



# KIKO Y LA MANO



Enseñe a su hijo o hija “La Regla de Kiko”



Texto adaptado a lectura fácil:



Fundación Síndrome de Down R. M.

**FUNDOWN**  
ESCUELA DE VIDA

## Índice

La Regla de Kiko.....	2
¿Cómo enseñar la Regla de Kiko?.....	5
¿Por qué la Regla de Kiko?.....	12
¿Cómo actuar si se sospecha de un abuso sexual?.....	13
¿Dónde encontrar los materiales, recursos e información?.....	14
Sobre FAPMI-ECPAT España.....	15

# La Regla de Kiko

Se cree que 1 de cada 5 niños y niñas son víctimas de la violencia sexual.

Es una regla fácil para ayudar a padres, madres profesores y profesoras a explicar a los y las niñas:

- Dónde otras personas no pueden tocarles.
- Qué hacer si eso pasa.
- A quién contárselo.



## ¿En qué consiste la Regla de Kiko?

Es fácil:

- Los y las niñas deben saber que otros niños y niñas o personas adultas no deben tocarles las partes de su cuerpo que tapa la ropa interior.
- Que niños y niñas no deben tocar a otros niños o niñas o a personas adultas en las partes del cuerpo que tapa la ropa interior.
- Que el cuerpo de los y las niñas es suyo y hay formas buenas y formas malas de tocar.

**Violencia sexual es cuando una persona obliga o engaña a otra persona para hacer algo sexual que no quiere hacer o no le gusta.**

# ¿Cómo enseñar La Regla de Kiko?

Hay 4 cosas importantes para enseñar la Regla de Kiko:

## • 1. Tu cuerpo es tuyo.

Hay que enseñar a los y las niñas que nadie debe tocarles sin su permiso. ¿Cómo?

- Hay que hablar con los y las niñas desde pequeñas sobre sexualidad y las partes privadas de su cuerpo, utilizando los nombres correctos para las partes del cuerpo.
- Hay que enseñar a los y las niñas:
  - A decir que NO les toquen de una forma que no les guste.
  - A alejarse de situaciones en las que sientan miedo o no se sientan seguros o seguras .
  - A que pueden contar sus cosas a una persona adulta en quien confien.

Para trabajar todo esto se puede utilizar la escena del vídeo “Kiko y la Mano”, donde la mano pide permiso a Kiko para tocarlo.

Cuando la mano le pide tocarlo en un lugar que tapa su ropa interior este le dice: “No, eso sí que no”.



## • 2. Buena forma de tocar - mala forma de tocar.

Debemos explicar a los y las niñas que no está bien que alguien mire o toque sus partes del cuerpo privadas.

También tenemos que explicarles que no está bien que les pidan que miren o toquen las partes privadas de otras personas.

En La Regla de Kiko se pone un límite: La ropa interior.

Hay que enseñar a los y las niñas a pedir ayuda a una persona adulta en quien confíen si no saben si la otra persona se está portando bien o mal.



Hay que explicar a los y las niñas que algunas personas adultas como los y las médicas o las personas que cuidan de ellos y ellas, a veces les pueden tocar.

