

# Nos hacemos fuertes contra el abuso sexual en la infancia

Todos los niños y todas las niñas tenemos derechos desde que nacemos y a lo largo de toda nuestra vida, sin importar quiénes somos, en qué país vivimos, la lengua que hablamos o nuestra religión.

Nuestros derechos son muy importantes.

Por eso hay una ley internacional, la *Convención sobre los Derechos del Niño*, que explica todos nuestros derechos y sirve para protegernos.

## ¿Cómo nos puede hacer daño una persona?

1

**Cuando una persona nos hace daño**, por ejemplo, nos pega, nos corta, nos empuja o nos hace quemaduras, se llama **violencia física**, porque nos hace daño en el cuerpo.

2

**Cuando una persona nos hace sentir mal** porque nos dice cosas que no nos gustan, nos insulta, grita o nos amenaza, o porque no nos deja estar en un grupo, se llama **violencia emocional o psicológica**.

3

**Cuando una persona nos pide que le enseñemos el cuerpo o nos toca algunas partes o nos enseña su cuerpo o nos pide que le toquemos**, y no nos gusta y no queremos hacerlo se llama **abuso sexual**.

4

**Cuando nuestra familia o las personas adultas con las que vivimos, no nos cuidan bien**, no nos dan bien de comer, no nos llevan al médico o no son cariñosos ni nos protegen, se llama **negligencia física y emocional**.

## Cuando alguien nos hace daño es importante que pidamos ayuda a quien nos hace sentir seguros

Puedes hablar con una profesora o un profesor en quien confíes.

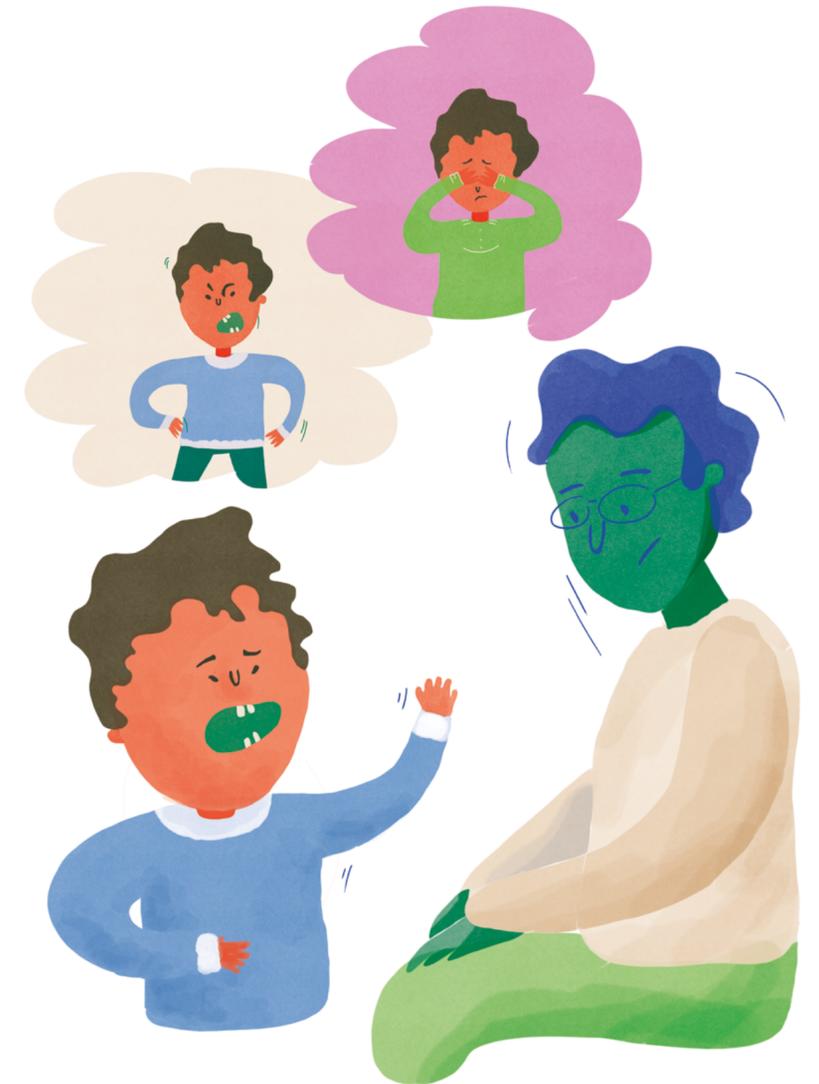
Puedes contarlo a alguien de tu familia con quien te sientas seguro.

O a un amigo o una amiga con quien te sientas bien.

**Cuando alguien nos hace daño podemos sentir dolor, tristeza, vergüenza, miedo, nervios**, no tener ganas de hablar con nuestra familia, con amigos y amigas, o que no nos apetezca comer o no podamos dormir.

**Por eso es importante que hablemos de cómo nos sentimos**, aunque la persona que nos hace daño nos pida que no se lo contemos a nadie. **Si algo nos hace sentir mal, aunque sea un secreto, podemos contarlo a las personas que nos ayudan.**

Seguramente, la persona a quien se lo has contado tenga que pedir ayuda a otras personas y contárselo para poder protegerte y ayudarte.



## No estamos solas, ni solos

Puede ser que después de contarlo nos sigamos sintiendo mal, pero tienes que saber que no estás solo ni sola y que **hay muchas personas que pueden ayudarnos, cuidarnos y protegernos.**

No olvides que **cuando contamos lo que nos pasa somos muy valientes** y que **no tenemos la culpa de nada.**



Web de EDUCAP: [proyectoeducap.eu](http://proyectoeducap.eu) | Contacto: [gestion@proyectoeducap.eu](mailto:gestion@proyectoeducap.eu)

EDUCAP



Institut de Drets Humans  
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA



GREVIA

UNIVERSITAT DE BARCELONA

uc3m | Universidad Carlos III de Madrid



Teléfono de atención a la Infancia ☎ 116111