

## Enseñe a su hijo “La Regla de Kiko”.

Se estima que uno de cada cinco niños es víctima de violencia sexual, incluido el abuso sexual.

Usted puede ayudar a impedir que esto le suceda a sus hijos y a los niños que están a su alrededor. Enseñe a su hijo “La Regla de Kiko”.

### “La Regla de Kiko”.



“La Regla de Kiko” es una guía sencilla para ayudar a los padres, madres y educadores a explicar a los niños y niñas dónde otras personas no pueden tratar de tocarles, cómo reaccionar y a quién dirigirse para pedir ayuda.

¿Qué es “La Regla de Kiko”? Es sencilla: los niños no deberían permitir que otros niños o adultos toquen partes de su cuerpo que suelen ir cubiertas por su ropa interior. Y no deberían tocar a otros niños, niñas y/o adultos en esas zonas.

También ayuda a explicar a los niños que su cuerpo les pertenece, que existen secretos buenos y malos, y formas de tocar buenas y malas.

|  |   |
|--|---|
| Cómo enseñar “La Regla de Kiko” .....                        | 2 |
| Por qué “La Regla de Kiko” .....                             | 5 |
| Cómo actuar si sospecha una situación de abuso .....         | 6 |
| Dónde encontrar los materiales, recursos e información ..... | 7 |

## Cómo enseñar “La Regla de Kiko”.

“La Regla de Kiko” se estableció para ayudar a los padres, madres y cuidadores a iniciar una conversación con sus hijos. Puede ser un instrumento muy eficaz para protegerles contra el abuso sexual y contra otras formas de violencia sexual.

“La Regla de Kiko” tiene cinco aspectos importantes.

### 1. Tu cuerpo es tuyo

Debemos enseñar a los niños que su cuerpo les pertenece y que nadie puede tocarles sin su permiso. La comunicación abierta y directa a una edad temprana sobre la sexualidad y las “partes privadas del cuerpo”, utilizando los nombres correctos para los genitales y otras partes del cuerpo, ayudarán a los niños a comprender aquello que no está permitido. Los niños tienen derecho a no querer que les den un beso o les toquen, incluso cuando se trata de una persona a la que quieren. Se debe enseñar a los niños a decir “No”, de forma inmediata y firme, a un contacto físico inapropiado, a alejarse de situaciones no seguras y a contar sus vivencias a un adulto de confianza. Es importante subrayar que deben insistir hasta que alguien les tome en serio.

En el libro, la mano siempre pide permiso a Kiko antes de tocarle. Kiko le da su permiso. Cuando la mano quiere tocarle dentro de su ropa interior, Kiko dice “No, eso sí que no”. Los padres, la familia en general y los cuidadores pueden utilizar esta escena para explicar a los niños que pueden decir “No” en cualquier momento.

### 2. Buena forma de tocar – mala forma de tocar

Los niños no siempre reconocen las formas apropiadas e inapropiadas de tocar. Debemos decir a los niños y niñas que no está bien que alguien mire o toque sus partes privadas o que les pidan que miren o toquen las partes privadas de otra persona. “La Regla de Kiko” les ayuda a reconocer un límite evidente y fácil de recordar: la ropa interior. También ayuda a los adultos a iniciar una conversación con los niños.

Si los niños no están seguros de si el comportamiento de una persona es aceptable, debemos asegurarnos de que sepan que pueden pedir ayuda a un adulto de confianza.

En el libro, Kiko se niega a que la mano le toque dentro de la ropa interior. Los padres, familiares y educadores pueden explicar que algunos adultos (como cuidadores, padres o médicos) tal vez tengan que tocar a los niños, pero debería alentarse a los niños a decir



### 3. Secretos buenos – secretos malos

Los secretos son una táctica primordial de las personas que cometen abusos sexuales. Por este motivo es importante enseñar a los niños la diferencia entre los secretos buenos y malos, y crear un clima de confianza. Cada secreto que les preocupe, les haga sentir incómodos, les asuste o les ponga tristes no es bueno y no debería mantenerse; deberían contarlo a un adulto de confianza (padre, maestro, orientador, policía, médico, etc.).

“No” si una situación les hace sentirse incómodos.

En el libro, la mano alienta a Kiko a decir que no claramente si alguien quiere tocarle de forma inapropiada. Esta escena puede utilizarse para explicar la diferencia entre un secreto bueno (como una fiesta sorpresa) y un secreto malo (algo que le haga sentirse triste al niño, o que le ponga nervioso). Los padres, la familia y los educadores deberían alentar a los niños a compartir los secretos malos con ellos.

### 4. La prevención y la protección son responsabilidades que incumben al adulto

Cuando los niños son objeto de abuso sienten vergüenza, se sienten culpables y tienen miedo. Los adultos debemos evitar crear tabúes en torno a la sexualidad, para asegurarnos de que los niños sepan a quién dirigirse si están preocupados, nerviosos o tristes. Los niños pueden percibir que algo no está bien pero puede que no sepan cómo explicarlo ni a quién contárselo. Los adultos deberían estar atentos y ser receptivos a sus sentimientos y comportamiento. Puede haber muchos motivos por los que un niño rechace el contacto con un adulto o con otro niño. Esto debería respetarse. Sin embargo, los niños deberían sentir en todo momento que pueden hablar con sus padres sobre este tema.

La mano del libro es el amigo de Kiko. Los adultos están ahí para ayudar a los niños en su vida cotidiana. La prevención de la violencia sexual es la primera y principal responsabilidad del adulto, y es importante evitar que los niños deban asumir toda la carga.





## 5. Otros consejos útiles para acompañar “La Regla de Kiko”

### Notificación y revelación

Se debe informar a los niños de los adultos que pueden formar parte de su red de seguridad. Se les debe alentar a elegir a los adultos en los que pueden confiar, que estén disponibles y dispuestos a escucharles y ayudarles. Sólo un miembro de la red de seguridad debería vivir con el niño; los otros deberían vivir fuera del círculo familiar inmediato. Los niños deberían saber cómo pedir ayuda a las personas que integran esta red de confianza.

### Autores conocidos

En la mayoría de los casos, el autor es alguien que el niño conoce. Es particularmente difícil para los niños pequeños comprender que alguien que les conoce pueda abusar de ellos. No olvide el proceso de preparación que las personas que cometen abusos utilizan para ganarse la confianza de los niños. Debemos acostumbrar a los niños a que informen con regularidad a sus padres, madres, cuidadores y educadores de la existencia en su entorno de alguien que les ofrece regalos sin motivo aparente, les pide que mantengan secretos o trata de pasar tiempo a solas con un niño. Informar a los adultos de todo ello debe ser una norma establecida tanto en casa como en la escuela o cualquier otro lugar donde los niños suelen estar.

### Autores desconocidos

En algunos casos, el autor es un extraño. Enseñe a sus hijos reglas simples sobre el contacto con los extraños: no subir nunca al coche de un extraño, no aceptar nunca regalos o invitaciones de un extraño, etc.

### Ayuda

Los niños deberían saber que existen profesionales que pueden ser de gran ayuda (maestros, trabajadores sociales, Defensores del Pueblo y de la Infancia, médicos, el psicólogo de la escuela, la policía, el orientador escolar, etc.) y que existen números de teléfono gratuitos a los que los niños pueden llamar para pedir asesoramiento, como puede ser el

Teléfono Europeo de Ayuda a la Infancia 116 111.

### **Por qué “La Regla de Kiko”.**

Se estima que uno de cada cinco niños es víctima de algún tipo de abuso y violencia sexuales. Esto sucede a los niños y niñas de todas las edades, razas, clases sociales y religiones. El autor suele ser alguien que el niño conoce y en quien el niño confía. El autor también puede ser un niño o un adolescente.

### **Usted puede ayudar a impedir que esto le suceda a su hijo.**

La clave es la buena comunicación con el niño. Supone apertura, determinación, franqueza y un ambiente no intimidante.

### **“La Regla de Kiko” puede ayudarle a ello.**

Nunca es demasiado pronto para enseñar a un niño “La Regla de Kiko” porque los abusos pueden tener lugar a cualquier edad.

Si se siente incómodo abordando este tema con su hijo, recuerde que probablemente sea más difícil para usted como adulto que para él como niño.





### Cómo actuar si sospecha un abuso

Si sospecha que su hijo o su hija ha sido objeto de abuso sexual, es importante que no se enfade con su hijo. Debe evitar que su hijo sienta que ha hecho algo mal.

Evite interrogar al niño. Puede preguntarle qué ha sucedido, cuándo y con quién, pero no le pregunte por qué ha sucedido.

Trate de no disgustarse delante del niño. Los niños pueden sentirse fácilmente culpables y ocultar información.

Trate de no anticipar conclusiones basadas en información escasa o poco clara. Tranquilice a su hijo diciéndole que tomará medidas, y póngase en contacto con alguien que pudiera ayudarle, como un psicólogo, un especialista en cuidados infantiles, un médico, un trabajador social o la policía.

El Teléfono Europeo de Ayuda a la Infancia (116 111) es un servicio gratuito atendido por profesionales cualificados que pueden prestar una importante ayuda y orientación tanto a niños, niñas y adolescentes como a los padres, madres, familias, educadores, y en general cualquier adulto directa o indirectamente relacionado con la infancia. Debe ponerse en contacto con el Teléfono cuando sospeche que un niño ha sido víctima de violencia sexual.

## Dónde encontrar los materiales, recursos e información

El Consejo de Europa ha elaborado un conjunto de materiales para ayudar a las familias y los educadores a enseñar la "Regla de la ropa interior" "La Regla de Kiko".

- Un vídeo animado destinado a las televisiones e internet.
- Un cuento ilustrado que los padres pueden leer a sus hijos de 3 a 7 años.
- Varios modelos de carteles y postales.

De forma complementaria, la Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil en España (FAPMI) ha diseñado una Guía informativa sobre Abuso Sexual Infantil y una Guía Didáctica para facilitar el trabajo con los niños y niñas.

Todo este material está disponible a través de las siguientes webs:  
Web del Consejo de Europa sobre la Campaña: [www.laregladekiko.org](http://www.laregladekiko.org)  
Web de la Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil en España: [www.fapmi.es](http://www.fapmi.es)

La "Regla de Kiko" forma parte de la campaña "Uno de cada cinco" del Consejo de Europa para poner fin a la violencia sexual contra los niños.

Para obtener más información sobre las otras medidas de prevención y protección que promovemos, visite el sitio Web [www.coe.int/oneinfive](http://www.coe.int/oneinfive)