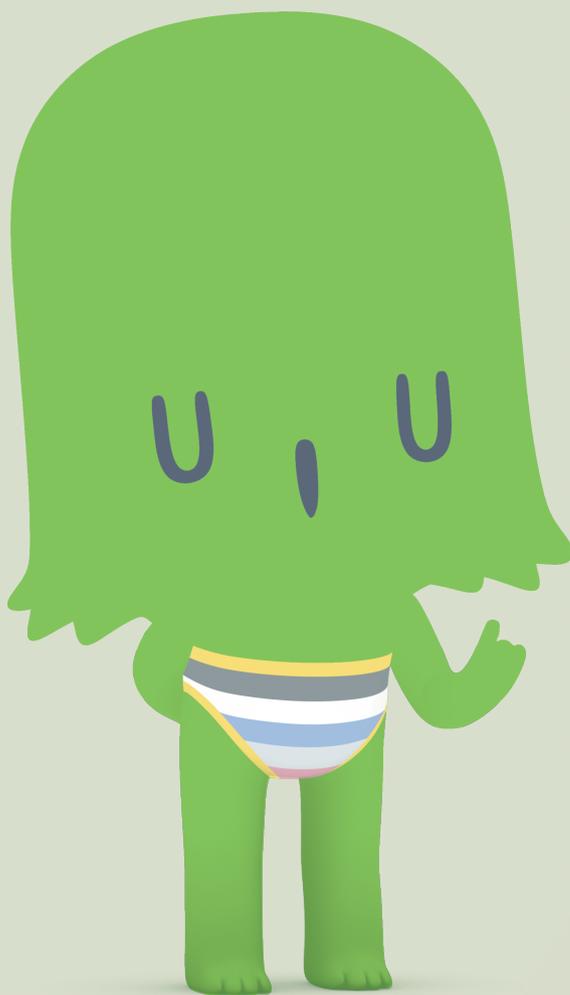
Aunque hay que animarles a decir que NO si una situación no les hace sentir bien.

### • 3. Secretos buenos - Secretos malos.

Es importante enseñar a los y las niñas a diferenciar los secretos buenos de los secretos malos.

Los secretos que les asusten o les pongan tristes no son buenos, y tienen que contárselos a una persona adulta en quien confíen.

Mediante el cuento de Kiko, padres, madres, educadores, educadoras, deben animar a los y las niñas a compartir secretos malos con ellos y ellas.



- **4. La prevención y la protección son responsabilidad de las personas adultas.**

Cuando los y las niñas sufren un abuso sexual, se sienten culpables y tienen miedo.

Hay que tratar la sexualidad con normalidad para que los y las niñas sepan con quién hablar cuando les preocupe algo.

Las personas adultas tienen que estar atentas a lo que sienten y a cómo se comportan niños y niñas. Puede que no sepan cómo decir lo que les pasa.

Los y las niñas deben sentir que pueden hablar sobre este tema con sus padres, madres, u otras personas adultas en quienes confíen.

La prevención de la violencia sexual es responsabilidad de las personas adultas.



## • 5. Otros consejos útiles.

La red de confianza:

- Los y las niñas deben saber con qué personas adultas se sienten seguras.
- Hay que animar a niños y niñas a elegir en qué personas adultas pueden confiar.
- Sólo una de las personas adultas de seguridad debe vivir con el o la niña. El resto de personas adultas debemos buscarlas fuera de la familia, mejor si son personas cercanas al niño o la niña.

Las personas agresoras conocidas:

- La mayoría de las veces el o la niña conoce a la persona agresora.
- Los y las niñas tienen que acostumbrarse a decir a sus padres, madres, u otras personas que cuidan de ellos y ellas:
  - Si alguien les hace regalos.
  - Si alguien les pide que guarden secretos.
  - Si alguien quiere estar con ellas a solas.

Contar estas cosas a las personas adultas en quienes confían tiene que ser una norma en casa y en la escuela.

## Las personas agresoras desconocidas:

- A veces, las personas agresoras son extrañas. Hay que enseñar a los y las niñas reglas simples:
  - No subir a un coche con una persona que no conozcan.
  - No aceptar regalos de una persona que no conozcan.
  - No aceptar invitaciones de una persona que no conozcan.
  - No irse con una persona que no conozcan.

## Ayuda:

### Los y las niñas deben saber a quién pedir ayuda:

- Médicos y médicas.
- Profesores y profesoras.
- Familiares.
- Psicólogos y psicólogas de la escuela.
- Trabajadores y trabajadoras sociales.
- Etc.

