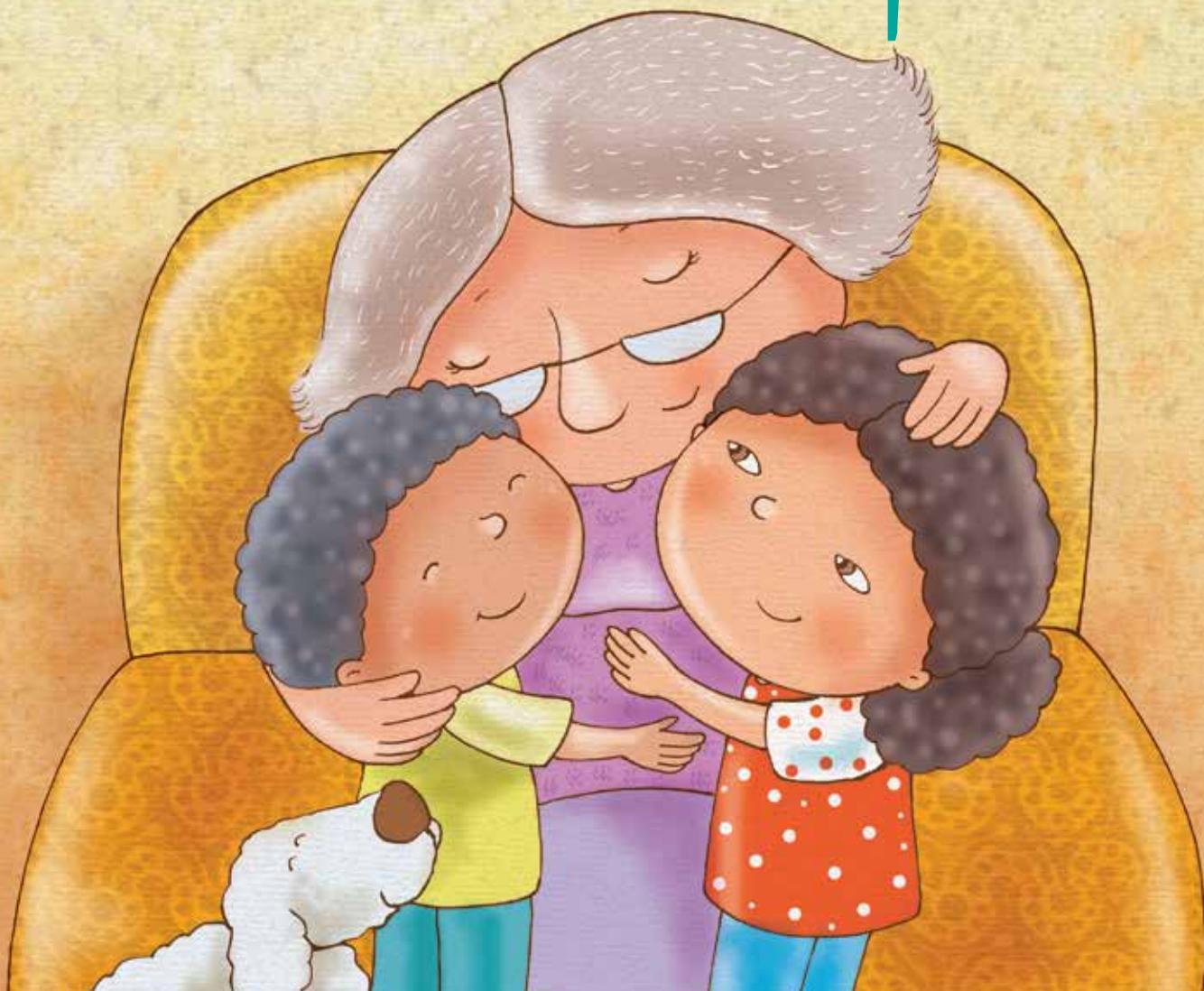


# Cuido mi cuerpo



# Cuido mi cuerpo





Visitar a la abuela es muy divertido... Nos da muchos abrazos, dulces, nos lee libros y nos cuenta muchas cosas.



