



# **MANUAL PARA PADRES Y TUTORES PARA UNA PRÁCTICA MÁS SEGURA DE DEPORTES**





## ÍNDICE

- ▶ **Introducción** PÁGINA 2
- ▶ **Prevenir** PÁGINA 3
- ▶ **Reconocer** PÁGINA 8
- ▶ **Responder** PÁGINA 22
- ▶ **Folletos y actividades** PÁGINA 27
- ▶ **Recursos organizacionales** PÁGINA 28
- ▶ **Referencias** PÁGINA 31

El U.S. Center for SafeSport es una organización sin fines de lucro creada para responder y prevenir el abuso sexual, físico y emocional en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., del cual es independiente. El Centro también capacita y educa a personas y organizaciones en todos los niveles para apoyar entornos deportivos y recreativos en todo Estados Unidos que protejan el bienestar de los atletas.

*Este manual hace referencia a los tipos de conducta prohibidos por el Código de SafeSport, que se aplica a todos los Participantes del Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. Si usted o su organización están afiliados al Movimiento, tenga en cuenta las políticas, los procedimientos y las sanciones de su organización relacionadas con el abuso y las malas conductas, así como las leyes federales y estatales pertinentes.*

*Este recurso fue respaldado en parte por los números de subvención 2018-KY-B8-0001 y 15PSMA-21-GG-02193, otorgados por SMART Office, Oficina de Programas de Justicia, Departamento de Justicia de EE. UU. Las opiniones, hallazgos y conclusiones o recomendaciones expresadas en este producto pertenecen a los colaboradores y no representan necesariamente la posición oficial o las políticas del Departamento de Justicia de EE. UU.*





# INTRODUCCIÓN

Estimados padres y tutores:

Considere esta carta como un agradecimiento y una invitación.

En primer lugar, gracias por tomarse el tiempo para leer y aprender sobre los fundamentos de la seguridad de los atletas y las mejores prácticas en este Manual. Esperamos que le ayuden a despejar el camino para que su hijo disfrute de las innumerables experiencias y oportunidades positivas que los deportes ofrecen a niños de todas las edades y capacidades.

También le invitamos a unirse a aliados deportivos en todo Estados Unidos en nuestro esfuerzo por crear y defender entornos más seguros para que todos los atletas practiquen y compitan en entornos libres de abuso y mala conducta sexual, físico y emocional.

Dicho esto, sabemos que una conversación sincera sobre estos temas puede ser difícil. Este Manual le brindará no solo conocimientos generales sobre cómo prevenir, reconocer y responder al abuso y la mala conducta, sino también tácticas y lenguaje específicos para aumentar su confianza para entablar conversaciones importantes con niños, entrenadores, administradores y demás personas.

Parte de la información de este Manual se basa en la guía que proporcionamos y los requisitos que aplicamos en todo el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. y sus más de 11 millones de miembros en más de 50 deportes. Sin embargo, creo que esta guía se aplica a cualquier entorno en el que su hijo pueda estar, ya sea una actividad relacionada con el aula o la escuela, un campamento, un grupo juvenil o una conferencia deportiva.

Gracias por su tiempo y esfuerzo en asociarse con nosotros para ayudar a los atletas a estar seguros, respaldados y fortalecidos a través del deporte.

**Ju'Riese Colón**

Directora Ejecutiva, U.S. Center for SafeSport



## PREVENIR

Priorizar la seguridad y el bienestar de los atletas es un factor fundamental para prevenir la mala conducta. En esta sección, aprenderá formas proactivas de trabajar con entrenadores, administradores y otros adultos para prevenir el abuso y la mala conducta, que incluyen lo siguiente:

- ▶ Construir un entorno deportivo positivo
- ▶ Crear una relación estrecha con el entrenador de su hijo
- ▶ Fortalecer el sentido de relaciones seguras de su hijo
- ▶ Comprender cómo las políticas de la organización deportiva de su hijo abordan el abuso y la conducta indebida

### Entornos deportivos positivos: Cómo puede fomentarlos

En entornos deportivos positivos, los niños se sienten seguros y libres de ser ellos mismos. Son más capaces de enfocarse en el entrenamiento, la práctica y la competencia. Se necesita el esfuerzo intencional y colaborativo de entrenadores, atletas, administradores y padres o tutores para construir y mantener entornos deportivos positivos.

Un aspecto clave de los entornos deportivos positivos es que consideran las diferencias en el desarrollo socioemocional propio de los niños, cómo desarrollan su sentido de identidad y cómo interactúan con los demás. Cada niño se desarrolla social y emocionalmente a su manera, a su propio ritmo. Los entornos deportivos positivos tienen en cuenta el desarrollo y la edad de los atletas menores de edad y fomentan oportunidades para su crecimiento y desarrollo.

**A continuación se presentan algunos aspectos comunes en los entornos deportivos positivos.** Esta lista puede ayudarle a saber qué buscar y cómo puede contribuir con esto.

- 1. Las expectativas de comportamiento para atletas, entrenadores y otros adultos se comunican de manera clara y consistente.**  
**Puede:** Recordarle a su hijo que incluya a otras personas cuando note que un compañero de equipo queda excluido.
- 2. El crecimiento y el bienestar de los atletas son más importantes que la victoria.**  
**Puede:** Señalar las jugadas positivas o las mejoras en la técnica de su hijo, incluso después de un fracaso.
- 3. Los adultos deben intervenir adecuadamente cuando presencian una mala conducta y deben alentar a los atletas jóvenes a hacerlo.** (Aprenderá sobre la intervención de los espectadores más adelante en esta sección).  
**Puede:** Ser directo con el entrenador de su hijo si critica injustamente a un jugador.
- 4. Los entrenadores y administradores deben priorizar la seguridad emocional y crear un entorno de apoyo.**  
**Puede:** Forjar una mentalidad empática hacia los niños que enfrentan desafíos, evidentes o no evidentes.



**5. Se deben respetar y satisfacer las necesidades físicas de todos.**

**Puede:** Garantizar que las necesidades de hidratación, energía y lesiones de todos los jugadores sean satisfechas por los adultos de todo el equipo.

**6. Los padres o tutores y entrenadores deben hablar en privado y con calma si hay inquietudes.**

**Puede:** Asegurarse de que cuando se acerque al entrenador, esté tranquilo y listo para escuchar su perspectiva.

**7. Los entrenadores establecen expectativas de edad y desarrollo adecuadas para su hijo y su equipo.**

**Puede:** Recordarle a su hijo todo lo que ha logrado cuando se sienta deprimido por su desempeño.

**8. Los adultos deben responder e informar de manera constante sobre malas conductas o abusos, independientemente de quién esté involucrado.**

**Puede:** Familiarizarse sobre los pasos para responder ante una mala conducta en su organización. Estar dispuesto a tomar las medidas necesarias incluso si esto significa perjudicar las posibilidades del equipo.

**9. Los administradores y entrenadores crean intencionalmente entornos seguros e inclusivos.**

**Puede:** Apoyar a atletas y familias de comunidades marginadas (p. ej., personas con discapacidades, personas LGBTQ+, personas de color, inmigrantes, atletas en cuidado tutelar o que tienen un familiar encarcelado).

## Padres y entrenadores que trabajan juntos

Una relación positiva entre padres y entrenadores se basa en la confianza y el respeto por la experiencia y el cuidado de los demás. Cada uno aporta sus propias fortalezas para lograr objetivos. El entrenador de su hijo tiene experiencia en el deporte y el cuidado que se necesita para desarrollar las habilidades del atleta joven. Tiene experiencia en el desarrollo personal y el bienestar de su hijo.

Consejos para crear una relación positiva con el entrenador de su hijo:

- ▶ Mantenga líneas de comunicación abiertas y claras.
- ▶ Manténgase comprometido sin sobrepasar los límites.
- ▶ Refuerce las reglas y expectativas del equipo.
- ▶ Forje un buen espíritu deportivo en la práctica, la competencia y la conversación.
- ▶ Respete la responsabilidad del entrenador de equilibrar las necesidades de todos los miembros del equipo.

También es importante que participe en la relación de su hijo con su entrenador. La relación entre entrenador y atleta generalmente implica diferencias de poder. Eso puede usarse para ayudar a su hijo a aprender y crecer, o puede explotarse para dañarle. Crear una relación saludable, profesional y positiva entre el entrenador, el padre, la madre y el atleta ayuda a moderar la dinámica del poder. También puede mejorar la autoestima, el desempeño, la satisfacción con el deporte y el bienestar general de su hijo.



## Intervención de espectadores

Intervención del espectador significa elegir actuar cuando percibe algo preocupante o dañino. Es una excelente manera de evitar que los comportamientos indebidos se intensifiquen. También ayuda a reforzar las expectativas sobre el comportamiento aceptable y disuadir el comportamiento abusivo futuro.<sup>1</sup> Por ejemplo, decirle a otro padre que deje de gritarle a un funcionario puede detener el comportamiento en ese momento. También puede disuadir a otros de hacerlo en el futuro.

Si bien intervenir durante un conflicto puede parecer intimidante, sus acciones no tienen que ser dramáticas. No hay una forma perfecta de actuar y puede tomar decisiones diferentes de las de otra persona. Al decidir cómo responder, puede ser útil pensar en las 5 D:<sup>2</sup>

- ▶ Ser **Directo**: Diga algo en ese momento. Dígale a la persona que deje de comportarse de esa manera perjudicial, que su broma es desubicada y que no es graciosa, o pregúntele a la persona que está siendo agredida si quiere irse.
- ▶ **Distraer**: Cree una distracción, como pedir la hora, cambiar el tema o pedirle a uno de ellos que lo ayude con una tarea.
- ▶ **Delegue**: Haga que otra persona con autoridad aborde la inquietud, como otro padre o madre, un entrenador o un administrador.
- ▶ **Demore**: Si teme por su propia seguridad, espere un tiempo hasta que sea más seguro intervenir. Espere hasta que pueda tener una conversación privada sobre sus inquietudes con la persona que actúa de manera inapropiada.
- ▶ **Documente**: Registre la fecha, la hora, el lugar, la información sobre las personas involucradas y un resumen de lo que sucedió. Proporcione la información a alguien con más poder para actuar en consecuencia o hacer un seguimiento.

