

New Jersey  
Child Assault Prevention (CAP)

200 College Drive  
Blackwood, New Jersey 08012  
856-374-5001  
www.njcap.org

Un Proyecto del Departamento de Niños y Familias  
www.nj.gov/dcf

copyright 2017



New Jersey  
Child Assault Prevention

Guía Para Padres



*Ayudando a los niños a ser  
Seguros, Fuertes y Libres*

## ¿Qué es "CAP"?

CAP es el proyecto de Prevención de Agresión a Menores. Es un programa del Centro Internacional para la Prevención de Asalto. Sus metas son:

1. Aumentar la seguridad personal de los niños, y
2. Hacer que la prevención de violencia en la familia sea el interés de toda la comunidad.

### CAP OFRECE TALLERES PARA

- Niños
- Padres
- Maestros y Empleados de las escuelas
- Grupos Comunitarios

Los talleres de CAP enseñan que todos los niños merecen ser Seguros, Fuertes y Libres. El abuso de menores les roba de esos derechos básicos. CAP, el cual les enseña a los niños a cómo proteger sus derechos, ofrece talleres específicos en los currículos siguientes:

- Edad Pre-escolar (3 ½ - 5 años)
- Jardín de Niños (Kínder)
- Escuela Elemental
- Adolescentes
- Necesidades Especiales
- Programa de Prevención contra la Agresión
- Prevención de Violencia por Resolución de Conflictos



## Recursos Útiles

### A Nivel Estatal:

- Línea directa para información sobre el Alcohol—24 Horas 1-800-322-5525
- Violencia Domestica – Información/Referidos—24 Horas 1-800-572-7233
- Información acerca de Drogas/Referidos—24 Horas 1-800-225-0196
- Centro de Referidos Para Mujeres—24 Horas 1-800-322-8092

*Información/Referidos sobre todos los asuntos relacionados con mujeres; Patrocinado por la División sobre Mujeres en NJ*

- Oficina para Servicios de Menores—24 Horas **1-800-331-DYFS** 1-800-331-3937

*Líneas de Acción/Preguntas Relacionadas con DYFS*

- Padres Anónimos—24 Horas **1-800-THE-KIDS** 1-800-843-5437

*Línea directa para [The Kids] Información/Referidos y Grupos de Ayuda en todo el Estado*

- NJ Self-Help Clearinghouse – lunes a viernes, 9:00am—4:00pm 1-800-367-6274

*Información para formar y encontrar grupos de ayuda en todo el Estado*

- Prevención de Agresión a Menores de NJ (CAP) [www.njcap.org](http://www.njcap.org)
- NJ Helps [www.njhelps.org](http://www.njhelps.org)

### A Nivel Nacional:

- Línea directa nacional para personas perdidas **1-800-843-5678** (1-800-THE-LOST)
- Línea directa nacional para personas que han huido **1-800-621-4000** (1-800-RUNAWAY)

- Ayuda para los que han huido **1-800-231-6946** (Austin) o **1-800-621-4000** (Chicago)

*Niños que han huido por todo el país pueden llamar a estos números para información en donde encontrar refugio, asistencia médica, ayuda legal, consejeros o para enviar un mensaje a sus padres. Los empleados en estos centros pueden ayudar a alguien que ha huido en cualquier parte de los Estados Unidos.*

- Línea Nacional para la Prevención del Suicidio 1-800-273-8255



## ¿Cómo Puedo Ayudar a un Niño que ha Sido Abusado?

### Si un niño le cuenta que ha sido abusado...

- Siempre mantenga la calma
- Crea lo que el niño le dice
- Permita que el niño diga la historia en sus propias palabras
- No evite temas vergonzosos
- No asuma nada

### Objetivos

- Cerciorarse de las necesidades de seguridad del niño
- Averigüe lo que el niño quiere de usted
- Valide los sentimientos del niño
- Asegúrese que el niño sepa que no es su culpa
- Dígale al niño que tiene el derecho de ser seguro
- Déjele saber al niño que acciones se van a tomar

## Si Usted Sospecha Abuso de Menores

### Llame a la línea directa para Abuso de Menores en NJ:

**1-877-NJ ABUSE**

24 HRS. (1-877-652-2873)

La siguiente información será útil para el Departamento de Menores y Familias:

- Nombre del niño.
- Nombre y dirección de los padres o persona encargada.
- Edad y sexo del niño.
- La naturaleza y el extenso de las heridas o descripción del abuso.



## ¿Cómo Puedo Yo Ayudar a los Niños a ser Seguros, Fuertes y Libres?

### 1. Repase con su hijo lo que él aprendió en el taller de CAP haciendo las siguientes preguntas:

- **¿Qué tres derechos aprendiste?**  
(Los derechos a ser Seguro, Fuerte y Libre)
- **¿Qué pasa cuando alguien trata de quitarte estos derechos?**  
(Tienes un problema)
- **¿Cómo puedes protegerte de ser acosado?** (Defiéndete a ti mismo, decir "no", huye, busca un amigo, cuéntale a un "adulto de confianza")
- **¿Qué puedes hacer para protegerte de los desconocidos?**  
(Mantente a más de dos brazos de distancia. No le des tu nombre, dirección, correo electrónico u otra información personal, no les hables)
- **¿Qué puedes hacer si alguien te toca de una manera que te hace sentir incómodo?** (Decir "no", huye, buscar a adultos de confianza y cuéntales)
- **¿A quién le puedes contar si tienes un problema? ¿Quiénes son tus "adultos de confianza"?**  
(Padres, parientes, vecinos, empleados de la escuela, etc.)
- **¿Qué puedes hacer si ves a un amigo en problema?**  
(Hacer el grito de CAP, buscar ayuda, contarles a adultos de confianza)

### 2. Hábleles acerca de sus "partes privadas"

Enséñele a su hijo que está bien hablar acerca de los genitales. Si no les damos nombres a estas partes del cuerpo, les enseñamos a los niños que estas partes son malas y que nunca deben ser mencionadas. El enseñarle a los niños palabras como senos, pene, vagina y nalgas les ayuda a sentirse cómodos con estos términos apropiados.

