

# CUIDO MI CUERPO

Cómo cuidarme y decir NO al abuso

## Conozco mi cuerpo

Tu cuerpo es tuyo. Tienes partes públicas como tus manos y partes privadas (como tu pene o vagina).

Nadie debe tocar tus partes privadas, papá y mamá deben pedir permiso para ayudarte a limpiarte.



## Si algo me asusta ¡Digo NO!

Si alguien insiste: corre a donde esté una persona segura y cuenta lo que pasó.



## Los secretos del cuerpo ¡no se guardan!

Si alguien te dice que "es un secreto" y te hace sentir incómodo, cuéntaselo a un adulto de confianza.



## ¡Nadie puede tomarme fotos sin ropa!

No está bien que alguien te tome fotos sin tu ropa o de tus partes privadas. ¡Di no!

## No tengo que dar abrazos si no quiero

No estás obligado a dar besos o abrazos si no te sientes cómodo.



## Puedo confiar y contar

Habla siempre con mamá, papá, tu profe o alguien de confianza. Contar no es ser chismoso. Es ser valiente.



## ¡El peligro no siempre viene de un desconocido!

A veces, las personas que hacen daño pueden ser alguien conocido, como un familiar, vecino o maestro.



## ¡Repíteme conmigo!

Si algo me asusta, lo cuento a un adulto que me quiere y me cuida.



VINCULACIÓN  
CON LA SOCIEDAD



Universidad  
Ecotec