### ESCENARIO

***Un padre o una madre del equipo de fútbol de su hijo hace comentarios groseros sobre las habilidades de otro niño durante un partido.***

- ▶ **Sea Directo**: Acérquese al padre o la madre y hágale saber que lo que está haciendo es inapropiado.
- ▶ **Distraer**: Pregúntele al padre o la madre si le pueden ayudar a buscar refrigerios de medio tiempo a su auto.
- ▶ **Delegue**: Informe a uno de los entrenadores asistentes sobre el comportamiento de dicha persona.

Además de usar su poder para interrumpir el comportamiento inapropiado, también puede enseñarle a su hijo la intervención de los espectadores. Recuérdeles que su seguridad es más importante y que siempre pueden hablar con usted si no están seguros de qué hacer.



## Fortalecer el sentido de seguridad de su hijo en las relaciones

La prevención eficaz del abuso requiere también que los adultos enseñen y forjen aspectos esenciales de relaciones seguras y saludables a los niños. Los entrenadores positivos harán esto de diversas maneras en función de la etapa de desarrollo atlético y socioemocional de su hijo.

Puede fomentar este trabajo en casa al ayudar a su hijo a realizar lo siguiente:<sup>3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10</sup>

- ▶ **Desarrollar un sentido positivo de sí mismo y de autoestima:** Hacer esto prepara el terreno para que un niño comunique quiénes son a quienes lo rodean: lo que le gusta y lo que no le gusta, su capacidad para hacer cosas por sí mismo y su capacidad para expresarse por sí mismo y por los demás cuando se sienten incómodos o sienten que se sobrepasa un límite.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Al permitir que su hijo decida qué deportes desea practicar.
- ▶ **Al establecer y mantener límites mientras respeta los límites de los demás al mismo tiempo:** Los niños pueden establecer sus propios límites personales con adultos y compañeros y respetar los límites de los demás. De esta manera, todos tienen más control sobre sus cuerpos y los tipos de experiencias con los que se sienten cómodos.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Al respetar cuando su hijo dice “no” o se siente incómodo.
- ▶ **Al aprender a confiar en sus instintos sobre las personas y las situaciones:** Al hacer esto, le da a su hijo una poderosa herramienta de prevención que le ayudará no solo en los deportes, sino a lo largo de la vida, en amistades, relaciones románticas y más.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Validar sus sentimientos sobre una persona o situación si se siente incierto o inseguro.
- ▶ **Enséñele a su hijo a sentir empatía por las experiencias de los demás:** Cuando su hijo sabe qué hacer cuando hiere los sentimientos de otra persona, cómo incluir a los demás y cómo podría sentirse otra persona en esas situaciones, puede respetar mejor los límites de los demás.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Al hablar sobre cómo podrían sentirse en una situación similar.
- ▶ **Al hacer que sienta comodidad para compartir sus inquietudes con usted y otros adultos de confianza:** Cuando le da a su hijo las herramientas y habilidades para hablar sobre sus experiencias con usted y otros adultos de confianza, le ayuda a confiar en usted como un recurso para resolver situaciones incómodas.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Al escuchar cuando su hijo habla sobre cómo se siente acerca de alguien o de una experiencia que tuvo.

## Políticas para prevenir el abuso y la mala conducta

Las organizaciones deportivas pueden ayudar a prevenir y abordar la mala conducta al contar con políticas claras para proteger a los atletas. Las políticas deben definir comportamientos prohibidos, limitar el contacto personal entre adultos y niños, y establecer requisitos para la capacitación en prevención del abuso.

### ASPECTOS CLAVE DE UNA POLÍTICA DE PREVENCIÓN DEL ABUSO

Todas las organizaciones deportivas deben:

- ▶ Tener un código de conducta u otras políticas que prohíban explícitamente la mala conducta emocional, física y sexual.
- ▶ Definir los tipos de mala conducta y describir los comportamientos que infringen la política.
- ▶ Identificar a los denunciantes obligatorios y proporcionarles pautas claras sobre cómo denunciar una mala conducta.
- ▶ Especificar cómo los atletas y los padres pueden informar infracciones de la política y otras inquietudes.
- ▶ Describir las consecuencias de las infracciones de la política.



Las políticas de la organización deportiva de su hijo deben limitar las interacciones uno a uno entre adultos y niños porque el abuso sexual infantil a menudo ocurre en situaciones aisladas. También deben especificar los requisitos de verificación de antecedentes y los requisitos de capacitación para la prevención del abuso para adultos con contacto regular o autoridad sobre atletas jóvenes, y hacer que la capacitación para la prevención del abuso esté disponible para padres e hijos.

El U.S. Center for SafeSport ha desarrollado políticas de esta naturaleza, y las organizaciones del Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., que incluye a más de 11 millones de miembros en más de 50 deportes olímpicos y paralímpicos, deben cumplirlas. Las [Políticas de Prevención del Abuso de Atletas Menores \(MAAPP\)](#) del Centro limitan las interacciones uno a uno entre adultos y menores de edad y establecen estándares para el entrenamiento y los entornos deportivos que previenen el abuso y la mala conducta. Las organizaciones olímpicas y paralímpicas de los EE. UU. también deben seguir el [Código de SafeSport](#), que establece los comportamientos prohibidos y el proceso para recibir y resolver denuncias de abuso y la mala conducta en el Movimiento.

Recomendamos a todas las organizaciones deportivas juveniles a implementar el MAAPP como base para sus propias políticas de prevención. U.S. Center for SafeSport ofrece más de una docena de cursos de prevención de abuso, incluido el curso SafeSport® Trained Core requerido dentro del Movimiento, y cursos adaptados para padres y jóvenes.

## Su función

Debe conocer las políticas de abuso y la mala conducta de su organización y poder explicárselas a su hijo. Esto facilitará que su hijo le cuente si sucede algo preocupante y que sepa qué comportamientos espera de él.



### Puntos clave

- Todos los niños merecen un entorno deportivo seguro.
- Usted desempeña un papel importante en ayudar a su hijo a desarrollar un sentido positivo de sí mismo, establecer y respetar límites y aprender a “confiar en su instinto”.
- Todos los adultos en el entorno deportivo de su hijo, incluidos entrenadores, administradores, padres y tutores, deben modelar el comportamiento adecuado y mantener un entorno seguro a través de roles, reglas, políticas y esfuerzos de prevención claros.
- Todas las organizaciones deportivas deben tener políticas que prevengan y aborden el abuso y la mala conducta. También deben ofrecer entrenamientos que ayuden a las personas en entornos deportivos a prevenir, reconocer y responder al abuso.



**SALTAR A** ▶ Prevenir ▶ Reconocer ▶ Responder ▶ Folletos y actividades ▶ Recursos organizacionales

## RECONOCER

En esta sección, aprenderá sobre los tipos clave de mala conducta emocional, física y sexual que pueden demostrarse en el entorno deportivo de su hijo. También aprenderá a reconocer señales de entornos inseguros y dinámicas comunes de abuso y mala conducta.

El [Código de SafeSport](#) se aplica a cualquier persona que participe en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., incluidos los niños. Debe leer el Código de SafeSport para que pueda ayudar a sus hijos a comprender qué tipo de comportamiento no está permitido en su deporte. La información también le ayudará a identificar situaciones preocupantes que puede informar a las autoridades policiales, al Centro o a la organización deportiva de su hijo. Si sus hijos participan en deportes fuera del Movimiento, debe consultar las políticas de su organización para conocer definiciones específicas de conductas prohibidas.

### Señales de un entorno deportivo potencialmente inseguro

Así como un entorno deportivo positivo puede ayudar a prevenir el abuso y la mala conducta, un entorno negativo puede ayudar a que persista. Los entornos pueden volverse negativos, incluso inseguros, cuando no se prioriza la seguridad y el bienestar de los atletas. Sus efectos pueden filtrarse fácilmente a los atletas, lo que afecta la forma en que los tratan y se tratan entre sí.<sup>11,12</sup>

Preste atención a estas señales de entornos deportivos potencialmente inseguros:

- ▶ Las expectativas de conducta no son claras, se aplican de manera inconsistente o no se implementan.
- ▶ Los entrenadores y el personal ignoran o minimizan las políticas para prevenir el abuso y la mala conducta y las minimizan para los atletas y las familias.
- ▶ No todos están obligados a cumplir con los mismos estándares, incluso cuando responden a una posible mala conducta.
- ▶ Las expectativas de edad y desarrollo adecuadas para los atletas jóvenes no se tienen en cuenta en las expectativas de entrenamiento y comportamiento.
- ▶ Se falta el respeto y se excluye de manera habitual a los atletas LGBTQ+, los atletas con discapacidades, los atletas de color y los atletas con sobrepeso o bajo peso.
- ▶ Se tolera la falta de respeto por los funcionarios deportivos, los rivales, los espectadores y el personal de las instalaciones.
- ▶ La seguridad, el crecimiento y el bienestar de los atletas se dejan de lado para priorizar la victoria.
- ▶ No se siguen los protocolos de respuesta y prevención de lesiones, incluido el uso de equipos de seguridad.
- ▶ El comportamiento peligroso o inseguro entre atletas se alienta o pasa por alto en el entrenamiento o la competencia.