### 3. Enséñeles sus límites personales\*

Ayúdeles a los niños a entender que sus cuerpos les pertenecen a ellos. Enséñeles a como bañarse, vestirse y cuidar de sí mismos. Respete su derecho a la privacidad. Dele privacidad cuando se visten, usan el inodoro o se bañan. Toque su puerta antes de entrar a su habitación o al baño. Respete sus pertenencias. A medida que usted ponga el ejemplo de respeto hacia ellos, ellos se darán cuenta que tienen el derecho a ser respetados y la responsabilidad de respetar a los demás.

### 4. Jueguen el juego de '¿Qué tal si...'\*

Este juego le enseña a los niños a desarrollar las estrategias que usarían en una situación peligrosa.

## Como Empezar el Juego

Pregúntele al niño "¿Qué harías si...?" y después permita que el niño responda. La clave es dejar que el niño salga con sus propias ideas y luego reforzar las buenas ideas con encomio. Esto aumentará la confianza que el niño tiene en sí mismo al manejar situaciones peligrosas. Aquí hay algunas preguntas que puede hacer:

- **¿Qué harías si tu bicicleta se rompiera y un desconocido te ofrece llevarte a la casa?**
- **¿Qué harías si yo no estuviese en la casa y el trabajador de la compañía de teléfonos viniera a la puerta para decir que quiere arreglar el teléfono?**
- **¿Qué harías si tu niñera te hiciera algo que te haga sentir incomodo y te pidiera que lo mantengas en secreto?**
- **¿Qué harías si alguien te tocara de una forma que no te gusta o que te haga sentir confundido?**

Permita que el niño salga con sus propias repuestas. Anime al niño a usar soluciones realistas. Las soluciones deben incluir recibiendo ayuda de un amigo, contándole a un adulto de confianza, diciendo "no", y defender sus derechos.

### 5. Aprendiendo a decir "no"

"No" es una palabra segura, fuerte y libre. Una razón por la cual los niños rehúsan a decir "no" al abuso es porque se les enseña que decir "no" es ser maleducado o irrespetuoso. Los adultos deben reconocer que hay veces cuando decir "no" es esencial para mantener la seguridad de los niños. Los niños merecen saber que el decir "no" es una buena forma de protegerse a sí mismos y mantener sus derechos.

### 6. Actividades Físicas\*

Anime al niño a involucrarse en juegos y deportes organizados, pero no solo los niños sino también las niñas. Esto les ayudará a adquirir un sentido de confianza en su físico en caso de que tengan que protegerse a sí mismos. Desanímelos a participar en juegos en los que el adulto o un niño de más edad dice, "Pégame los más duro que puedas; no me puedes herir." Esto les enseña a los niños que no tienen poder contra alguien más grande, lo cual no es necesariamente cierto. Asegúrese que los niños son respetados durante los juegos. Por ejemplo, si los niños se están haciendo cosquillas, y uno le pide al otro que pare, asegúrese que el juego termine.

Derivado de información del Proyecto CAP del condado de Contra Costa.

\*Información de *No Más Secretos*, por Caren Adams y Jennifer Fay.

## ¿Cómo Puedo Reconocer si un Niño está Siendo Abusado?

A veces los niños no nos dicen cuando tienen un problema, nos lo enseñan. Un cambio en el comportamiento de un niño puede ser el resultado de abuso. Algunos de los siguientes cambios en el comportamiento pueden dar alerta a los adultos de posibles problemas.

### CAMBIOS DE COMPORTAMIENTO

- se retrae o es agresivo
- no muestra afecto o es sobre-afectuoso
- tiene las mismas pesadillas varias veces
- masturbación inapropiada
- huye o tiene miedo de ir a la casa, la escuela, etc.
- vuelve atrás en comportamiento (el niño vuelve a chuparse el dedo o a tener accidentes de inodoro después de haber aprendido a usar este)

### PRUEBAS FISICAS

- moretones, quemadas, cicatrices, verdugones, huesos rotos, heridas continuas o sin explicación
- infecciones urinarias (especialmente en niños jóvenes)
- enfermedades contraídas sexualmente
- achaques crónicos, dolores de estomago, vómitos, problemas alimenticios
- picazón o hemorragia vaginal o anal

### PREOCUPACIONES EDUCACIONALES

- fracaso académico
- inhabilidad para concentrarse
- demuestra un cambio repentino en sus notas
- duerme en la clase

### OTRAS SEÑALES

- abuso de alcohol u otras sustancias
- niños de más edad abusando sexual o físicamente de niños más jóvenes
- hiriendo o matando animales
- heridas a si mismo/intento de suicidio
- depresión/ansiedad
- delincuencia
- temor en demasía
- activo sexualmente o estar muy consciente de sexo para su etapa de desarrollo
- temor de estar con una persona en particular
- mintiendo
- encendiendo fuegos