El otro día mi hermano y yo mirando su librero encontramos una foto de la abuela cuando era niña, con una medalla en el cuello.

-Abuela, ¿por qué te dieron esta medalla?  
-pregunté.

-Porque gané un seminario de defensa  
personal -dijo la abuela.





–¿ Y qué es eso abuela? –preguntamos al mismo tiempo mi hermano y yo.

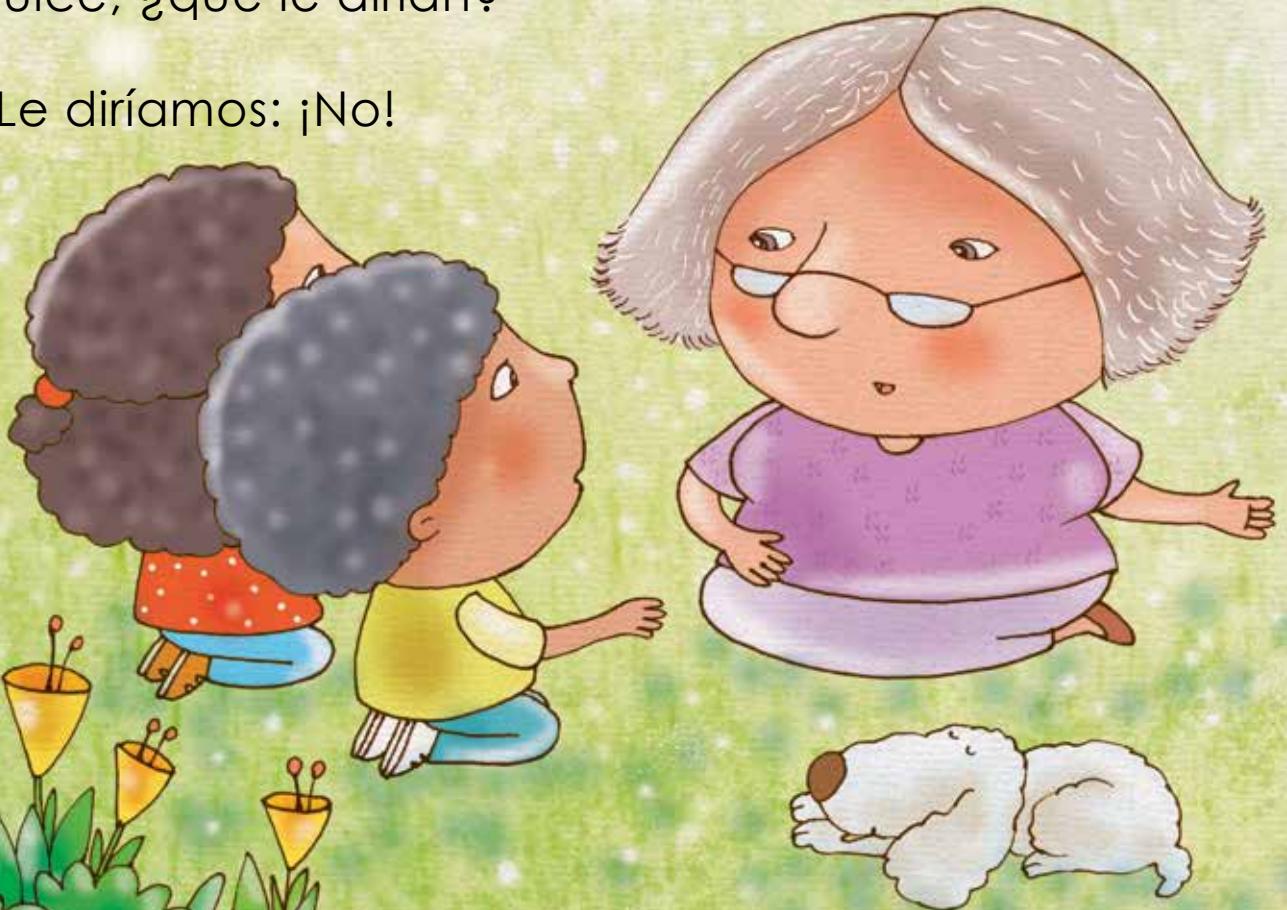
–Es un curso donde enseñan a defenderse cuando alguien quiere agredirnos o hacernos daño –dijo sonriendo.

Nos sentamos todos juntos y la abuela nos dijo:

–Ustedes también tienen que saber defenderse cuando alguien les quiera hacer daño.

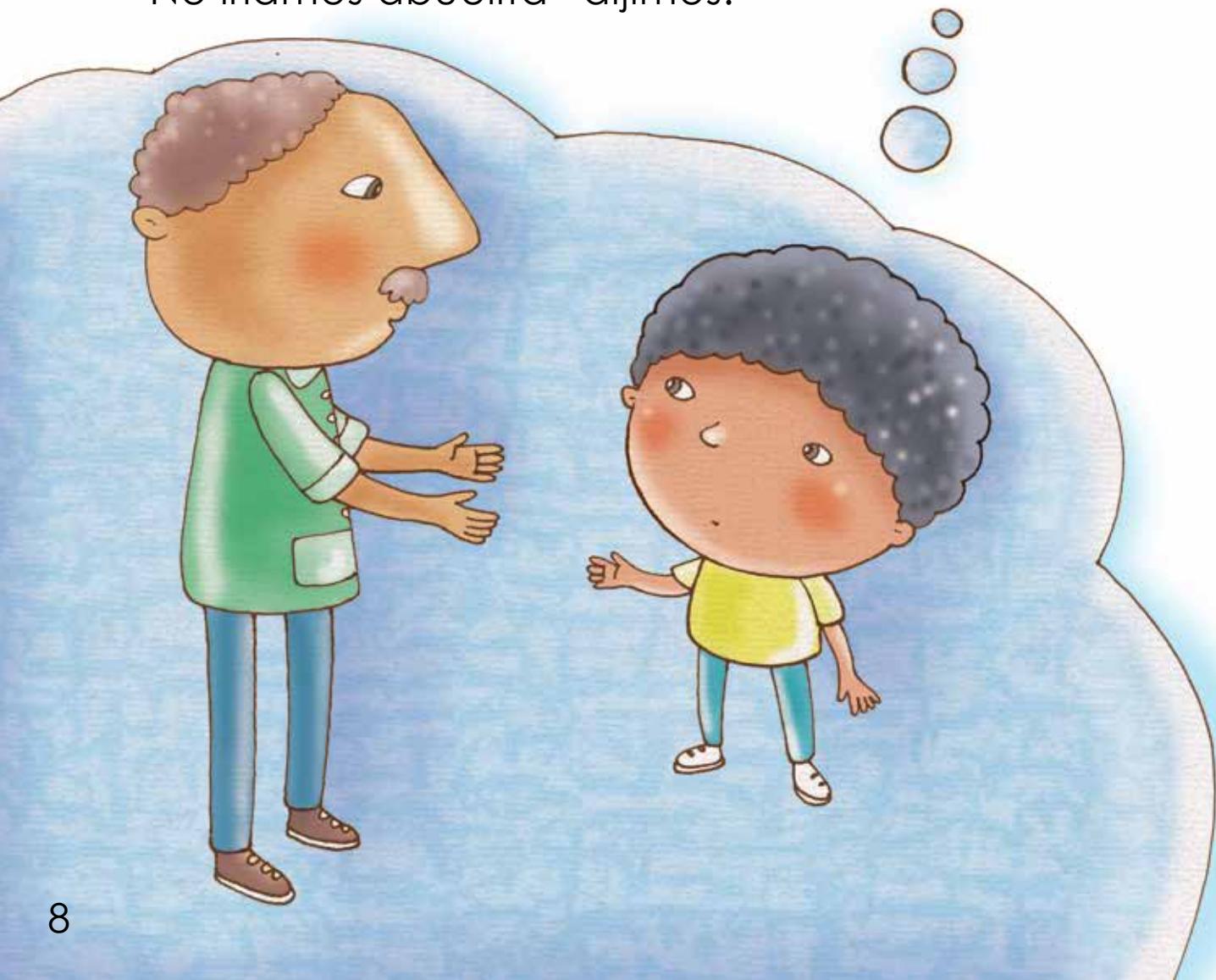
–Por ejemplo, si alguien extraño les quiere dar un dulce, ¿qué le dirían?

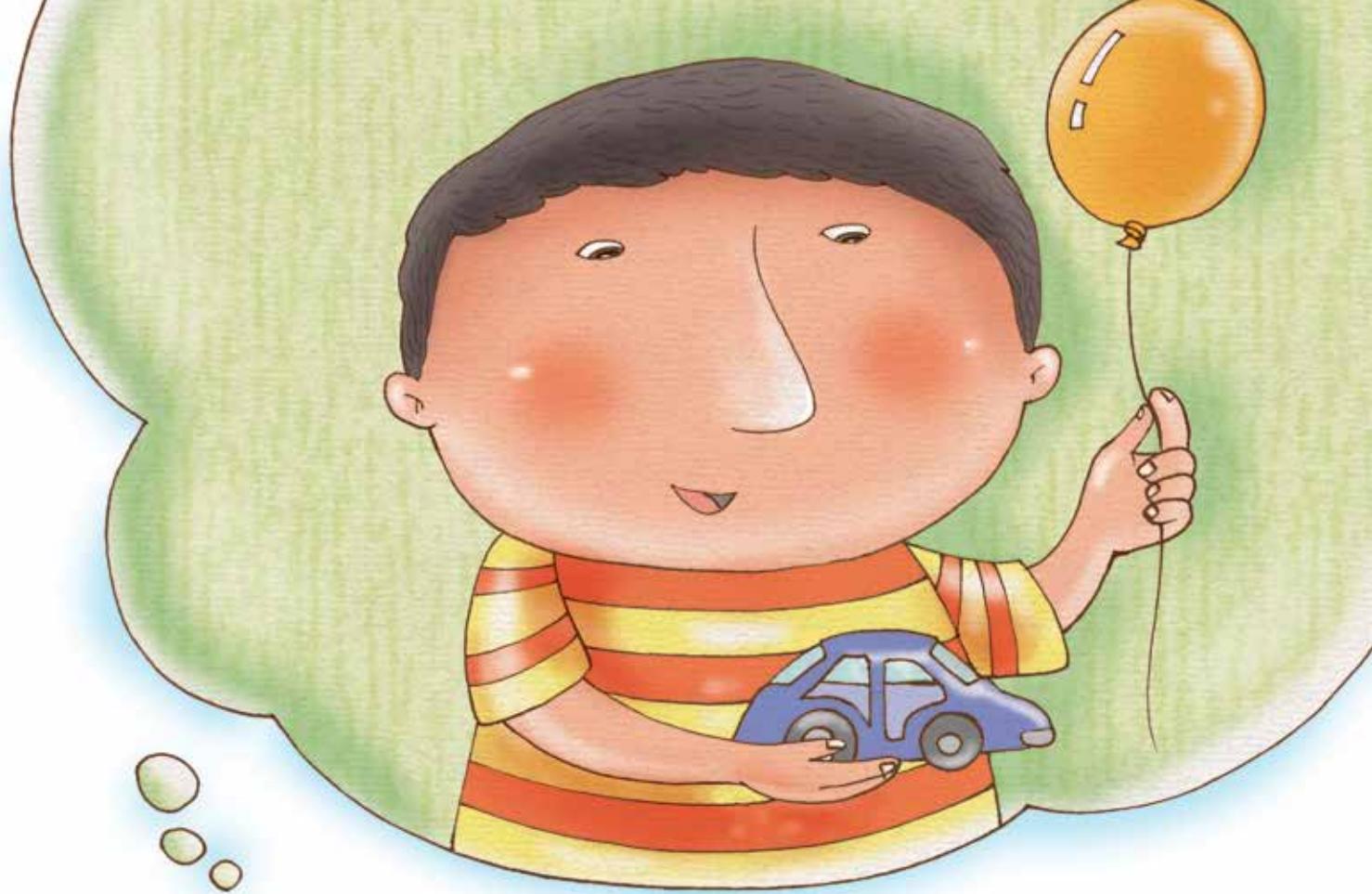
–Le diríamos: ¡No!



-Si alguien que no conocen les quiere llevar a un sitio desconocido, ¿irían?

-No iríamos abuelita -dijimos.





–¿ Y si les ofrece algún juguete hermoso a cambio?  
¿ O si les toma fuerte del brazo?

–No aceptaríamos abuelita y nos escaparíamos de alguna forma o gritaríamos para que alguien nos ayude –dijo mi hermano.

–Me parece muy bien, mis tesoros. También, a veces, amigos, familiares, conocidos o extraños nos piden cosas un poco raras. Por ejemplo:



Nos piden que les mostremos nuestro cuerpo desnudo.

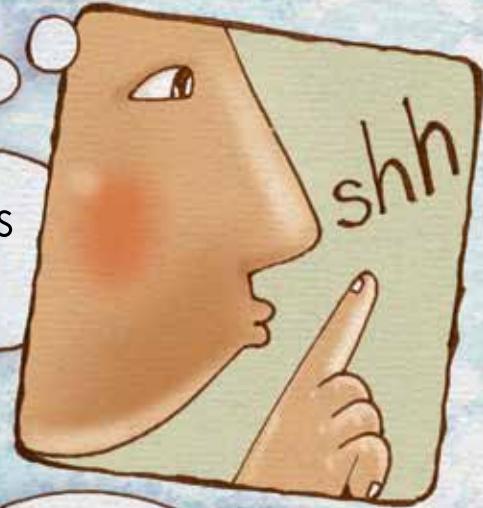
Nos piden que nosotros les topemos sus partes **privadas**, esas que están dentro de su ropa interior.





Nos piden que nos dejemos topar en nuestras partes **privadas**.

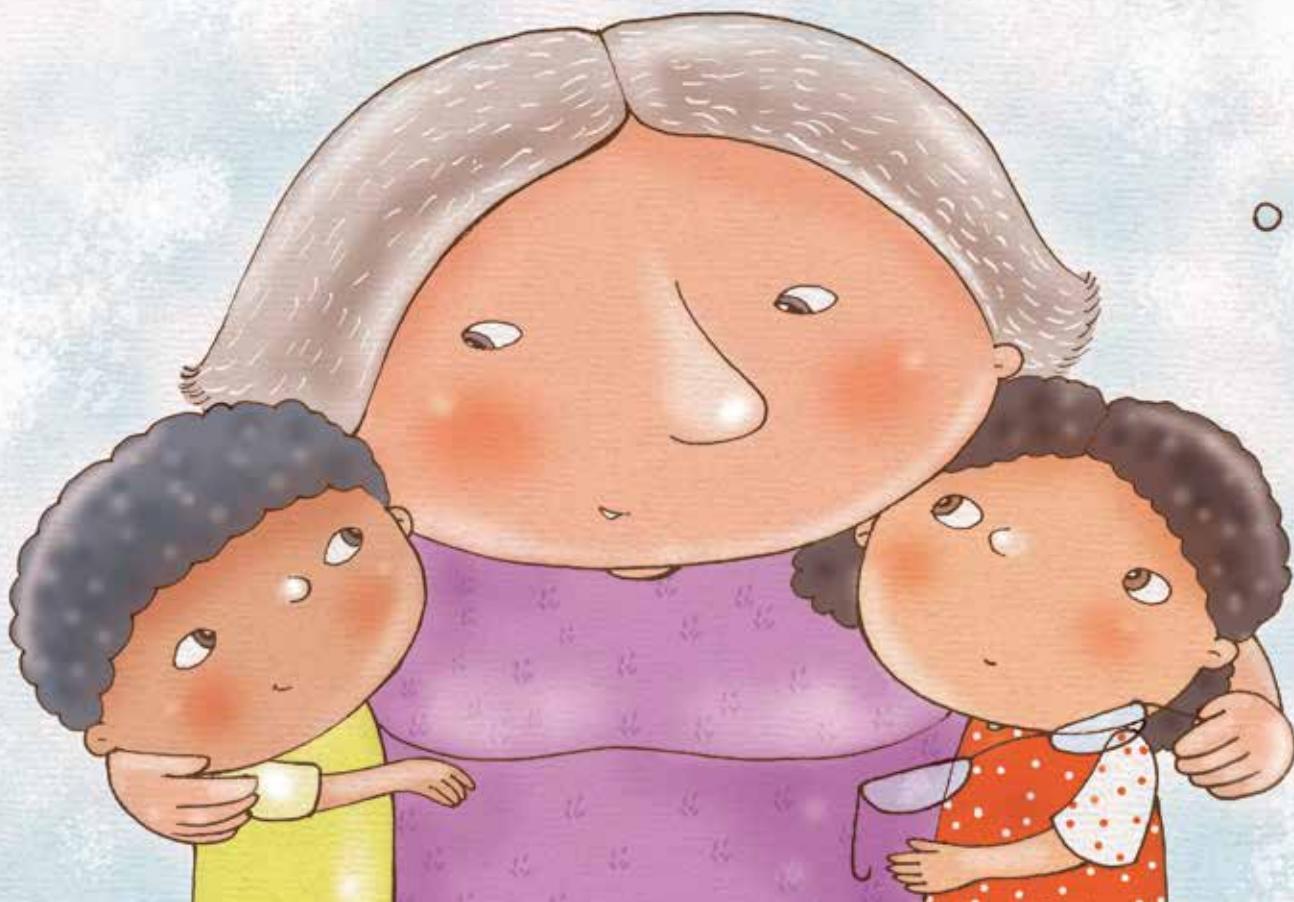
Nos piden que no contemos esas cosas a nadie.