## ¿Qué factores pueden provocar el abuso y la mala conducta?

Las investigaciones sugieren que el abuso y la mala conducta a menudo se basan en diferencias de poder en entornos deportivos o en la sociedad, como lo siguiente:<sup>11, 13</sup>

- ▶ Entrenadores adultos que tienen más poder que atletas jóvenes debido a su edad y autoridad
- ▶ Atletas jóvenes en roles de prestigio (como capitanes, estrellas y principiantes) que tienen más influencia que otros atletas del equipo
- ▶ Diferencias en el desarrollo que dan poder a algunos jóvenes sobre otros debido a una mayor habilidad atlética, habilidades sociales más desarrolladas o ventaja en tamaño y fuerza
- ▶ Atletas que participan en un nivel élite
- ▶ Dinámica de poder basada en etnia, raza, religión, discapacidad, sexualidad, identidad de género, clase socioeconómica, educación o condición migratoria

## Maltrato infantil

El maltrato infantil es una lesión física o mental, el abuso o la explotación sexual o el abuso o el trato negligente de un menor. Incluye cualquier conducta definida como maltrato infantil en virtud de la ley estatal o federal.

### EJEMPLOS

▶ *Un padre que le causa intencionalmente una lesión a su hijo*

▶ *Obligar a un adolescente a que participe en videos o fotos sexualmente explícitos*

## Reconocer los tipos de abuso y mala conducta

El abuso y la mala conducta emocional, físico y sexual no deben permitirse en ningún entorno deportivo. Esta sección le presenta definiciones de tipos comunes de abuso y mala conducta, además de cómo puede verse esto en entornos deportivos, escenarios de muestra y formas de contrarrestar situaciones con comportamientos positivos.

Dos cuestiones importantes antes de entrar en profundidad sobre el tema:

- ▶ Los tipos de mala conducta a menudo se superponen con las categorías. Por ejemplo, un atleta puede demostrar una mala conducta emocional al insultar de manera repetida y excesiva a un compañero de equipo mediante insultos hirientes, pero si esto desencadena una pelea física, también podría clasificarse como mala conducta física. Es más importante que reconozca el comportamiento preocupante, incluso si no está seguro de cómo clasificarlo.
- ▶ Esta sección hace referencia a los tipos de conducta prohibidos por el Código de SafeSport, que se aplica a todos los Participantes en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. Ciertos términos se escriben en mayúsculas intencionalmente porque tienen una definición específica en el Código. Si usted o su organización no forman parte del Movimiento, tenga en cuenta las políticas, los procedimientos y las sanciones de su organización relacionados con el abuso y la mala conducta, así como las leyes federales y estatales pertinentes.



## Mala conducta emocional

La mala conducta emocional es la forma más común de mala conducta que experimentan los atletas jóvenes y a menudo se considera una base de otros tipos de abuso o mala conducta,<sup>2</sup> incluidos los físicos y sexuales. Aproximadamente el 75 % de los atletas jóvenes mencionaron que experimentaron al menos un comportamiento emocionalmente perjudicial en el deporte, más a menudo infligido por sus pares.<sup>11</sup>

Los entrenadores y otros adultos a veces pueden crear un entorno emocional inseguro para los atletas menores. El riesgo de mala conducta emocional por parte de los entrenadores aumenta a medida que los atletas pasan a niveles más selectivos y competitivos.<sup>12, 13</sup> Algunas personas toleran el entrenamiento inapropiado debido a las percepciones culturales de que los grandes entrenadores son “exigentes”. Es posible que haya visto a un entrenador exigente que sobrepasó un límite al querer “sacar lo mejor” de los atletas que entrenaron. Estas percepciones y experiencias pueden impedir que reconozcamos la mala conducta emocional por parte de los entrenadores.<sup>13</sup>

### DEFINICIÓN

La mala conducta emocional incluye lo siguiente:

- ▶ **Actos verbales:** ataques verbales repetidos y excesivos, como insultos, críticas del cuerpo, o ridiculización de alguien
- ▶ **Actos físicos:** ser físicamente agresivo de manera repetida o grave, arrojar material deportivo a alguien o golpear paredes en presencia de otras personas
- ▶ **Actos que niegan la atención o el apoyo:** como ignorar o aislar a una persona durante largos períodos de tiempo, o excluirla rutinariamente de actividades o una práctica sin motivo productivo
- ▶ **Acecho:** comportamientos intencionales y repetidos que razonablemente harían que alguien se sienta asustado (por su seguridad o la de un tercero) o muy molesto, como seguirlos, controlarlos, vigilarlos, amenazarlos o enviarles mensajes excesivos; los comportamientos pueden ser en persona o mediante la tecnología
- ▶ **Conducta delictiva:** todo comportamiento que se describe como abuso o mala conducta emocional en virtud de la ley federal o estatal, como el maltrato infantil o el abandono de un menor

La conducta de alguien puede considerarse una mala conducta emocional, independientemente de si causó (o pretendió causar) daño.

La mala conducta emocional no incluye técnicas de entrenamiento y comportamientos que se acepten profesionalmente. Por ejemplo, un entrenador puede hablar con un luchador sobre estrategias para hacer dieta, pero no puede ridiculizarlo ni criticar su cuerpo.

### EJEMPLOS DE MALA CONDUCTA EMOCIONAL

▶ *Avergonzar o humillar repetidamente a un niño por su desempeño*

▶ *Seguir a un niño hasta el hogar después de cada práctica para asustarle*



## Comparación de la mala conducta emocional con el entrenamiento adecuado

Use esta tabla para reconocer las diferencias entre las acciones de entrenamiento que reflejan la mala conducta emocional y aquellas que motivan y apoyan adecuadamente a los atletas jóvenes.

MALA CONDUCTA EMOCIONAL	ENTRENAMIENTO ADECUADO
<p><i>Usar de manera repetida y excesiva palabras o demostrar comportamientos graves que controlan, intimidan, degradan o dañan negativamente a los atletas, y dañan su autoestima y les generan angustia emocional.</i></p>	<p><i>Un entrenador habla con los atletas de una manera que aumenta su autoestima, genera confianza y camaradería y los alienta a alcanzar su máximo potencial.</i></p>
<p><b>Intimidación:</b> Usar el miedo y el castigo para obtener resultados. (Esto puede dañar a los atletas, incluso si ocasionalmente puede conducir a un "resultado" que busca el entrenador).</p> <p><b>Negar atención o apoyo:</b> Evitar que los atletas participen plenamente en las actividades habituales del equipo o retener rutinariamente la orientación de entrenamiento proporcionada a otros atletas. (Este tipo de aislamiento puede ser física, emocional y socialmente perjudicial para los atletas jóvenes).</p> <p><b>Lenguaje degradante:</b> Usar palabras hirientes o apodos para reducir la autoestima de los atletas. (Esto puede causar un daño emocional duradero y no aumenta el desempeño general).</p>	<p><b>Aliento:</b> Dar instrucciones claras en el entrenamiento para ayudar a los atletas a mejorar la técnica. (Esto aumenta la autoestima y la motivación de los atletas).</p> <p><b>Expectativas justas:</b> Establecer objetivos alcanzables que alienten a los atletas a alcanzar su máximo potencial. (Esto motiva a los atletas a mejorar sin empujarlos más allá de sus límites).</p> <p><b>Cuidado personal:</b> Enseñar a los atletas a escuchar sus cuerpos en lugar de avergonzarlos por hacerlo. (Esto demuestra a los atletas que son valorados como personas y que su bienestar es más importante que la victoria).</p>

## Mala conducta física

La participación en deportes conlleva cierto riesgo de lesiones físicas. Los entrenadores y otros líderes adultos tienen la responsabilidad de minimizar esos riesgos y crear un entorno deportivo físicamente seguro. Esto incluye garantizar que los atletas tengan acceso a una alimentación, hidratación, descanso y refugio adecuados para el mal clima (incluidas las temperaturas extremas).<sup>11, 14, 15</sup>

### DEFINICIÓN

La mala conducta física es cualquier comportamiento intencional que causa (o que razonablemente podría causar) un daño físico a otra persona. Incluye lo siguiente:

- **Actos de contacto:** golpear, dar puñetazos, abofetear o estrangular a alguien; dejar que alguien vuelva a jugar sin autorización médica después de una lesión grave.
- **Actos sin contacto:** no permitir que alguien acceda a agua o alimentos, darle alcohol o drogas ilegalmente (incluidos medicamentos no recetados), obligar a alguien a asumir una postura o posición dolorosa sin fines atléticos.
- **Conducta delictiva:** cualquier comportamiento descrito como abuso físico o mala conducta en virtud de la ley federal o estatal, como agresión o abuso infantil.

La mala conducta física no incluye técnicas y comportamientos de entrenamiento que se acepten profesionalmente. Por ejemplo, los atletas pueden patear y golpearse durante un torneo de karate, pero no durante una competencia de natación.

### EJEMPLOS DE MALA CONDUCTA FÍSICA

► Arrojar equipos deportivos a un niño

► Evitar que los niños se hidraten adecuadamente



## Comparación de la mala conducta con el entrenamiento adecuado

Use esta tabla para reconocer las diferencias entre las acciones de entrenamiento que reflejan la mala conducta física y aquellas que reflejan la responsabilidad adecuada por la seguridad de los niños.

