

SEMÁFORO PARA CUIDARNOS Y PROTEGERNOS ENTRE TODAS Y TODOS

Te invitamos a conocer el semáforo, una herramienta que te ayudará a identificar cuándo algo que te pasa o ves en otras personas te hace sentir incómoda. Todas las niñas, niños y adolescentes tenemos derecho a vivir sin miedo, sin golpes y sin palabras que lastimen.

ZONA DE PELIGRO – NECESITAS AYUDA ¡URGENTE!

- ⚠ Que te amenacen si cuentas lo que pasa.
- ⚠ Que te hagan trabajar o hacer cosas que te incomodan o no entiendes, a cambio de dinero, regalos o ventajas.
- ⚠ Que te encierren, no te den comida o te prohíban hablar con otras personas.
- ⚠ Que te hagan sentir miedo, incomodidad, culpa o vergüenza con palabras o acciones.
- ⚠ Que alguien te obligue a hacer cosas que no quieres, que te incomodan o no entiendes.
- ⚠ Que te presionen o te obliguen a exponer tu cuerpo para que otras personas lo vean o lo toquen.
- ⚠ Que te peguen, te dejen moretones o cicatrices.
- ⚠ Que te hagan sentir mal por tu color de piel, tu forma de hablar o de vestir o tu apariencia con una mirada, con una palabra, o con un gesto: por ejemplo, que hagan comentarios incómodos sobre tu cuerpo, tu forma de vestirte, o de pensar.

ZONA DE PELIGRO - NECESITAS AYUDA ¡URGENTE!

Si algo de esto te pasa, pide ayuda de inmediato a una persona adulta en quien confíes, a tu profe, al Bienestar Familiar o llamando a la Línea 141.

Recuerda: nadie tiene derecho a hacerte daño ni a tocarte sin tu consentimiento.

ZONA DE ALERTA – ¡CUIDADO!

- ⚠ Que te sirvan una porción más pequeña (desayuno, almuerzo y cena) por el hecho de ser niña o adolescente.
- ⚠ Si no te dejan jugar o participar porque «eso no es para niñas o mujeres adolescentes» o mencionen que «las cosas de niñas» no son buenas o deseables.
- ⚠ Si se burlan de ti o te dicen cosas feas constantemente.
- ⚠ Si te comparan con otras personas o te hacen sentir mal por tu cuerpo.
- ⚠ Si alguien te dice groserías o te ofende.
- ⚠ Si «jugando» te pegan o te hacen daño.
- ⚠ Si rompen tus cosas o te quitan tus juguetes para controlarte.
- ⚠ Si te prohíben jugar, hablar o expresarte libremente.

Estas son señales de que hay riesgos y debes contarlo a alguien de confianza.

CUIDADO

- ✨ Cuando te dicen que no puedes soñar con lo que quieres ser «porque eres niña o mujer adolescente».
- ✨ Si no escuchan lo que sientes, lo menosprecian o te hacen callar.
- ✨ Si te dicen que las niñas deben solo cuidar, cocinar o ayudar, y no puedes decidir algo distinto.
- ✨ Si resaltan solo cómo te ves, pero no tu creatividad o tus ideas.
Si a ti te asignan las tareas de cuidado, como cocinar, cuidar a tus hermanos(as), por el hecho de ser niña.
- ✨ Si te prohíben jugar, hablar o expresarte libremente.
- ✨ Si te prohíben expresarte, hablar, o vestirte como tu deseas para expresar tu identidad.