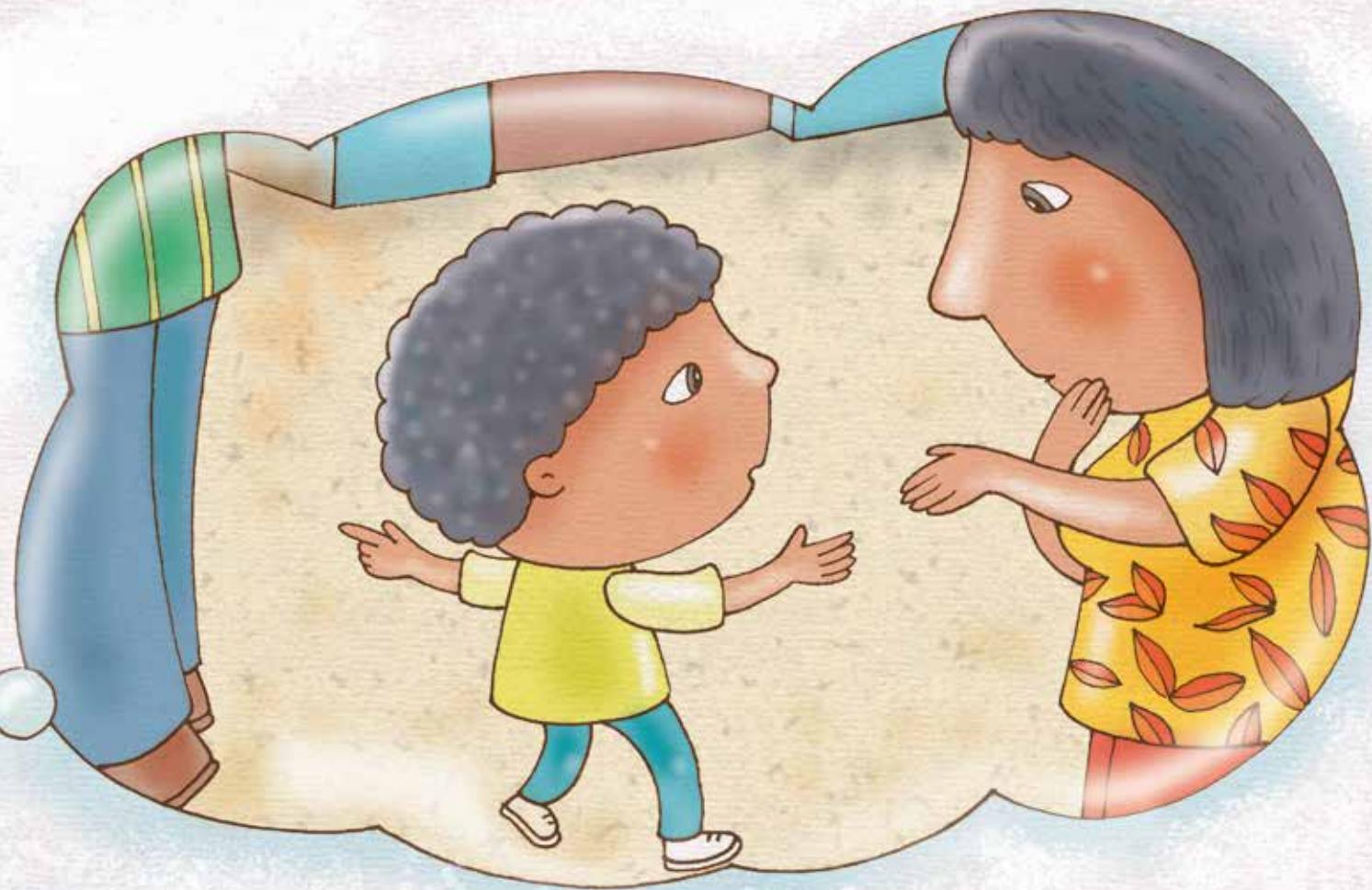


O nos amenazan con hacer daño a alguien querido por nosotros, si no aceptamos su pedido.



–Si alguna de estas cosas sucede, ustedes tienen que responder un **¡NO!** gigante, fuerte, que se escuche hasta la estrella más lejana. Porque su cuerpo es de ustedes y de nadie más. Ninguna persona, ni siquiera sus amigos o familiares, puede pedirles estas cosas, porque les estaría haciendo un daño –dijo la abuelita quitándose los lentes.





–Si alguien usa la fuerza con ustedes, deben correr y escapar.

También tienen que contárselo a gente de su confianza y si no les creen, pueden buscar a otra persona para que les ayude –dijo dándonos un fuerte abrazo.

Mi hermano y yo escuchábamos con mucha atención a la abuelita, que nos había preparado unos dulces muy ricos.

–Abuelita, ¿por qué hay esa gente que quiere hacer daño a los niños? –le pregunté con mucha curiosidad.



–No sabría decirte por qué lo hacen, mi niña, solo sabemos que eso **no** debe suceder. Quienes hacen estas cosas a los niños son **agresores** y la ley tiene castigos para ellos –dijo la abuela.



–Hay muchos niños a quienes les han hecho daño. Esos niños no son culpables ni deben sentir culpa porque ellos no sabían nada de esto que les estoy contando ahora. Nadie les dijo cómo **cuidarse a sí mismo** –la abuela dijo dulcemente.