MALA CONDUCTA FÍSICA	ENTRENAMIENTO ADECUADO
<p><i>Un entrenador que actúa intencionalmente para poner en peligro o causar daño físico a un atleta, independientemente de la razón o el motivo detrás del comportamiento.</i></p>	<p><i>Un entrenador hace que los atletas sean responsables de los estándares del programa y utiliza prácticas que mejoran el desempeño de manera segura.</i></p>
<p><b>Sobreesfuerzo:</b> Instruir a los miembros del equipo para que mantengan una posición dolorosa como castigo por mal desempeño o actitud. (Esto puede causar daño físico a los cuerpos en desarrollo de los atletas, especialmente si ya están fatigados, las temperaturas son extremas o ya están lesionados).</p> <p><b>Deshidratación:</b> Negarse a permitir descansos para beber agua. (Esto puede causar calambres musculares, aumentar el pulso y el estrés cardíaco, y provocar una respiración más rápida, además de afectar negativamente el desempeño).</p> <p><b>Lesión:</b> Pedir a los jugadores que vuelvan a jugar a los partidos a pesar de los signos de lesión o falta de autorización médica. (Esto puede derivar en una nueva lesión y reducir la salud física y el bienestar de los atletas).</p>	<p><b>Disciplina clara y consistente:</b> Explicar claramente las conexiones entre las acciones de entrenamiento (p. ej., retirar a un atleta de una posición inicial) y los motivos (p. ej., para infringir las reglas del equipo). (Esto ayuda a los atletas a asociar consecuencias específicas con comportamientos específicos).</p> <p><b>Respeto:</b> Requerir que los atletas lleguen a tiempo a las reuniones y prácticas. (Esto enseña a los atletas a respetar el tiempo de los entrenadores, el personal y los compañeros de equipo).</p> <p><b>Ayudar en vez de perjudicar:</b> Alentar a los atletas a aprender nuevas habilidades mientras mantienen la seguridad. (Esto ayuda a los atletas a mejorar su rendimiento sin dañar su cuerpo).</p>

## Intimidación

Las personas que participan en comportamientos de intimidación a menudo tienen más poder social o físico que sus víctimas, lo que dificulta que estas detengan el comportamiento. Si bien cualquier niño puede convertirse en blanco del comportamiento de intimidación, aquellos con mayor riesgo incluyen a los jóvenes LGBTQ+, los jóvenes con sobrepeso o bajo peso, los jóvenes con discapacidades, los jóvenes de color y los jóvenes que pertenecen a minorías religiosas.<sup>12, 16, 17, 18, 19, 20, 21</sup>

### DEFINICIÓN

Los comportamientos de intimidación son comportamientos agresivos repetidos o graves dirigidos a alguien menor de 18 años. Estos comportamientos tienen la intención o la probabilidad de lastimar, controlar o menospreciar a la persona a nivel emocional, físico o sexual. La intimidación puede ser:

- ▶ **Física:** pegar, golpear, escupir o arrojar objetos a otra persona.
- ▶ **Verbal:** ridiculizar, burlarse, insultar, intimidar o amenazar con hacer daño a alguien.
- ▶ **Social** (incluida la intimidación cibernética): difundir rumores o mentiras acerca de una persona para menoscabar su reputación, excluirla socialmente y pedir a los demás que hagan lo mismo, o usar tecnología para hostigar, asustar, intimidar o humillar a alguien.
- ▶ **Conducta delictiva:** cualquier conducta descrita como acoso según la ley federal o estatal.

Cuando se perpetra en adultos, estos comportamientos podrían calificar como otras violaciones del Código de SafeSport, como la novatada o el hostigamiento.



La intimidación no incluye lo siguiente:

- ▶ Comportamientos groseros o malintencionados que pueden ser perjudiciales (por accidente o intencionalmente) pero que no forman parte de un patrón continuo
- ▶ Un conflicto en el que las personas no están de acuerdo
- ▶ Técnicas y comportamientos de entrenamiento que son aceptados profesionalmente

#### EJEMPLOS DE COMPORTAMIENTO DE INTIMIDACIÓN

▶ *Un niño al que se amenaza repetidamente con violencia a menos que obedezca a otro niño*

▶ *Difundir rumores a través de las redes sociales sobre otro niño*

## Novatadas

Las personas que participan en la novatada pueden apuntar a unir a un grupo a través de una experiencia compartida, pero la novatada genera lo contrario. Promueve un entorno inseguro donde se espera mantener secretos y silencio en torno a la mala conducta y el uso inapropiado del poder. Algunos entrenadores u otros adultos conocen o incluso participan en la novatada, pero también puede suceder sin que lo sepan.<sup>12</sup>

### DEFINICIÓN

La novatada implica una conducta, ya sea de forma física, mental, emocional o psicológica, a algo que puede poner en peligro, abusar, humillar, degradar o intimidar a la persona, como condición para unirse o ser socialmente aceptada por un grupo. Puede incluir lo siguiente:

- ▶ **Actos con contacto físico:** como darle puñetazos a alguien o golpearle con objetos, o sujetarle físicamente.
- ▶ **Actos sin contacto físico:** como hacer que alguien participe en juegos para tomar bebidas alcohólicas, hacer actos humillantes o privarle de sueño, alimentos o agua.
- ▶ **Conducta delictiva:** cualquier conducta descrita como novatada en virtud de la ley federal o estatal.

La novatada no incluye lo siguiente:

- ▶ Comportamientos groseros o malintencionados que pueden ser perjudiciales (por accidente o intencionalmente) pero que no forman parte de un patrón continuo.
- ▶ Un conflicto en el que las personas no están de acuerdo.
- ▶ Técnicas y comportamientos de entrenamiento que son aceptados profesionalmente en el deporte.

#### EJEMPLOS DE NOVATADAS

▶ *Presionar a los compañeros de equipo para que participen en una competencia de bebidas alcohólicas*

▶ *Hacer que los nuevos reclutas tomen duchas frías*



## Hostigamiento

Cualquier conducta que pueda percibirse como que hace que un atleta sea “diferente” también puede convertirle en víctima de acoso. El hostigamiento, como la intimidación, puede degradar a una persona o puede crear un entorno hostil. Pero el hostigamiento también puede incluir un aspecto de sesgo o discriminación. A veces, el perpetrador intenta establecer poder sobre los demás en función de las características de una persona, como la raza o el género.

### DEFINICIÓN

El hostigamiento es una conducta repetida o grave que genera al menos una de las siguientes:

- ▶ **Causa temor, humillación o molestia:** como amenazar con dañar a alguien o ridiculizarle repetidamente.
- ▶ **Ofende o degrada:** como insultar repetidamente o hacer bromas ofensivas a alguien o sobre alguien.
- ▶ **Crea un entorno hostil:** como acciones repetidas o graves que afectan a alguien de una manera que limita su capacidad para participar en programas o actividades.
- ▶ **Intentos de establecer dominio, superioridad o poder debido a un prejuicio discriminatorio,** la edad, la raza, el origen étnico, la cultura, la religión, la nacionalidad o la discapacidad de una persona o grupo, como decir que alguien fracasará debido a una de estas características.
- ▶ **Se describe como hostigamiento en virtud de la ley federal o estatal.**

El hostigamiento basado en el género, la identidad de género o la orientación sexual de una persona se clasifica como un tipo de conducta sexual indebida en el Código de SafeSport.

El hostigamiento no incluye lo siguiente:

- ▶ Comportamientos groseros o malintencionados que pueden ser perjudiciales (por accidente o intencionalmente) pero que no forman parte de un patrón continuo
- ▶ Un conflicto en el que las personas no están de acuerdo
- ▶ Técnicas y comportamientos de entrenamiento que son aceptados profesionalmente

### EJEMPLOS DE HOSTIGAMIENTO

▶ **Amenazar rutinariamente a un compañero de equipo hasta que deje de concurrir a las prácticas**

▶ **Burlarse de un compañero de equipo con una discapacidad varias veces para establecer el dominio**

## Conducta sexual indebida

La conducta sexual indebida puede ser un tema difícil de pensar, y hablar con su hijo o sus entrenadores al respecto puede parecer aún más difícil. Primero le presentamos la mala conducta emocional y física porque comprender esos tipos de mala conducta le brinda más recursos para comprender y reconocer la conducta sexual indebida. La evidencia también sugiere que la mala conducta emocional por parte de entrenadores u otros adultos puede ayudar a ocultar la conducta sexual indebida.<sup>22</sup>

La conducta sexual indebida, como otras formas de abuso y mala conducta, generalmente implica el uso inapropiado del poder.<sup>13</sup>

### LA IMPORTANCIA DEL CONSENTIMIENTO

La conducta sexual indebida incluye una amplia gama de acciones sexuales que se realizan sin consentimiento.

El consentimiento es cuando alguien expresa en palabras o acciones claras intencional, libre y activamente para hacerle saber a otra persona que desea participar en una actividad sexual específica. Pueden usar acciones claras en lugar de palabras para dar el consentimiento, pero el silencio por sí solo no es el consentimiento. El consentimiento para una actividad no significa consentimiento para otras actividades.



Alguien puede retirar su consentimiento en cualquier momento mediante palabras o acciones claras. No pueden dar su consentimiento si son forzados, incapacitados, menores de la edad de consentimiento o cuando hay un desequilibrio de poder. Las leyes sobre el consentimiento varían según el estado. La edad de consentimiento en el Código de SafeSport es 18 años.

### ¿CUÁLES SON LAS CATEGORÍAS DE CONDUCTA SEXUAL INDEBIDA?

La conducta sexual indebida incluye acoso sexual, contacto o relaciones sexuales no consensuadas, explotación sexual, exposición de un menor a contenido o imágenes de naturaleza sexual, comportamiento de intimidación sexual y novatada sexual. La conducta sexual indebida también puede incluir conductas inapropiadas de naturaleza sexual que pueden superponerse con otras categorías, o cualquier tipo de comportamiento definido como conducta sexual indebida en virtud de la ley federal o estatal.

### ¿QUIÉN TIENDE A PERPETRAR CONDUCTA SEXUAL INDEBIDA?

**La conducta sexual indebida es perpetrada con mayor frecuencia por un adulto o un joven mayor que conoce al niño.** Esto puede incluir entrenadores, maestros, familiares, líderes juveniles u otros adultos en una posición de autoridad.<sup>23</sup>

Muchos padres y tutores se sorprenden al saber que la conducta sexual indebida también puede perpetrarse entre niños de edad y desarrollo similares. Esto se denomina conducta sexual indebida entre pares.