También deben saber que existe un número de teléfono donde pedir ayuda:

**Teléfono Europeo de  
Ayuda a la Infancia: 116 111**



# ¿Por qué La Regla de Kiko?

- Porque 1 de cada 5 niños y niñas son víctimas de violencia sexual.
- Porque le puede pasar a niños y niñas de todas las edades, etnias, clases sociales y religiones.
- Porque los y las niñas suelen conocer a la persona agresora.
- Porque la persona agresora puede ser otro u otra niña o adolescente.

Tú puedes ayudar a que esto NO le pase a tu hijo o a tu hija.

Es importante tener una buena comunicación con el o la niña.

Además debemos crear un ambiente de confianza donde niños y niñas se sientan seguros.

La regla de Kiko puede ayudarte.

Nunca es demasiado pronto para enseñar a un niño o a una niña la Regla de Kiko.

Recuerda que puede ser más difícil para ti como persona adulta hablar de este tema, que para los y las niñas.

## ¿Cómo actuar si se sospecha de un abuso sexual?

- Es importante no enfadarse con el niño o la niña.
- Evitar que el niño o la niña sienta que hizo algo mal.
- No interrogar al niño o la niña.
- No preguntar al niño o la niña ¿Por qué pasó?
- Evitar enfadarse delante del niño o la niña.
- No adelantar conclusiones cuando la información no es clara.
- Tranquilizar al niño o la niña diciéndole que tomará medidas para ayudarlo.
- Buscar ayuda profesional:
  - Personal médico.
  - Policía.
  - Trabajadores o trabajadoras Sociales.
  - Psicólogos o psicólogas.

Recuerde que puede recibir ayuda del  
**Teléfono Europeo de  
Ayuda a la Infancia: 116 111**

## ¿Dónde encontrar los materiales, recursos e información?

Encontraremos el material en las siguientes webs:

[www.underwearrule.net](http://www.underwearrule.net)

Web de la Federación de Asociaciones para la Prevención  
del Maltrato Infantil:

[www.fapmi.es](http://www.fapmi.es)

La Regla de Kiko forma parte de la Campaña "1 de cada  
5" del Consejo de Europa para poner fin a la violencia  
sexual contra niños y niñas.



# Sobre FAPMI-ECPAT España.

La Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil (FAPMI), fundada en 1990, es una entidad sin ánimo de lucro, en la que se integran personas y asociaciones sensibilizadas con la defensa de los derechos de los y las niñas y adolescentes y que aúnan sus esfuerzos para promocionar el buen trato hacia las personas menores de edad.

Entidades federadas:

- Asociación Catalana para la Infancia Maltratada (ACIM).
- Asociación Andaluza para la Defensa de la Infancia y la Prevención del Maltrato (ADIMA).
- Asociación Murciana de Apoyo a la Infancia Maltratada (AMAIM).
- Asociación Castellano-Leonesa para la Defensa de la Infancia y la Juventud (REA).
- Asociación Asturiana para la Atención y Cuidado de la Infancia (ASACI).
- Asociación Vasca para la Ayuda a la Infancia Maltratada (AVAIM).
- Centro de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales y para la prevención del Maltrato Infantil (CAVAS Cantabria).

- Red de Ayuda a Niños Abusados (RANA).
- Asociación Abuso y Maltrato Infantil No. Galicia (AMINO.Gal).
- Asociación Pro-Infancia Riojana (APIR).

Más información sobre nuestras actividades:

[www.fapmi.es](http://www.fapmi.es)

[www.ecpat-spain.org](http://www.ecpat-spain.org)

[www.congresofapmi.es](http://www.congresofapmi.es)

[www.bienestaryproteccioninfantil.es](http://www.bienestaryproteccioninfantil.es)







ENSEÑE A SU HIJO O HIJA "LA REGLA DE KIKO"  
[www.underwearrule.net](http://www.underwearrule.net)



Council of Europe campaign  
to stop sexual violence  
against children



Campagne du Conseil de l'Europe  
contre la violence sexuelle  
à l'égard des enfants

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE