

# New Jersey Child Assault Prevention Guía Para Padres



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

A Program of the International Center for Assault Prevention



## ¿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



# ¿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.

# ¿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 FÍSICAS

- moretones, quemaduras, cicatrices, verdugones, huesos rotos, heridas continuas o sin explicación
- infecciones urinarias (especialmente en niños jóvenes)
- enfermedades contraídas sexualmente
- achaques crónicos, dolores de estómago, 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

## **¿Cómo Puedo Ayudar a un Niño que ha Sido Abusado? Si un niño le cuenta que ha sido abusado...**

1. Siempre mantenga la calma
2. Crea lo que el niño le dice
3. Permita que el niño diga la historia en sus propias palabras
4. No evite temas vergonzosos. Deje que el niño pueda hablar de cualquier cosa.
5. No proyectes ni asumas nada. Deje que el niño cuente la historia y deje de lado sus propias suposiciones.
6. Cerciorarse de las necesidades de seguridad del niño
7. Valide los sentimientos del niño
8. Asegúrese que el niño sepa que no es su culpa
9. Dígale al niño que tiene el derecho de ser seguro
10. Déjele saber al niño que acciones se van a tomar



# Reporting Child Abuse in New Jersey

La división de protección del niño y permanencia (DCP y P) es protección de la infancia y agencia de bienestar infantil en el Departamento de niños y familias de Nueva Jersey. (DCF)

DCP & P es responsable de investigar las denuncias de abuso y negligencia infantil y, si es necesario, arreglo para la protección del niño y el apoyo a la familia.

Child Abuse Hotline (Registro Central de estado) recibe todos los informes de niños abuso y negligencia las 24 horas al día, 7 días a la semana. Informes que requieren una respuesta de campo se reenvían a un DCP & P Oficina Local para la investigación. Después de horas normales de trabajo, la línea directa está vinculada con una red estatal de unidades especiales de respuesta cargada con la responsabilidad de responder a los informes.



## **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.

# Recursos Útiles

## NIVEL ESTATAL:

Información sobre el Alcohol & Drogas - 24 horas-**800-238-2333**

Violencia Domestica - Referidos/Información - 24 horas-**800-572-7233**

Los Padres Inc.- 24 horas-**800-843-5437**

Prevención de Agresión a Menores en NJ (CAP) **www.njcap.org 856-374-5001**

Línea directa del Abuso y Negligencia Infantil en NJ –24/7 **877-NJABUSE**

Asistencia en NJ–Servicios para ayudar a las familias en Nueva Jersey **www.NJHelps.org**

Centro de Referidos para Mujeres - 24 horas-**800-322-8092**

*Información/referencias sobre todas las cuestiones relativas a las mujeres*

2 ° Piso – Línea directa para jóvenes—**www.2ndfloor.org- 888-222-2228**

Línea directa—Prevención de Suicidio— **www.njhopeline.com-800-273-8255**

## NACIONAL:

Niños desaparecidos - 24 horas **www.missingkids.org-800-843-5678**

Línea directa—Personas desaparecidas - 24 horas **800-843-5678 (1-800-THE LOST)**

Línea directa—Abuso Sexual—**www.rainn.org-800-656-4673**

## New Jersey Child Assault Prevention (CAP)

Camden County College  
200 College Drive,  
Blackwood, New Jersey 08012  
856-374-5001  
[www.njcap.org](http://www.njcap.org)  
[www.internationalcap.org](http://www.internationalcap.org)



*A Project of the  
New Jersey Department of Children and Families*