## Sedución de menores

La seducción de menores ocurre cuando alguien se involucra intencionalmente en una serie de comportamientos para que pueda abusar sexualmente de un niño menor de 18 años. La persona a menudo se dirige a un niño que está aislado y vulnerable, y lo seduce para generar confianza. La persona también puede seducir a los miembros de la familia o la organización deportiva del niño. Una vez que el abusador ha generado confianza y aceptación, a menudo continúan manipulando a las personas para que puedan continuar con el abuso. La seducción de menores puede perpetrarse en persona, por teléfono y en línea.<sup>24, 25</sup>

El proceso de seducción de menores en el deporte y en otros lugares a menudo sigue un patrón en el que un adulto o un joven mayor:

- ▶ **Involucra y genera confianza:** a menudo al tratar al niño como un compañero mayor o al ofrecer un trato especial
- ▶ **Aísla:** encuentra maneras de estar solo o tener tiempo sin supervisión con el niño
- ▶ **Prueba los límites:** difumina la línea entre el comportamiento apropiado e inapropiado
- ▶ **Sexualiza las interacciones:** sobrepasa los límites emocionales y sexuales, presenta temas o acciones sexuales

Aquellos que buscan participar en una conducta sexual indebida con un niño también pueden buscar seducir el entorno del niño para sentar las bases para un comportamiento inapropiado. Esto los ayuda a:<sup>24</sup>

- ▶ **Obtener acceso a los niños** sin generar sospechas (como adulto “de confianza” o figura de autoridad)
- ▶ **Ser alguien con quien otros quieran dejar a sus hijos** (un “gran entrenador”, una “clave para que un niño alcance un nivel más competitivo”)
- ▶ **Usar su “encanto”** (posición, poder, encanto, fama) para evitar que sus acciones planteen sospechas y para evitar que otros crean en el niño



## Primeros indicios de advertencia de seducción de menores

Estar alerta a los comportamientos de seducción de menores, especialmente los comportamientos tempranos como comprometerse y generar confianza, puede ayudarle a reconocer la seducción de menores antes de que se intensifique. Algunos comportamientos a los que debe estar atento en adultos o jóvenes mayores incluyen los siguientes:<sup>25</sup>

- ▶ **Estar ansioso por pasar tiempo solo con su hijo** (como cuidar a su hijo, permanecer después de la práctica, proporcionar entrenamiento adicional para su hijo)
- ▶ **Actuar como un amigo de su hijo o ser el “adulto genial”**
- ▶ **Favorecer a su hijo o familia** (al dar regalos, lecciones privadas u otorgar privilegios que ningún otro niño obtiene)
- ▶ **Alentar a su hijo a mantener secretos**, especialmente sobre el tiempo que pasa con él
- ▶ **Usar su posición, poder o autoridad para pasar tiempo solo con su hijo**
- ▶ **Insistir en el contacto físico** con su hijo (como abrazar, tocar o hacer cosquillas)
- ▶ **Hablar con su hijo sobre problemas de relaciones con adultos o temas sexuales**
- ▶ **Aparecer con frecuencia ante su hijo cuando su hijo se cambia de ropa o se desviste**
- ▶ **Cambiarse desvestirse con frecuencia en frente de su hijo**

Algunos de estos comportamientos también pueden infringir el Código de SafeSport, el MAAPP o constituir un posible abuso infantil. Si es así, denuncie de manera correspondiente (consulte la sección Denuncias para obtener más detalles).

## Seducción de menores en línea

En nuestro mundo conectado, la seducción de menores y la conducta sexual indebida a menudo se llevan a cabo en línea. Las redes digitales y sociales son un lugar común para generar confianza, probar límites y sexualizar a su hijo. Tenga en cuenta que las comunicaciones directas en línea de un adulto a su hijo pueden tener el efecto de aislar al niño.<sup>26</sup>

La comunicación en línea entre su hijo y un entrenador, otro adulto o joven mayor debe ser **abierta y transparente, profesional, relacionada con la participación del niño en el deporte y darse en plataformas accesibles para los padres**. Las interacciones que ocurren fuera de estas pautas son motivo de preocupación y pueden infringir políticas como la MAAPP.

Los comportamientos adicionales de preocupación por parte de adultos o jóvenes mayores hacia su hijo incluyen los siguientes:<sup>26</sup>

- ▶ Ofrecer regalos o trato especial a cambio de imágenes sexuales
- ▶ Usar diferentes identidades en línea para comunicarse con el niño
- ▶ Obtener acceso no autorizado a las cuentas de redes sociales en línea del niño
- ▶ Obtener poder sobre el niño al grabar o guardar en secreto imágenes, conversaciones o mensajes de texto; al robar imágenes sugestivas; o editar imágenes para que luzcan sexual
- ▶ Usar amenazas para humillar al niño o para hacer que cumpla con las demandas



## Acoso sexual

### DEFINICIÓN

El acoso sexual incluye insinuaciones sexuales no deseadas o conducta de naturaleza sexual, o acoso relacionado con el género, la orientación sexual, la identidad de género o la expresión de género, cuando:

- ▶ Aceptar la conducta es una condición de empleo o participación.
- ▶ O bien, la conducta es tan grave, persistente o generalizada que crea un entorno hostil y limita o priva la oportunidad de alguien de participar en cualquier programa o actividad.

La conducta puede involucrar palabras, miradas, acciones, imágenes, contacto físico u otros tipos de comportamientos que crean un entorno hostil.

### EJEMPLOS DE ACOSO SEXUAL

▶ *Hacer comentarios negativos reiteradamente sobre mujeres y niñas que refuercen los estereotipos sexuales*

▶ *Negarse continuamente a llamar a alguien por sus pronombres*

## Contacto sexual no consensuado o relación sexual no consensuada

### DEFINICIÓN

Contacto sexual no consensuado o la relación sexual no consensuada es el contacto o la relación sexual con una persona sin su consentimiento. Puede incluir comportamientos como los siguientes:

- ▶ Besarse
- ▶ Tocarse intencionalmente los pechos, las nalgas, la ingle o genitales (ya sea con ropa o sin ropa)
- ▶ Tocar intencionalmente a otra persona con cualquiera de esas partes del cuerpo antes mencionadas
- ▶ Hacer que otra persona se toque, o toque a alguien más con cualquiera de estas partes del cuerpo o sobre estas
- ▶ Penetración, por más leve que sea, de las partes íntimas de otra persona con cualquier objeto o parte del cuerpo
- ▶ Contacto, por más leve que sea, entre la boca de una persona y los genitales de otra persona

### EJEMPLOS DE CONTACTO SEXUAL NO CONSENSUADO O DE RELACIÓN SEXUAL NO CONSENSUADA

▶ *Un entrenador pone intencionalmente sus genitales en contacto con un atleta sin consentimiento mientras le instruye sobre un giro*

▶ *Obligar a alguien a tener relaciones sexuales no consensuadas*



## Explotación sexual

### DEFINICIÓN

La explotación sexual es cuando alguien:

- ▶ Observa (o permite que otros observen), graben o tomen fotografías de una actividad sexual privada o partes íntimas de alguien sin el consentimiento de todas las personas involucradas
- ▶ Muestra o publica esas imágenes sin consentimiento previo
- ▶ Expone a otra persona a una enfermedad de transmisión sexual de manera intencional y sin su conocimiento
- ▶ Hace que otra persona participe en actividades sexuales para realizar un pago u ofrece pagarle a alguien por actividades sexuales

### EJEMPLOS DE EXPLOTACIÓN SEXUAL

▶ *Grabar atletas cambiándose o duchándose en el vestuario sin consentimiento*

▶ *Enviar fotos desnudas o explícitas de alguien a otros sin consentimiento*

## Exposición de un menor a contenido o imágenes de naturaleza sexual

### DEFINICIÓN

El Código de SafeSport prohíbe exponer de forma intencional a un menor a contenido o imágenes de naturaleza sexual, incluidos pornografía, comentarios sexuales, gestos sexuales o situaciones sexuales. Un comportamiento similar entre adultos podría considerarse como otras infracciones del Código de SafeSport.

### EJEMPLOS DE EXPOSICIÓN DE UN MENOR A CONTENIDO O IMÁGENES DE NATURALEZA SEXUAL

▶ *Mostrar una revista pornográfica a un niño*

▶ *Hacer comentarios sexuales a un niño sobre su cuerpo*

## Intimidación sexual

### DEFINICIÓN

Los comportamientos de intimidación sexual son comportamientos agresivos repetidos o graves de naturaleza sexual dirigidos a una persona menor de 18 años. Estos comportamientos tienen la intención o la probabilidad de lastimar, controlar o menospreciar a la persona a nivel emocional, físico o sexual.

Cuando se perpetra en adultos, estos comportamientos podrían calificar como otras violaciones del Código de SafeSport, como la novatada sexual o el acoso sexual.

La intimidación sexual no incluye lo siguiente:

- ▶ Comportamientos groseros o malintencionados que pueden ser perjudiciales (por accidente o intencionalmente) pero que no forman parte de un patrón continuo
- ▶ Un conflicto en el que las personas no están de acuerdo
- ▶ Técnicas y comportamientos de entrenamiento que son aceptados profesionalmente

### EJEMPLOS DE INTIMIDACIÓN SEXUAL

▶ *Burlarse repetidamente de un menor por el tamaño de sus pechos*

▶ *Tener una calificación semanal de atletas menores en un equipo para establecer si son "sexis o no"*



## Novatada sexual

### DEFINICIÓN

La novatada sexual implica una conducta de naturaleza sexual, ya sea física, mental, emocional o psicológica, que puede abusar, degradar, intimidar o poner en peligro a una persona para unirse a un grupo o ser socialmente aceptado por este. La novatada sexual también incluye la novatada en relación con el género, la orientación sexual, la identidad de género o la expresión de género, incluso cuando los actos no impliquen una conducta de naturaleza sexual.

La novatada sexual no incluye lo siguiente:

- ▶ Comportamientos groseros o malintencionados que pueden ser perjudiciales (por accidente o intencionalmente) pero que no forman parte de un patrón continuo
- ▶ Un conflicto en el que las personas no están de acuerdo
- ▶ Técnicas y comportamientos de entrenamiento que son aceptados profesionalmente en el deporte

### EJEMPLOS DE NOVATADA SEXUAL

▶ *Obligar a los compañeros de equipo a realizar un acto sexual para que se los invite a una fiesta*

▶ *Forzar a un atleta trans a usar lencería para poder acceder al vestuario de niños donde sus compañeros de equipo se preparan para las prácticas y los partidos*

## Otra mala conducta por parte de adultos

- ▶ Tener una relación íntima o romántica en la que exista un desequilibrio de poder
- ▶ Exponer de manera intencional las partes íntimas del cuerpo a una persona menor de 18 años o a un adulto cuando hay un desequilibrio de poder
- ▶ Contacto físico inapropiado cuando hay un desequilibrio de poder, que incluye tocar o abofetear los nalgas o genitales de alguien, tocarlos o abrazarlos excesivamente o besarlos



## Signos y síntomas de que un niño ha sufrido una mala conducta

A continuación se presentan signos y síntomas físicos, psicológicos y conductuales comunes de abuso y mala conducta.<sup>27</sup>

Tenga en cuenta que todas las personas que sufren abuso o mala conducta responden de manera diferente. Mostrar señales de haber sufrido una mala conducta no significa necesariamente que alguien haya sido maltratado. Es posible que algunas personas que han sufrido una mala conducta no muestren ninguno de estos signos. Es más útil buscar patrones o cambios inexplicables en la salud, el comportamiento y la actitud en lugar de enfocarse en signos específicos.

<p><b>SIGNOS FÍSICOS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Cambios en la apariencia</li> <li>▶ Dolor o enfermedad crónica</li> <li>▶ Síntomas relacionados con el estrés (úlceras, dolores de estómago repetidos, dolores de cabeza, etc.)</li> <li>▶ Lesiones inexplicables o poco comunes</li> <li>▶ Deshidratación</li> <li>▶ Embarazo o enfermedades de transmisión sexual (especialmente en menores de 14 años)</li> <li>▶ Dificultad para caminar o sentarse</li> </ul>
<p><b>SIGNOS PSICOLÓGICOS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Perder el entusiasmo por el deporte o la competencia</li> <li>▶ Depresión</li> <li>▶ Ansiedad</li> <li>▶ Retraimiento</li> <li>▶ Disminución de la autoestima</li> <li>▶ Pensamientos o intentos suicidas</li> <li>▶ Miedos o fobias nuevos o diferentes</li> <li>▶ Síntomas relacionados con el trauma</li> <li>▶ Cambios repentinos de humor o arrebatos emocionales</li> <li>▶ Autolesiones</li> </ul>
<p><b>SIGNOS DEL COMPORTEAMIENTO</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Faltar o dar excusas para no asistir a la escuela o a la práctica</li> <li>▶ Disminución del desempeño en la escuela o el deporte</li> <li>▶ Se aísla de los demás o evita el contacto con una persona específica</li> <li>▶ Se queja del trato del entrenador o de los compañeros de equipo o se niega a hablar de ellos</li> <li>▶ Pesadillas o incontinencia</li> <li>▶ Conocimientos o comportamientos sexuales que no son apropiados para la edad</li> <li>▶ Ausencias frecuentes no explicadas a la escuela o práctica</li> <li>▶ Consumo de sustancias</li> </ul>

La mala conducta puede pasar desapercibida por los padres, tutores y entrenadores porque a menudo la perpetran los pares de maneras sutiles o secretas, y porque los niños dudan en contarles a los adultos lo que está sucediendo.<sup>11</sup>

Reconocer los signos y síntomas es útil, pero es más importante reconocer cuando su hijo está pasando por algo, cuando no se comporta como siempre, o los maestros, entrenadores u otros adultos de confianza notan cambios. Asegúrese de hablar con su hijo y dígame que está allí para ayudarlo con lo que sea.



## Confíe en su “instinto”

Así como desea que su hijo confíe en sus instintos cuando una situación o persona no se siente segura, es importante que usted confíe también en su instinto. Si alguien o algo parece demasiado bueno para ser verdad, probablemente sea así. Si un entrenador, voluntario u otro adulto demuestra una cantidad de interés o dedicación que lo hace sentir incómodo a usted o a su hijo, tiene derecho a detener las interacciones. Esto es válido incluso si no ha ocurrido nada “incorrecto” o “delictivo”. Todos los niños merecen sentirse seguros y estar seguros en su entorno deportivo, y todos los padres y tutores merecen lo mismo.

Puede minimizar la posibilidad de sufrir mala conducta, ya sea emocional, física o sexual, en persona, en línea o por teléfono, al estar alerta a las señales, comunicarse abiertamente con su hijo y los adultos involucrados, y mantener el bienestar general de su hijo como la prioridad principal.



### Puntos clave

- ▶ La forma más común de mala conducta en el deporte es la mala conducta emocional, a menudo por parte de un compañero contra otro.
- ▶ Si bien las formas de abuso y mala conducta a menudo se superponen con múltiples categorías, es más importante reconocer la mala conducta que clasificarla adecuadamente.
- ▶ Cuando piense en los signos de que su hijo puede haber sufrido una mala conducta, busque patrones o cambios inexplicables en la salud, el comportamiento y la actitud en lugar de centrarse únicamente en signos específicos.
- ▶ Pregúntele habitualmente a su hijo cómo se siente con respecto a sus interacciones con compañeros, niños mayores y entrenadores. En el caso de los adolescentes, consulte en sus redes sociales si hay señales de comunicaciones inapropiadas.



**SALTAR A** ▶ Prevenir ▶ Reconocer ▶ Responder ▶ Folletos y actividades ▶ Recursos organizacionales

## RESPONDER

Nadie quiere que su hijo experimente o participe en ninguna forma de mala conducta. Pero saber cómo responder adecuadamente en tales situaciones es una excelente manera de ser una fuente de confianza, sanación y protección para su hijo.

### Mantener la comunicación abierta

Para poder responder ante una posible mala conducta que afecte a su hijo, primero debe estar al tanto de ella. Si bien la información que ha obtenido en las secciones Prevenir y Reconocer de este Manual sienta las bases para lograr esto, también es fundamental que mantenga líneas abiertas de comunicación con su hijo y otros adultos en el entorno de su hijo. Hacerlo hace que sea más probable que su hijo confíe en usted para que mencione detalles relevantes relacionados con este tema difícil, uno sobre el que tal vez no entienda completamente o sobre el que no sepa cómo hablar.

Afortunadamente, hay formas en que usted y otros adultos pueden ayudar a su hijo y a otras personas a sentirse más cómodos al hablar y denunciar malas conductas que ven o sufren.<sup>28</sup> Consulte nuestros Consejos para hablar para niños más pequeños (de 5 años o menos), niños en edad escolar (de 6 a 12 años) y adolescentes (mayores de 13 años) para obtener consejos desarrollados en profundidad y adecuados para su edad.

### Responder ante las divulgaciones

Si su hijo elige divulgarle experiencias de mala conducta o abuso, le está brindando su confianza. Si bien puede ser aterrador y angustiante escuchar esta información, recuerde que eligieron hablar con usted por un motivo. Responder ante una mala conducta es difícil para todos, así que asegúrese de buscar apoyo para usted mismo, así como usted apoya a su hijo.

Tenga en cuenta estos pasos cuando un niño le divulgue una mala conducta o un abuso:

- ▶ **Escuche con empatía:** Deje que le cuente a su propio ritmo y que le dé los detalles que quiera compartir. Asegúrese de que sus expresiones faciales y su lenguaje corporal sean abiertos y no críticos.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Poner la experiencia de su hijo en primer lugar. Naturalmente, tendrá sentimientos intensos sobre la situación (ira, deseo de venganza, culpa). Pero asegúrese de que su hijo se sienta escuchado y comprendido, y que no se sienta responsable de la mala conducta de otra persona.
- ▶ **Sea comprensivo:** Demuestre empatía y agrádezcalle por contarle y confiar en usted. Reconozca que probablemente fue difícil hacerlo.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Mantener la calma, especialmente frente a su hijo. Esto le ayudará a comenzar el proceso de curación. Sea atento y amable con ellos mientras también los defiende.



- ▶ **Demuestre amor incondicional:** Su hijo necesita el amor que solo un padre o tutor puede dar.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Hablar con su hijo sobre sus sentimientos. Asegúrele que hizo bien en contarle sobre su experiencia y que usted está allí para él. Asegúrese de cuidarse al buscar apoyo o asesoramiento.
- ▶ **Conozca su función:** Es posible que sienta la tentación de obtener más información o de ayudar en la investigación, pero lo mejor es dejarla en mano de investigadores capacitados.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Escuchar todo lo que le cuentan, pero dejar las preguntas de “quién/ qué/dónde/cuándo” a los profesionales para su seguimiento. Nadie más puede desempeñar su función.
- ▶ **Pregunte cómo puede ayudar:** Ayúdelos a acceder a recursos de apoyo confidenciales, como la Línea de ayuda de SafeSport, donde su hijo puede hablar con un defensor capacitado.  
**Puede hacerlo de la siguiente manera:** Identificar y poner en contacto a su hijo con defensa profesional, terapia o ayuda legal si es necesario. Una llamada a su Centro de Defensa Infantil local es un excelente lugar para comenzar a aprender las leyes y los procesos de su comunidad. Tenga cuidado con lo que comparte (si es que comparte algo) con familiares, amigos y personas en el entorno deportivo de su hijo.
- ▶ **Dígale lo que hará a continuación:** Si usted es un denunciante obligatorio, dígame que recibirá ayuda. Hable con él sobre las citas que programará y las personas con las que se comunicará. Permítale participar en debates y toma de decisiones si es apropiado para la edad y el desarrollo.

## Cómo responder si alguien informa que su hijo ha sido abusado

Una denuncia o acusación de abuso o maltrato a su hijo podría provenir de otro adulto en lugar de su hijo. Podría hacerse directamente a la organización deportiva de su hijo, y es posible que se le notifique con anticipación o no.

Es normal y comprensible sentir emociones como enojo, confusión, ansiedad, culpa, tristeza o reticencia. Es posible que naturalmente desee averiguar tanto como sea posible del denunciante o de su hijo sobre la acusación. Tenga en cuenta esta información si intenta saber más sobre la persona que comparte la información (quien en las investigaciones a menudo se denomina “denunciante externo”):

- ▶ Es posible que los denunciantes de abuso o mala conducta no tengan muchos detalles para darle. La mejor práctica para los denunciantes es dejar los detalles de seguimiento en mano de los investigadores capacitados.
- ▶ En las investigaciones del U.S. Center for SafeSport:
  - » Las identidades de los denunciantes externos no se revelan a menos que sea necesario para la investigación.
  - » No se mantiene informados a los denunciantes externos sobre el proceso de investigación, a menos que sean un reclamante o demandado o uno de los padres o tutores de un reclamante menor de edad.
- ▶ Recuerde los principios que aprendimos en la sección anterior sobre cómo demostrar amor y apoyo incondicionales para su hijo.
- ▶ Cuídese para tener la atención y la energía para cuidar a su hijo. Haga cosas que disfrute. Salga de la casa, reúnese con amigos y familiares, encuentre maneras de relajarse y hable con un profesional para obtener apoyo.



## Cómo responder si su hijo puede ser responsable de una mala conducta

Tenga en cuenta estas sugerencias si descubre que su hijo se está comportando de manera inapropiada o ha infringido las políticas de comportamiento:<sup>29</sup>

- ▶ No se presione demasiado. No hay una respuesta inicial perfecta.
- ▶ Trate de mantener la calma, incluso si ha habido un caso de mala conducta o abuso. Recuerde que se trata de un niño y que necesita su apoyo y orientación.
- ▶ Asegúrele a su hijo que usted se preocupa por él. Y que es el comportamiento el que es inaceptable, no el niño.
- ▶ Encuentre apoyo social o profesional.
  - » Comuníquese con su [Centro de Defensa Infantil](#) local para obtener asesoramiento y orientación profesional.
  - » Considere opciones de terapia para el niño o incluso terapia familiar.
  - » Se recomienda que consulte a un asesor legal en caso de una actividad potencialmente ilegal.
- ▶ En casos de mala conducta o abuso entre pares con respecto a miembros del mismo club deportivo o equipo, informe a los entrenadores y administradores después de tomar las medidas legales correspondientes. Es posible que deban realizar cambios en las actividades o interacciones del equipo durante una investigación.

## Cómo se realiza la denuncia

Denunciar el abuso y la mala conducta ayuda a mantener los entornos deportivos más seguros y permite que los atletas jóvenes afectados obtengan ayuda.

La forma en que se gestionen esas denuncias dependerá del tipo y la gravedad de la mala conducta, y de la organización en cuestión. El [Código de SafeSport](#) rige el proceso de denuncias y resolución para organizaciones y personas afiliadas a cualquiera de los más de 50 Organismos Nacionales de Gobierno (National Governing Bodies, NGB) en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. Parte de la información de esta sección es específica para las personas relacionadas con el Movimiento.

**Siempre puede informar cualquier comportamiento que le preocupe a la organización deportiva de su hijo.** Si su hijo o la persona responsable del comportamiento preocupante está involucrado en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., informe al U.S. Center for SafeSport. Consulte con su organización deportiva sobre cómo gestionan las denuncias de abuso y mala conducta. Las políticas y reglas varían según la organización. **Si le preocupa que la sospecha de mala conducta viole una ley, no dude en informarla a las autoridades.**

Cualquier persona puede informar directamente al U.S. Center for SafeSport:

- ▶ En línea en [uscenterforsafesport.org/report-a-concern](https://uscenterforsafesport.org/report-a-concern)
- ▶ 833-5US-SAFE (587-7233)

Si usted es un Participante adulto según lo definido por el Código de SafeSport, debe cumplir con las leyes estatales o federales aplicables e informar sobre lo siguiente o sospechar razonablemente lo siguiente:

- ▶ Abuso de menores, incluido el abuso sexual de menores, inmediatamente a las autoridades policiales y al Centro
- ▶ La conducta sexual indebida sin importar la edad (incluidos el acoso sexual, el contacto o las relaciones sexuales no consensuadas, la explotación sexual, la exposición de un menor a contenido o imágenes de naturaleza sexual, el comportamiento de intimidación sexual, la novatada sexual) se deben denunciar inmediatamente al Centro
- ▶ Mala conducta emocional y física (incluida la intimidación, la novatada y el acoso) se denuncian a la organización a la que está afiliado o al Centro
- ▶ Las infracciones de las políticas de prevención (como las Políticas de prevención del abuso de atletas menores) se denuncian a la organización a la que está afiliado o al Centro



## Respuesta y resolución en el U.S. Center for SafeSport

El Centro recibe y responde a todas las denuncias relacionadas con la conducta sexual indebida y el abuso infantil dentro del Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., así como a ciertas otras infracciones del Código de SafeSport.

Existen tres etapas principales del proceso para resolver denuncias para el Centro.

- **Denuncia y registro:** En esta primera fase, el Centro establece lo siguiente:
  - » Si es la organización adecuada para investigar la denuncia
  - » Si tiene suficiente información para comenzar a investigar
  - » Si se debe tomar alguna medida inmediata antes de que comience la investigación para reducir los riesgos para cualquier persona involucrada
- **Investigación:** Para las denuncias que llegan a esta segunda fase, el Centro recopila evidencia y realiza entrevistas para determinar si es más probable que se haya producido un abuso o una mala conducta.
- **Resolución:** La fase final implica:
  - » Informar a las partes correspondientes sobre la decisión
  - » Dar a aquellos que han violado el Código de SafeSport la oportunidad de impugnar un hallazgo a través de un arbitraje independiente
  - » Determinar las sanciones o consecuencias individuales en función de las violaciones del Código
  - » Posiblemente publicar a una persona adulta sancionada en la Base de Datos Disciplinaria Centralizada pública del Centro

Para obtener más información sobre el proceso de respuesta y resolución del U.S. Center for SafeSport, consulte:

- [Esta serie de videos breves](#) para que brindan información con más detalle sobre las etapas del proceso
- [Esta infografía](#) ilustra el proceso de respuesta y resolución
- [Estas preguntas frecuentes](#)

Si usted o su hijo no están afiliados al Movimiento, es posible que los adultos de la organización deportiva de su hijo de todos modos deban denunciar el abuso infantil conocido o sospechado a las autoridades. También deben cumplir cualquier otra ley estatal o federal y políticas organizacionales que se apliquen a ellos.

## Apoyo a su hijo a través de una investigación

Una investigación de abuso o mala conducta puede ser difícil para su hijo. Es posible que necesite apoyo para ayudarlo a sobrellevar el comportamiento inapropiado que experimentaron o para ayudarlo a atravesar cualquier cambio en su rutina debido a la investigación.<sup>30</sup>

- **Escuche activamente y sin criticar:** Hágale saber a su hijo que está allí para escucharle y apoyarle, y que puede decidir de qué habla y cuándo. Evite hacer preguntas de “por qué”, ya que pueden evitar que su hijo se comunique más adelante.
- **Tranquile a su hijo y haga lo siguiente:** Hágale saber que lo que le sucedió no es su culpa. Cualquier consecuencia de la investigación tampoco es su culpa.
- **Apoye a su hijo:** Es posible que su hijo tenga que participar en deportes en un lugar diferente o retirarse por un tiempo de la competencia durante la investigación. Es posible que tampoco pueda ver a algunos compañeros de equipo y entrenadores con los que tiene una relación estrecha.
- **Aviso y respuesta:** Si observa signos de mala conducta o abuso, comuníquese con su hijo para obtener la ayuda que necesita:
  - » Consulte a su Centro de Defensa Infantil local [aquí](#) para obtener asesoramiento y orientación profesional.
  - » Considere las opciones de terapia (incluida la terapia familiar) para el niño.
  - » Se recomienda que consulte a un abogado en caso de actividad ilegal.



## Represalia

A menudo, las personas tienen miedo de denunciar una mala conducta porque temen las represalias de un entrenador, líderes de la organización o atletas y sus familias. Las represalias ocurren cuando alguien toma (o amenaza con tomar) una medida adversa contra otra persona antes, durante o después de informar una mala conducta o participar en una investigación sobre una posible mala conducta. Una acción adversa puede incluir lo siguiente:

- ▶ Amenazar, intimidar u hostigar a alguien
- ▶ Coaccionar a alguien para que no denuncie una mala conducta o para que se niegue a cooperar con una investigación
- ▶ Castigar o negar oportunidades a aquellos que denuncien malas conductas

### EJEMPLOS DE REPRESALIAS

▶ ***Un atleta confronta a un compañero de equipo sobre un comportamiento inapropiado. Luego, el compañero de equipo amenaza con arruinar su reputación si informa lo que sucedió.***

▶ ***El día después de que un padre denuncia que un entrenador abusó de su hijo, el entrenador saca al atleta del equipo, y dice: "No se permiten soplonos aquí".***

Las represalias están prohibidas por el Código de SafeSport porque pueden:

- ▶ Dañar aún más a las personas que han sufrido abuso o mala conducta
- ▶ Disuadir a testigos o terceros con información importante para una investigación de mala conducta
- ▶ Erradicar la confianza dentro del equipo y de la organización en general
- ▶ Desalentar a los demás a denunciar futuras malas conductas
- ▶ Dar a entender que el comportamiento en cuestión es aceptable
- ▶ Contribuir a una cultura que tolere el abuso y la mala conducta

Si usted o su hijo no están afiliados al Movimiento, tenga en cuenta las políticas de la organización deportiva de su hijo con respecto a las represalias.



