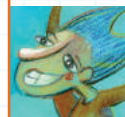
sus integrantes se brindan entre sí. Recibir amor y cuidado en tu familia es necesario para sentirte contento y tener confianza en ti y en los demás. Por ello, si un niño o niña no tiene la atención necesaria de un adulto o el afecto de su familia se puede considerar que se están violando sus derechos.

¿Por qué a veces te sientes solo?

¿Sabías que una persona puede estar rodeada de otras, pero que si nadie le presta atención o ayuda seguramente se sentirá sola?

Esto te lo decimos porque en algunas familias hay adultos que no atienden las necesidades básicas de sus hijos. Por ejemplo, no les proporcionan el alimento suficiente o necesario para su bienestar y crecimiento; no los proveen de la ropa que necesitan; no cuidan su salud o, bien, no les brindan la atención médica que requieren. ¿Qué te parece? Es decir, aunque estos niños tienen a sus padres son descuidados por ellos.

Hay otros casos en que los papás les dan a sus hijos la ropa, la comida, los materiales que necesitan para la escuela, e incluso los juguetes que les gustan, pero trabajan tanto que nunca están con ellos. Estos niños también están descuidados. Aunque, ¡ojo! que ambos padres trabajen no equivale siempre a descuido.



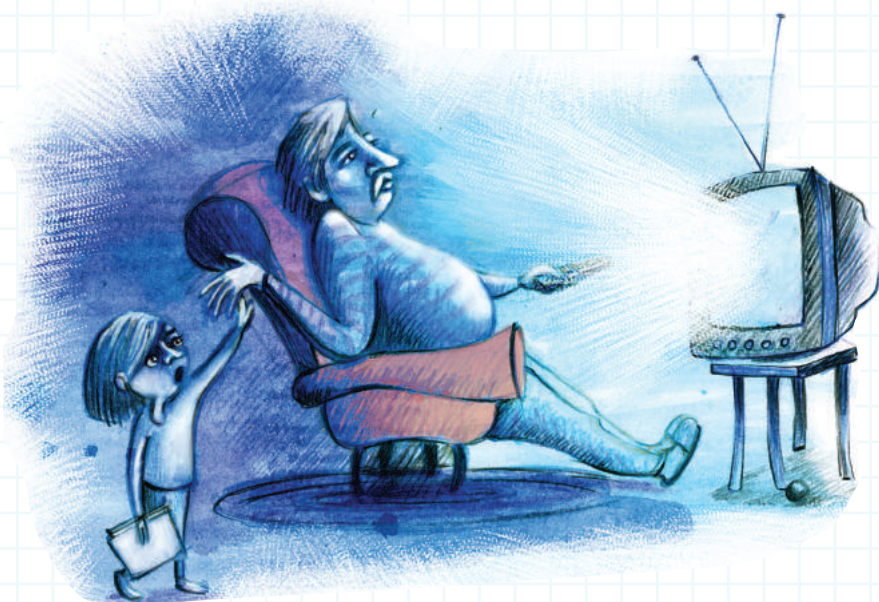
¿Sabes cuándo están descuidados? Cuando los niños no tienen a quién preguntar, con quién conversar y jugar, y a quién acudir cuando sienten temor o preocupación.

Esto no se vale, tú tienes derecho a ser alimentado, educado, atendido y querido. Y todos: ¡los familiares, los amigos, los conocidos, los integrantes de una comunidad y demás ciudadanos tenemos que luchar por ello!

Ten presente siempre, que así como tienes derechos que deben ser respetados, tú también tienes responsabilidades que cumplir para una convivencia armónica con los demás.

El descuido, ¡hay que combatirlo!

Hay familias en las que los adultos no son afectuosos ni prestan atención a los niños. Si esto te ocurre, busca apoyo en otros adultos: tíos, abuelos, profesores o cualquier persona de tu confianza para no sentirte solo.



Ten muy presente que toda persona que decide tener hijos o tener a su cuidado niñas y niños, debe conocer la importancia de prestar atención a las necesidades e intereses de los más pequeños. Si en tu casa tienes la oportunidad de hablar con tus padres y otros familiares para contarles

Un caso extremo de niños y niñas que no son atendidos por sus padres y familiares es el de quienes viven en la calle.

cómo te sientes, qué necesitas y

en qué te gustaría que te ayu-

daran y acompañaran, hazlo. A veces sólo es necesario que

les digas que necesitas hablar

con ellos y expresarles lo importantes que son para ti.

Las molestias en la escuela

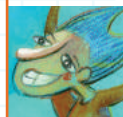
En la escuela convives diaria-

mente con niños y niñas de edades

parecidas a la tuya. Aprendes diferentes

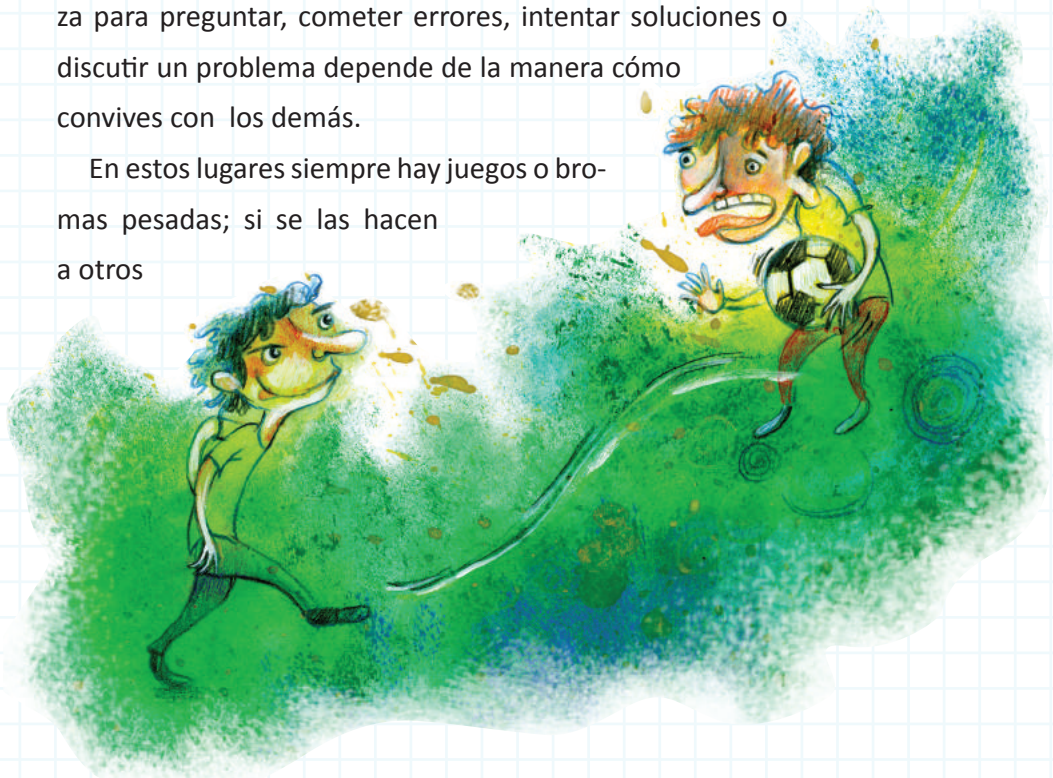
formas de jugar, hablar y hacer el trabajo escolar. Sabes a quiénes prefieres como amigos y qué te gusta. Seguro también sabes lo que no te gusta ¿verdad?

¿Te gustan las películas? Ve *La nana mágica* (Nanny McPhee) red. *Matilda*. Ahí podrás ver lo que pueden hacer los niños y niñas para ayudarse a sí mismos.



Los espacios escolares son lugares para aprender y hacer amigos, pero para esto es necesario que te sientas bien. Tener confianza para preguntar, cometer errores, intentar soluciones o discutir un problema depende de la manera cómo convives con los demás.

En estos lugares siempre hay juegos o bromas pesadas; si se las hacen a otros



seguramente te ríes, si te las hacen a ti las tienes que aguantar como parte de la convivencia con los demás.

Pero, ¿qué pasa cuando estos juegos o bromas causan dolor, tristeza, angustia o miedo?, ¿podrías seguir llamándolos juegos o bromas?

Ir a la escuela con angustia, temor o tristeza puede disminuir tu energía y atención en las actividades escolares. ¿Te has fijado que la manera como convives con tus compañeros afecta tu estado de ánimo?



¿Qué es el *bullying*?

Durante mucho tiempo los adultos pensaron que los disgustos y peleas entre niños eran eso: “juegos de niños”. Que no debían preocuparse, que pasarían pronto y que no eran realmente importantes. Esta idea ha cambiado con el tiempo al observar que algunos de los conflictos y agresiones que ocurren entre niños son expresiones agresivas y violentas que producen daños severos.

¿Has oído hablar del *bullying* o acoso escolar? Es lo mismo: la violencia que ocurre entre alumnos en la escuela. Esto pasa cuando un niño o niña es molestado por otros de manera constante durante semanas o meses. Hay diferentes formas de hacerlo:

- A través de empujones, golpes o la destrucción de sus pertenencias
- Con palabras ofensivas, burlas, apodosos o amenazas
- Con difamaciones
- Por medio del aislamiento

En algunos casos, estas formas de violencia son muy claras y directas, pero otras se ocultan en bromas o juegos pesados. Por ello, es importante que identifiques los comportamientos de otros compañeros que pueden hacer que te sientas enojado, triste, angustiado o atemorizado.

