

## ¿Quiénes son los adultos de confianza?

Un adulto de confianza es una persona en la cual tú y tus padres pueden confiar. Es alguien que cuida de ti y no te hace daño. Un adulto de confianza puede ser tu papá o mamá, maestro, principal de escuela, consejero, tía, tío, abuelo o abuela, policía, o un buen vecino. Debes hablar con tus padres acerca de quiénes son los adultos de confianza en tu vida.

# Guías de Seguridad para Revisar con los Estudiantes más Jóvenes

## Seguridad en la Casa

- Si tienes miedo de estar solo o de quedarte solo en casa, dile a tus padres que esto te hace sentir incómodo.
- Si vas a estar solo en casa, asegúrate de tener a mano un número de teléfono de alguna persona a la que puedas llamar si no puedes contactar a tus padres.
- Conoce las reglas del estar solo. Debes saber que puedes y no puedes hacer cosas como mirar la televisión, usar la computadora, hablar por teléfono, invitar a los amigos a tu casa, preparar meriendas.
- Si estás en casa y tus padres no están y alguien viene y llama a la puerta, no respondas. Responde sólo **si** la persona es un amigo de la familia de confianza o un familiar, **si** te sientes cómodo estando a solas con esa persona, y **si** la visita ya ha sido aprobada por tus padres.
- No digas nunca a alguien por teléfono que estás solo en casa. Si alguien llama, dile a esa persona “mi mamá/papá no pueden venir a atender el teléfono en este momento, ella/él me ha pedido que tome un recado”.

## Seguridad en Camino a o de Vuelta de la Escuela

- Al caminar o manejar una bicicleta hacia y desde la escuela, ve siempre con un hermano, hermana o amigo. Esto es más seguro y más divertido.
- Camina o maneja en áreas bien iluminadas y nunca tomes atajos.
- Permanece enterado de lo que pasa a tu alrededor, observa todas las reglas de tráfico.
- Habla con tus padres sobre el camino que tomas para ir a y para volver de la escuela.
- Si alguien te molesta o te sigue en tu camino hacia o desde la escuela, aléjate de esa persona y díselo a un adulto de confianza.
- No camines ni juegues solo en tu camino de vuelta a casa. Conoce los “lugares seguros” a los que puede ir en tu camino hacia o desde la escuela.
- Una vez que estés en tu casa, cierra las puertas con llave.
- Llama a tus padres y diles que ya estás en casa en seguridad.

## Seguridad en la Escuela

- Si ves una persona extraña en las inmediaciones de la escuela, díselo a un adulto de confianza.
- No dejes nunca la escuela ni el área de clases sin informar a los demás.
- Si tus padres no vienen a buscarte después de la escuela o actividad, quédate allí. Tienes que saber qué hacer; habla con tus padres de antemano. Quédate con tu maestro o con otro adulto de confianza hasta que vengan a buscarte. No te vayas a tu casa caminando.

## Seguridad en tu Barrio y en tu Ciudad

- No dejes nunca tu casa ni el patio de tu casa sin decirle a nadie.
- No vayas a ningún lugar solo. Ve siempre con un amigo.
- No vayas nunca solo a un baño público.
- Si te separas de tus padres sin darte cuenta en el mall, en una tienda o en algún otro lugar grande, dile a un empleado o a alguna otra persona que trabaje allí que has perdido a tus padres.
- Ten cuidado de dónde juegas. Permanece alejado de las piscinas, canales y otros depósitos de agua.
- No juegues cerca de calles con mucho tráfico ni cerca de áreas deshabitadas.
- Si ves una persona extraña por el barrio, díselo a un adulto de confianza.
- Si un automóvil se detiene cerca de ti, camina rápidamente en la dirección opuesta a la que del automóvil. Aléjate del peligro, no vayas hacia él.
- Si alguien que no conoces o alguien que te hace sentir incómodo te ofrece llevarte, dile “¡No!” No aceptes que te lleve una persona a menos que tus padres estén de acuerdo.
- Grita, chilla y pateas si alguna persona intenta llevarte a algún lado. Grita “¡Este no es mi papá!” o “¡Esta no es mi mamá!”
- Los adultos deben siempre solicitar la ayuda de otros adultos. Si algún adulto te pide ayuda, aléjate sin responder.
- Es correcto el decir “No” a un adulto que te da miedo, o te hace sentir incómodo o turbado. Si sucede algo que te hace sentir así, díselo a tus padres o a algún otro adulto de confianza. Confía en tus sentimientos.
- El hecho de que alguien te llame por tu nombre no significa que te conoce. Tu nombre puede estar en tu chaqueta, tu bolso o tu camisa.
- No aceptes regalos de nadie sin antes haber preguntado a tus padres. Dile inmediatamente a alguien si recibes un regalo de alguien, especialmente si te dicen que es un secreto.
- Si alguien te dice un secreto y quiere que no se lo digas a nadie, pues tienes que decírselo a alguien. Un buen secreto es aquel que con el tiempo será dicho a los demás, como por ejemplo una fiesta sorpresa.
- Tu cuerpo es especial y es íntimo. Nadie puede tocar las partes de tu cuerpo que están cubiertas por tu ropa interior. Si alguien hace esto, díselo inmediatamente a un adulto de confianza.
- No des nunca información personal por Internet y no aceptes nunca encontrarte en persona con alguien que hayas conocido por Internet.
- Comparte esta información con tus padres y pídeles que te den una lista de tres adultos a los cuales puedas acudir en caso de necesidad. Escribe sus nombres y sus números de teléfono y ponlos sobre la puerta del refrigerador de tu casa.