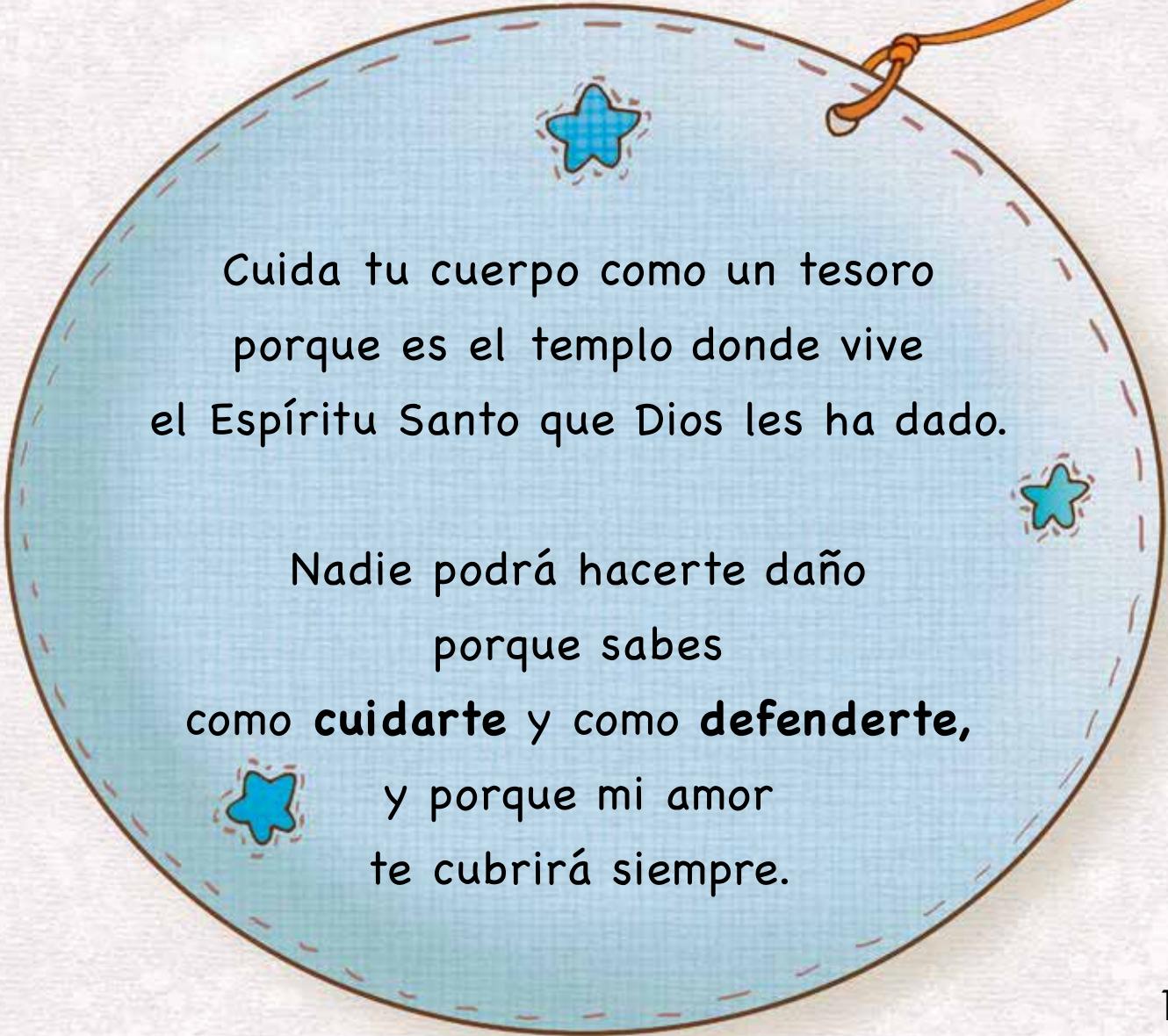




-No se asusten, mis nietos amados, en el mundo también hay gente buena que les quiere mucho, como yo, por ejemplo -dijo enseñando la sonrisa más linda.



La abuela hizo para mi hermano y para mí unas medallitas de tela. En ellas decía:



Cuida tu cuerpo como un tesoro  
porque es el templo donde vive  
el Espíritu Santo que Dios les ha dado.

Nadie podrá hacerte daño  
porque sabes  
como **cuidarte** y como **defenderte**,  
y porque mi amor  
te cubrirá siempre.

Este libro será  
tu compañía.  
Te llevará de la mano  
a descubrir que tu cuerpo  
es un tesoro, un templo  
donde habita  
el Espíritu Santo.

Por eso,  
ni tus amigos,  
ni familiares,  
ni conocidos  
o extraños  
pueden tocar  
tus partes privadas.

Así nadie te  
hará daño  
porque sabrás cómo  
cuidarte  
y defenderte.

*“Soy una creación maravillosa,  
y por eso te doy gracias...”*

Salmo 139:14 (TLA)



ISBN 978-9978-378-98-4



9 789978 378984

  
Compassion®

**NIÑEZ**  
imagen de Dios

Paquete Educativo de Prevención  
del Maltrato y Abuso a la Niñez