El *bullying* en México

El acoso escolar en nuestro país es un problema con el que muchos niñas y niños se enfrentan a diario. Muchos de ellos pierden las ganas de estudiar y de convivir con los demás. Algunos enferman,



dejan de comer o tienen problemas para dormir. En casos muy graves, hasta pierden la alegría de vivir. ¿Te imaginas?

¿Sabías que...

se estima que 4 de cada 10 niñas o niños que asisten a la escuela primaria o secundaria, han sufrido acoso? * ¿Que 46 de cada 100 alumnos de primaria han sido víctimas de robos por parte de sus compañeros, 24 de cada 100 han sido objeto de burlas, 17 de cada 100 han sido lastimados físicamente, y 2.5 de cada 100 tiene miedo de asistir a la escuela? **

El muégano: un recurso contra la violencia en la escuela

Cuando alguien vive violencia en la escuela, necesita del apoyo de los demás para salir de ella. Si sufres acoso o ves que alguno de tus compañeros lo padece, debes decirlo a tu maestro, al director, a tus padres o familiares. Recuerda que en la escuela, al igual que en la familia, tú y tus compañeros tienen derecho a vivir con el bienestar y la seguridad necesarios para aprender. **¡No te dejes ni los dejes!**

En la escuela existen diversos momentos para tratar los problemas de violencia. Uno de ellos son las asambleas de grupo y de



* Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), en <http://www.jornada.unam.mx/2012/07/30/sociedad/039n1soc> (Consulta: 13 de marzo de 2013).

** Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE), en <http://www.inee.edu.mx/archivosbuscador/2007/05/INEE-20070583-disciplinacompletoa.pdf> (Consulta: 13 de marzo de 2013).

escuela. Tú y todos tus compañeros forman una comunidad que tiene responsabilidad en el cuidado de todos sus miembros. Por ello, las asambleas son apropiadas para discutir situaciones y comportamientos que producen malestar, miedo e intranquilidad a cualquier integrante de la escuela.



Cápsula

El periódico mural es un espacio que puedes utilizar para publicar problemas y críticas a situaciones de violencia, los cuales pueden discutirse en las asambleas escolares o de grupo.

No te hagas “ojo de hormiga”

Quienes no agreden ni sufren agresión, pero la ven, tienen un papel importante en la denuncia del acoso a los maestros u otros adultos. Este papel es de gran ayuda para los alumnos que son amena-

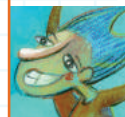
zados. ¡Haz muégano con otros amigos y

protejan a sus compañeros! Para prevenir el *bullying* pueden organizar en su escuela comisiones de alumnos que vigilen los lugares donde suele haber acoso —como pasillos o rincones del patio escolar que quedan fuera de la vista de los adultos— durante el recreo, la entrada y salida de la escuela, por ejemplo.

¿Ya viste la película *Chicken Little*?, es una historia animada sobre *bullying*. Vela y coméntenla en tu salón.

Los medios y sus mensajes para la convivencia

¿Te gusta ver la tele? ¿Qué tal tu afición por los videojuegos? Los medios de comunicación como la radio, el cine, la televisión e internet forman parte de nuestra vida. Algunos de ellos, en especial la televisión e internet, están muy presentes entre las niñas y los niños de tu edad.



Gracias a estos medios puedes saber lo que ocurre en diferentes partes de México y del mundo. Sin duda te diviertes pero también aprendes a través de ellos, pues difunden información y ejemplos de formas de convivir.

Pensarás: ¿y qué tiene que ver esto con la violencia? Pues que a través de las historias, los personajes y los ejemplos que presentan estos medios se ven muchos modelos de violencia. Ciertas formas de competir para ganar, pelear y agredir para resolver problemas o buscar el daño o la destrucción del contrario son algunos modelos de violencia. Muchos de ellos están presentes en los programas de televisión y videojuegos que ves y juegas. ¿Qué te parece?

¿Cómo reconocemos la violencia en los medios?

Como recordarás, la violencia produce siempre un daño intencional hacia alguien. Muchas series de televisión y videojuegos se basan en competencias entre dos o más personajes: el que más daño (o mata) al otro, gana. Si estos juegos y programas fueran la realidad y tú fueras uno de los personajes, tendrías que dañar o incluso matar a los que se te atravesaran. ¿Lo habías pensado así?

Identificar los programas y videojuegos que contienen elementos de violencia puede ayudarte para conocer otros que no los tengan. Así podrás elegir opciones de



televisión y de juegos que presentan otro tipo de situaciones. Vale la pena buscar otras historias, otros juegos. ¡Es un reto! Busca aquellos en los que no tienes que dañar ni destruir a otros para ganar.

¿Cuál es el problema con la violencia en los medios?

Todo el tiempo vemos ejemplos de violencia en los medios de comunicación. Sin darnos cuenta, las situaciones violentas nos parecen “normales”. En algunos casos, estos ejemplos influyen nuestra manera de resolver los problemas: agredir en lugar de dialogar para llegar a un acuerdo; pensar que lo mejor es destruir a quienes piensan diferente en lugar de conocer sus razones.

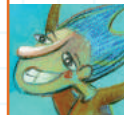
En otros casos, hay quienes tratan de imitar la violencia que ven en los héroes y personajes que admiran, pues piensan que eso es “buena onda”. Pero golpear y destruir nunca ha sido, ni será “buena onda”. Además, como hemos visto, así no se resuelven los problemas. La violencia que se ve en los medios como algo normal, nos lleva a ser “normalmente violentos”. ¡Ojo con esto!

Es importante que aprendas a identificar los programas que tratan sobre hechos violentos, pues si dices ¡NO a la violencia! puedes cambiar el canal, salir a jugar con tus amigos o leer un libro.

¿Sabías que...

de acuerdo con una investigación realizada en 2010 en Estados Unidos de América, los niños de 2 a 18 años ven un promedio de 3 horas diarias de televisión; y que las caricaturas presentan un promedio de 20 actos de violencia por hora? *

* http://www.ehowenespanol.com/afecta-violencia-television-ninos-sobre_135733/ (Consulta: 24 de marzo de 2013).



Nuevas formas de utilizar los medios de comunicación

Todo lo que has leído hasta ahora no quiere decir que debas dejar de ver la televisión. Significa que puedes aprender a analizar los programas que te ofrecen.

Si no estás muy seguro de que los programas que se te antoja ver son apropiados para tu edad, puedes pedir el apoyo de tus familiares o algún adulto. Algunos canales clasifican sus programas para informar si están dirigidos a niños, adolescentes o adultos. Dentro de los programas para niños, hay una gran variedad entre la que puedes elegir algo interesante y divertido que no muestre acciones violentas.

También debes saber que los videojuegos están pensados para niños y niñas de ciertas edades. Esta información puedes consultarla en el estuche del videojuego o en la que se proporciona en internet.

Frente a la violencia que se difunde a través de los medios, tú tienes la posibilidad de no ser afectado o dañado por ella. ¡Elige tu bienestar!



Escucha la canción "Yo nunca vi televisión" del programa 31 minutos, en la que se alude a ciertas desventajas de la televisión.*

* <http://www.youtube.com/watch?v=mxQnxmDfLoc>
(Consulta: 7 de marzo de 2013).

Miradas y caricias muuuy incómodas

Cuidar tu salud —física y emocional— es una forma de respetarte. Este respeto debes recibirlo tanto en casa como en la escuela y tu comunidad. Tus padres y familiares, así como otros adultos —maestros y médicos— tienen un papel importante en tu cuidado, pero tú también puedes colaborar de distintas maneras para hacerlo.

Existe un tipo de violencia que aparece disfrazada como caricias y acercamientos que parecen llenos de cariño. También puede presentarse cuando te piden u obligan a realizar acciones que te incomodan.



¿Qué no es aceptable para nuestro cuerpo y nuestra persona?

Piensa en cómo te muestran cariño tus padres y familiares. ¿Cómo lo muestras tú? Los abrazos, los besos y las caricias son algunas de las formas en que recibes y muestras cariño. De esta manera sabes que otras personas te apoyan, te quieren, te protegen y hacen que te sientas bien.

Sin embargo, cuando una persona adulta toca tus órganos sexuales o los suyos y te acaricia de una forma que te incomoda, te está faltando al respeto y al hacerlo está actuando con violencia (sí, aunque parezcan caricias) pues afecta tu intimidad, es decir, una parte de ti que sólo tú sabes cuándo, dónde y cómo compartir.



Es importante que estés enterado y **muy alerta** de este tipo de violencia: se llama abuso sexual. Cuando una persona mayor que tú toca sus órganos sexuales —el pene y los testículos en los hombres, y la vulva y los senos en las mujeres— frente a ti, toca los tuyos o cualquier parte de tu cuerpo de una manera que te haga sentir incómodo, está cometiendo abuso. ¡Cuéntaselo a un adulto al que le tengas confianza!

Otra forma de abuso o violencia de este tipo es cuando un adulto obliga a un niño a mostrar sus órganos sexuales, a ver escenas donde los adultos muestran dichos órganos o, incluso, a tocar o acariciar los del adulto. Esto tampoco es aceptable ni normal si ocurre con tu mamá o tu papá.



¿Cómo aprendemos a prevenir el abuso sexual?

Es muy importante que sepas que el abuso sexual puede ocurrir en cualquier lugar: la casa, la escuela, los centros deportivos, las iglesias, los baños públicos y otros lugares donde suelen estar a cargo uno o varios adultos. Esto significa que el abuso sexual puede ser cometido por personas que conoces.

Las personas que abusan pueden aprovecharse de la confianza que tienes en ellas, pero también pueden utilizar su fuerza, engaños, chantajes o amenazas. Estas personas pueden aprovechar momentos en que te encuentres con ellas sin la compañía de alguien más y pedirte u obligarte a guardar silencio sobre lo que hacen.



De acuerdo con el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF por sus siglas en inglés), 228 niños en todo el mundo sufren abuso sexual cada hora. También señala que hay más casos que nunca llegan a saberse por las autoridades, pues las víctimas no lo denuncian por miedo o vergüenza.*

¿Sabías que...

tienes derecho a expresar lo que te gusta y lo que te produce malestar del comportamiento de los demás.

También recuerda que la autoridad, la experiencia y la fuerza de los adultos deben ser usadas siempre para protegerte, nunca para lastimarte.



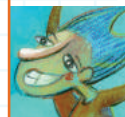
Cápsula

No tienes por qué avergonzarte y ningún niño **NUNCA** tiene la culpa. Denunciar al abusador o abusadora es la solución a este tipo de problema. Recuerda que ellos se aprovechan de que los niños callen y otros adultos no puedan intervenir.

En ocasiones es difícil identificar que una persona abusa sexualmente de ti porque forma parte de tus seres queridos. Por ello, es necesario que estés muy alerta para percibir el malestar o incomodidad que sientes al estar con una persona. Si tienes claro de qué manera te gusta que te “apapachen” te será más fácil identificar lo que no quieres que te hagan. **Una persona que te quiere de verdad, se preocupa porque te sientas bien.**

Pide ayuda ¡siempre y a tiempo!

Cuando alguien violenta tu cuerpo, la ayuda de otros adultos es muy necesaria. Por ello, es importantísimo que identifiques a las personas en las que puedes confiar ante una situación de este tipo. Ellas te ayudarán a resolver los efectos de este daño y a protegerte de los abusadores. **¡Nunca guardes silencio si alguien abusa de ti!**



* http://www.ehowenespanol.com/afecta-violencia-television-ninos-sobre_135733/
(Consulta: 24 de marzo de 2013).

Un grave problema con el abuso sexual es que no se denuncia. Muchos menores que lo sufren no dicen nada porque les da vergüenza que sus familiares u otras personas se enteren o porque creen que tienen la culpa.

Para evitar cualquier situación que te ponga en riesgo de sufrir violencia sexual, es necesario que identifiques las señales de peligro y lo hagas saber, de inmediato, a las personas que sabes que pueden apoyarte y protegerte.

Ve los videos sugeridos en el "Programa de prevención del abuso sexual a niñas y niños" *

Oportunidades para niñas y niños

Como sabes, los órganos sexuales nos distinguen desde que nacemos. Además de estas diferencias biológicas, las familias también se encargan de señalar las diferencias entre hombres y mujeres. ¿Te imaginas cuáles? Tienen que ver con los carritos, las muñecas, los luchadores y el color rosa. Muchos adultos piensan que los gustos de niñas y niños son diferentes y, por ello, desde que son pequeños, les regalan juguetes diferentes y ropa azul o rosa. También, piensan que los niños son rudos, les gusta trepar, correr y ensuciarse; mientras que las niñas son tiernas y tranquilas y les gusta jugar con muñecas. De esta manera, aunque siempre hay niñas correlonas y rudas, y niños que prefieren leer



* <http://www.youtube.com/watch?v=n2FHLZvZby4> y <http://www.youtube.com/watch?v=3STISbavTgc>
(Consulta: 7 de marzo de 2013).

cuentos en lugar de jugar fútbol, se piensa que nacen con gustos de hombre o de mujer. ¿A ti qué te gusta jugar más?

Estas diferencias son un problema cuando limitan a niñas o a niños para ejercer sus derechos y oportunidades para aprender, expresarse y desarrollarse.

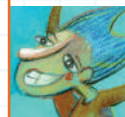
¿Por qué hay derechos y oportunidades desiguales entre niñas y niños?

Desde que eras pequeño aprendiste a reconocerte como niño o niña. También aprendiste a jugar, a vestirse y hacer cosas que se considera que “debes hacer y usar”. Así, comenzaste a compartir la perspectiva de género de tus padres y otros adultos.

El género es la manera en que las personas de una comunidad piensan y valoran las características de mujeres y hombres. Se crea y se difunde por las personas, las familias y los medios de comunicación, por ello, es algo que aprendemos desde niños.

El género es distinto del sexo que, como ya dijimos, se adquiere desde el nacimiento por el hecho de tener órganos sexuales masculinos o femeninos. Para el género masculino se promueven ideas como que los hombres son fuertes, valientes y están interesados en los deportes y la acción. Sobre las mujeres se dice que son sentimentales, débiles y están siempre deseosas de cuidar a los demás. ¿Crees que es cierto?

Durante mucho tiempo, en distintos lugares de México y del mundo, se consideró que las mujeres sólo eran aptas para realizar actividades



dentro de su casa: cuidar a los hijos, atender al esposo, cocinar, lavar y limpiar. En cambio, a los hombres se les señaló como los destinados a otras actividades como: trabajar en diversos oficios y profesiones, proveer de dinero, viajar...

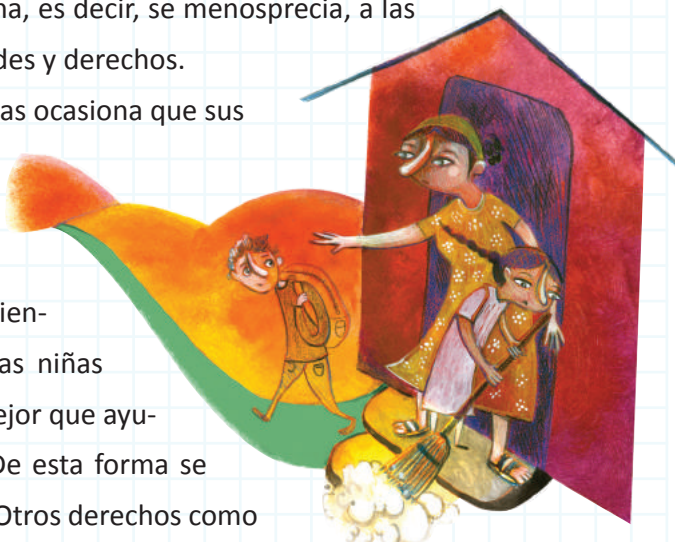
En estos casos, las diferencias creadas para los hombres y las mujeres se convierten en desigualdades que ponen en desventaja a las mujeres y, además, las pone en peligro de sufrir violencia.

En un estudio realizado por la Secretaría de Educación Pública (SEP) y el UNICEF en 2009, con alumnos de 4° y 5° de primaria, la quinta parte de los escolares dijo que a los hijos los dejan salir a jugar y a las hijas no.*

¿Sabes qué es la discriminación y violencia de género?

En México y en muchos otros lugares del mundo se valora más a los niños porque se consideran más valiosas las características masculinas. Por esta razón, se discrimina, es decir, se menosprecia, a las niñas y se les niegan oportunidades y derechos.

La discriminación hacia las niñas ocasiona que sus oportunidades y derechos sean menores que las de los niños, o bien que no se respeten. Por ejemplo, en algunos lugares se piensa que no es importante que las niñas asistan a la escuela porque es mejor que ayuden en las labores de la casa. De esta forma se viola su derecho a la educación. Otros derechos como jugar, descansar y divertirse también son limitados por



* SEP-UNICEF, *Informe nacional sobre violencia de género en la educación básica en México*, México, 2009, p. 33

La violencia doméstica, es decir, la que ocurre en casa, es la forma de violencia más frecuente que sufren niñas y mujeres.

las responsabilidades que les asignan, como: cocinar, lavar ropa, limpiar la casa y cuidar a hermanos u otros familiares. ¿Te parece justo?

Como parte de esta discriminación, niñas y mujeres también sufren acciones violentas como agresiones y maltrato. Esta forma de violencia puede presentarse en la familia, la escuela y la comunidad.

Contra esta violencia, el primer paso es la equidad de género

Ve las películas *Mulan* y *Blanca Nieves y los siete enanos*. Compara los personajes de *Blanca Nieves* y *Mulan*.

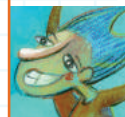
De acuerdo con las leyes mexicanas, niños y niñas tienen los mismos derechos para jugar, aprender y crecer sanos. Por eso, en las regiones de nuestro país donde se sabe que las niñas son discriminadas, se les dan becas para que sus familias no dejen de enviarlas a la escuela.

La equidad de género consiste en que todos tengan las mismas oportunidades y derechos.

Te toca a ti hacer todo lo posible para que en tu familia y en la escuela las oportunidades para todos sean equitativas.

Una violencia que no se ve

Existen formas de violencia que se notan menos o que no las consideramos como tal, porque no hay un individuo o grupo que la produzca. Esta violencia “silenciosa” se genera a partir de la pobreza y la desigualdad, ya que impiden que los derechos de las personas se cumplan o, en su defecto, se realicen de manera muy limitada.





¿Cómo es la comunidad donde vives? ¿A qué se dedican las personas que viven en ella? ¿Hay agua potable, drenaje, energía eléctrica o teléfono? ¿Los adultos tienen empleo? ¿Niñas y niños van a la escuela?

¿Sabes por qué se dice que México es un país con desigualdad? Porque las personas viven en condiciones muy distintas: hay quienes cuentan con todo lo necesario para satisfacer sus necesidades, mientras que otras carecen de esto.



Por qué la pobreza viola nuestros derechos

En México, donde la pobreza afecta a casi la mitad de la población, se violan especialmente los derechos de niñas y niños.



¿Por qué? Pues porque la pobreza limita el acceso a la alimentación, la salud y la educación.

En las zonas rurales, por ejemplo, los niños que viven en poblados apartados tienen que caminar varias horas para llegar a la escuela.



Algunas personas consideran que la pobreza es algo natural, que se origina por la flojera o la mala suerte. Pero no es así, la pobreza es resultado de oportunidades desiguales para vivir y trabajar. Esta desigualdad produce condiciones injustas que impiden el cumplimiento de los derechos de todos. Por eso, la pobreza también es una forma de violencia.

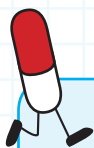


Niñas y niños que trabajan



La pobreza en nuestro país obliga a que muchos niños se incorporen al trabajo. Muchos trabajan junto con sus padres y así contribuyen a mejorar el ingreso familiar.

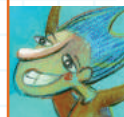
En México, la Constitución establece que la edad mínima para que un menor de edad trabaje es de 14 años, por lo que está prohibido que los menores a esta edad trabajen.



Cápsula

El Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI) informó en 2009 que las principales razones por las que niñas y niños trabajan en nuestro país son: porque en el hogar necesitan de su ingreso para pagar sus estudios o para aprender un oficio.

Los trabajos en los que se incorporan los niños, suelen pagarse mal, con salarios muy inferiores a los de un adulto, o bien sin paga alguna. Muchos de estos trabajos, además, son peligrosos. Esto se llama explotación laboral de los niños.



Bienestar y derechos de los niños

Hay varios organismos e instituciones que se preocupan por tu bienestar. Por eso es importante que conozcas tus derechos y cuáles son las leyes e instituciones que te protegen en México.

El UNICEF, por ejemplo, desarrolla programas para apoyar a la población infantil en el cumplimiento de sus derechos humanos y desarrolla estudios sobre las condiciones de niñas y niños que trabajan en nuestro país.

A través de la escuela y los medios de información tienes la oportunidad de conocer las condiciones en que viven otros niños como tú. Tu acercamiento a este tipo de problemas te permitirá comprender mejor el país y el mundo en que te ha tocado vivir.

En búsqueda de un mejor lugar para vivir

¿Has oído la palabra “migración”? ¿Sabes qué significa? Son los desplazamientos de grupos humanos de un territorio a otro. Por lo general, las personas migran porque buscan mejorar sus condiciones de vida.





Algunas razones que obligan a muchas familias a moverse de su lugar de origen son: el desempleo, la pobreza y la violencia.

¿Conoces personas que hayan migrado del lugar donde nacieron? ¿Qué situaciones les obligaron a hacerlo? ¿Qué crees que sienten los niños o niñas que deben viajar y dejar el lugar donde

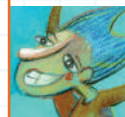
nacieron y donde viven sus amigos? ¿Te gustaría migrar? ¿Por qué?

La migración y los derechos de niñas y niños

La migración es común en nuestro país. Muchos niños y adolescentes tienen que viajar dejando su casa, la escuela, los amigos y a otros seres queridos. Ellos ven dañados sus derechos al no poder desarrollarse en su lugar de origen, con el idioma que conocen y la cultura de la que forman parte.

Los niños que van a otra región, dentro o fuera del país, tienen que adaptarse a nuevas costumbres. En algunos casos, cuando llegan de zona rurales hacia las ciudades, pueden sufrir discriminación a causa de su apariencia y su forma de hablar.

Los problemas empeoran cuando tienen que cruzar solos la frontera con otro país. Por lo general no tienen documentos que les




autoricen a entrar y cuando esto pasa, les niegan derechos básicos como asistir a la escuela, recibir atención médica y a tener un nombre e identidad. Como ves, ¡es una situación muy riesgosa!

Si el que migra es uno o ambos padres, el niño sufre también, pues vive la desintegración de su familia.

La protección de los derechos de niñas y niños ante la migración

El Instituto Nacional de Migración es la institución encargada de vigilar la seguridad de las personas que migran en el país: ya sea que procedan de otros países o sean mexicanos que vuelven del extranjero a nuestro país. En este Instituto trabajan los Oficiales de Protección a la Infancia quienes se encargan de apoyar a los niños migrantes, en especial a quienes

viajan sin la compañía de un adulto, para que sus derechos sean respetados. Como parte de su labor, revisan el estado de salud de niñas y niños y les brindan alimento, descanso y vestido. También les ayudan a comunicarse telefónicamente con sus familiares y les acompañan hasta llegar al lugar donde vive su familia.*



De acuerdo con la Convención de los Derechos de la Niñez, las autoridades de todos los países a los que lleguen niños migrantes deben respetar y hacer cumplir sus derechos, sin importar el lugar de donde vienen y si tienen documentos para estar en el país.



* (<http://www.inm.gob.mx/index.php/page/OPIS>)
(Consulta: 9 de marzo de 2013).

Riesgos para la vida y la seguridad de todos

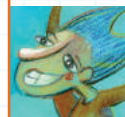


Es probable que a través de la radio, la televisión y el internet te hayas enterado de la violencia relacionada con el crimen organizado, así como de todo tipo de guerras en diversas regiones del mundo.

La violencia del crimen organizado no respeta los derechos humanos. Pone en riesgo la vida, la seguridad, tranquilidad y el bienestar de las personas. Por eso, cuando esta violencia está cerca, a la gente no le queda más opción que cambiar la forma de realizar sus actividades, o bien abandonar sus casas y ciudades para protegerse.

La vida debe defenderse y protegerse ante cualquier tipo de agresión. La vida es la condición para que otros derechos tengan lugar. Siempre debes tener presente que los derechos humanos se han conquistado con el esfuerzo de mucha gente, de pueblos enteros, por lo que tú y todos formamos parte de esa lucha para que se cumplan.

Es necesario saber reconocer la violencia para apoyar a las personas que viven en esta situación y para exigir, a quienes están a cargo, el cuidado y la defensa de la población.



Directorio de instituciones y sitios de consulta

Instituciones que trabajan contra la violencia y a favor de los derechos de niñas y niños

Comisión Nacional de Derechos Humanos: <http://www.cndh.org.mx/>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Convención sobre los Derechos de la Niñez: <http://www2.ohchr.org/spanish/law/crc.htm>

(Consulta: 8 de marzo de 2013).

Fundación JUCONI, A.C. : <https://www.juconi.org.mx/>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Fundación Junto con las Niñas y los Niños, A. C. : <https://www.juconi.org.mx/>

(Consulta: 10 de marzo de 2013).

Fundación Lazos: <http://www.lazos.org.mx/index.php>

(Consulta: 8 de marzo de 2013).

Fondo de Naciones Unidas para la Infancia: <http://www.unicef.org/spanish/>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Red por los Derechos de la Infancia en México: <http://www.derechosinfancia.org.mx/>

(Consulta: 10 de marzo de 2013).

Save the Children: <http://www.savethechildren.es/>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia: <http://sn.dif.gob.mx/>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

UNICEF México: <http://www.unicef.org/mexico/spanish/index.html>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Páginas electrónicas para niñas y niños contra la violencia

Nuestro derecho a ser protegidos de la violencia, Actividades para aprender y actuar dirigidas a niños, niñas y adolescentes: http://www.unicef.org/lac/Nuestros_Derechos.pdf

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Sitio web sobre bullying: <http://www.aprendesinmiedo.com/>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

A jugar con UNICEF: <http://www.ajugarconunicef.org/#centro>

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Tere de sueños y aspiradoras: http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=kipatlas&id=4&id_opcion=507&op=450

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Ndaku para Yaro: http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=kipatlas&id=5&id_opcion=507&op=450

(Consulta: 28 de marzo de 2013).

Gaby, chicles de canela: http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=kipatlas&id=12&id_opcion=507&op=450

(Consulta: 28 de marzo de 2013).