### Puntos clave:

- ▶ Informe cualquier posible abuso y mala conducta a la organización deportiva de su hijo. Si su hijo participa en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., informe al U.S. Center for SafeSport.
- ▶ Si le preocupa que la sospecha de mala conducta viole una ley o sea abuso infantil, denúncielo de inmediato a las autoridades.
- ▶ La respuesta de una organización ante una mala conducta puede variar según el tipo de mala conducta y su gravedad.
- ▶ Creer en su hijo y apoyarlo a través del proceso de respuesta es una de las cosas más útiles que puede hacer por él.
- ▶ El Código de SafeSport prohíbe las represalias, y muchas organizaciones deportivas tienen políticas similares.

# FOLLETOS Y ACTIVIDADES



- ▶ **Consejos para hablar y mantener la comunicación abierta:** Para niños más pequeños (de 5 años o menos)
- ▶ **Consejos para hablar y mantener la comunicación abierta:** Para niños en edad escolar (de 6 a 12)
- ▶ **Consejos para hablar y mantener la comunicación abierta:** Para adolescentes (mayores de 13 años)
- ▶ **Qué hacer y qué no hacer cuando escucha según SafeSport:** Para niños más pequeños (de 5 años o menos)
- ▶ **Qué hacer y qué no hacer cuando escucha según SafeSport:** Para niños en edad escolar (de 6 a 12)
- ▶ **Qué hacer y qué no hacer cuando escucha según SafeSport:** Para adolescentes (mayores de 13 años)
- ▶ **Comprensión del desarrollo sexual de su hijo**
- ▶ **Los efectos de la intimidación**
- ▶ **¿El entrenador de mi hijo mantiene límites adecuados?**
- ▶ **Respuesta a un posible comportamiento de seducción de menores**

# RECURSOS ORGANIZACIONALES



## Academia Estadounidense de Pediatría

[aap.org](http://aap.org)

Dedicada a promover la salud y el bienestar óptimos para cada niño, y a garantizar que los miembros de la Academia practiquen la atención médica de la más alta calidad y experimenten la satisfacción profesional y el bienestar personal.

## Sociedad Profesional Estadounidense sobre el Abuso de Niños

[apsac.org](http://apsac.org)

Una sociedad profesional multidisciplinaria que presta servicios a pediatras, trabajadores sociales, abogados, médicos clínicos, autoridades policiales, educadores y otros profesionales que prestan servicios a niños y familias involucrados en el maltrato infantil.

## Centros de defensa infantil

[nationalcac.org](http://nationalcac.org)

Los Centros de Defensa Infantil se establecen para brindar los mejores servicios de investigación y seguimiento posibles a una víctima de abuso infantil. Los Centros de Defensa Infantil emplean expertos en entrevistas y tratamientos forenses y tienen experiencia en las leyes y los sistemas de su comunidad. Hay más de 1000 centros de defensa infantil en los EE. UU. [Encuentre uno que](#) trabaje para su comunidad.

## Connect Safely

[connectsafely.org/cyberbullying](http://connectsafely.org/cyberbullying)

ConnectSafely es una organización sin fines de lucro con sede en Silicon Valley, California, dedicada a educar a los usuarios de la tecnología de conexión sobre la seguridad, la privacidad y la protección. Aquí encontrará consejos de seguridad basados en la investigación, guías para padres, consejos, noticias y comentarios sobre todos los aspectos del uso y la política de la tecnología.

## Compensación para víctimas de delitos (Crime Victim Compensation, CVC)

Proporciona apoyo financiero a las víctimas elegibles de delitos para cubrir costos como asesoramiento, salarios perdidos y atención médica. Tenga en cuenta que, en muchos programas de CVC, el delito debe informarse a las autoridades para acceder a estos fondos. Los beneficios pueden variar según el estado y el condado. Haga clic para encontrar [su programa CVC local](#).

## Healthychildren.org

[healthychildren.org](http://healthychildren.org)

HealthyChildren.org es el único sitio web de crianza respaldado por 66 000 pediatras comprometidos para lograr una salud y un bienestar físico, mental y social óptimos para todos los bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

## iKeepSafe

[ikeepSAFE.org](http://ikeepSAFE.org)

La misión de iKeepSafe es proporcionar un panorama digital seguro para los niños, las escuelas y las familias mediante el apoyo a la protección de la privacidad de los estudiantes, mientras que avanza el aprendizaje en una cultura digital. Para respaldar esta misión, proporcionan certificaciones de privacidad de datos a empresas tecnológicas, recursos educativos a escuelas e información a la comunidad.



### **Alianza Nacional para Deportes Juveniles (National Alliance For Youth Sports, NAYS)**

[nays.org](http://nays.org)

La misión de NAYS es educar, equipar y empoderar a los líderes deportivos juveniles, voluntarios y padres para que todos los niños puedan disfrutar de los beneficios de los deportes de por vida. Las Normas Nacionales para los Deportes Juveniles sirven como modelo para que los proveedores recreativos de deportes juveniles puedan satisfacer las necesidades de todos sus participantes. Las Normas Nacionales para los Deportes Juveniles ponen en marcha una guía para que los administradores de la liga y del programa la implementen para garantizar la mejor experiencia deportiva juvenil posible para todos.

### **Centro Nacional sobre el Comportamiento Sexual de la Juventud (National Center on the Sexual Behavior Of Youth, NCSBY)**

[ncsby.org](http://ncsby.org)

La misión del NCSBY es promover mejores vidas, a través de mejores elecciones por parte de los jóvenes, cuidadores y profesionales para obtener respuestas más saludables y para la prevención del comportamiento sexual problemático de los jóvenes. El NCSBY brinda capacitación nacional y asistencia técnica para mejorar la precisión, accesibilidad y uso estratégico de información precisa sobre la naturaleza, incidencia, prevalencia, prevención, tratamiento y manejo de jóvenes con comportamiento sexual problemático.

### **Línea directa nacional de agresión sexual**

[rainn.org](http://rainn.org)

Este sitio web ofrece información y recursos para víctimas de agresión sexual e incluye un chat y una línea directa las 24 horas.

Chat: [rainn.org](http://rainn.org)

Teléfono: 1-800-656-4673

### **Pacer's National Bullying Prevention Center**

[pacer.org/bullying](http://pacer.org/bullying)

El Pacer's National Bullying Prevention Center tiene como objetivo liderar un cambio social, para que la intimidación ya no se acepte como un rito de iniciación para los niños. PACER proporciona a los niños, padres y educadores recursos e información sobre la intimidación. Su sitio web también contiene videos, historias, noticias, campañas y otras formas de participar en esfuerzos contra la intimidación.

### **Project Play**

[aspenprojectplay.org](http://aspenprojectplay.org)

Lanzada en 2013 por el Programa de Deportes y Sociedad del Aspen Institute, la iniciativa desarrolla, comparte y aplica conocimientos que ayudan a construir comunidades saludables a través de los deportes. Las listas de verificación para padres de Project Play proporcionan 10 preguntas simples que los padres deben hacer según la edad y el nivel de actividad del niño con respecto a los deportes.

### **Rliance**

[raliance.org](http://raliance.org)

Rliance es una colaboración nacional comprometida a poner fin a la violencia sexual en una generación. Compuesto por la Alianza Nacional para Terminar con la Violencia Sexual (National Alliance to End Sexual Violence, NAESV), el Centro Nacional de Recursos contra la Violencia Sexual (National Sexual Violence Resource Center, NSVRC) y la Coalición contra la Agresión Sexual de California (California Coalition Against Sexual Assault, CALCASA), Prevent Connect, Rliance se fundó en 2015 a través de una inversión inicial multimillonaria de la Liga Nacional de Fútbol Americano. Encuentre recursos sobre prevención en el Rliance Sport + Prevention Center: [raliance.org/sport-prevention-center](http://raliance.org/sport-prevention-center)



## Centros de Crisis por Violación

Brindan asistencia para crisis de violación basada en la comunidad en cada estado y territorio. Estos centros existen en los Estados Unidos para brindar servicios de apoyo a las víctimas de abuso sexual. Si bien los recursos específicos disponibles varían según la ubicación, los servicios son confidenciales y pueden incluir defensa, acompañamiento durante exámenes médicos, entrevistas de las autoridades, servicios de seguimiento y derivaciones a otros recursos. Los centros de crisis por violación también proporcionan líneas directas las 24 horas del día, los 7 días de la semana para apoyar a sobrevivientes y cosobrevivientes. El Centro Nacional de Recursos contra la Violencia Sexual mantiene un [Directorio de Coaliciones Estatales y Territoriales](#), así como un [Directorio de Organizaciones de Apoyo a Víctimas/Sobrevivientes](#) que prestan servicios a sobrevivientes. Comuníquese con la coalición de su estado o territorio para encontrar servicios locales en su comunidad.

La mayoría de los centros de crisis por violación brindan servicios a adolescentes y adultos. Los servicios para sobrevivientes más jóvenes de abuso sexual son proporcionados por una red nacional de Centros de Defensa Infantil. Haga clic para encontrar [su Centro de Defensa Infantil local](#).

### Stopbullying.gov

[www.stopbullying.gov](http://www.stopbullying.gov)

StopBullying.gov es un sitio web del gobierno federal con información sobre todo tipo de intimidación, incluida la intimidación cibernética y quién está en riesgo. StopBullying.gov también ofrece recursos para prevenir y responder a la intimidación para padres, educadores y jóvenes.

### U.S. Center for SafeSport

[uscenterforsafesport.org](http://uscenterforsafesport.org)

El U.S. Center for SafeSport es una organización sin fines de lucro creada para responder y prevenir el abuso sexual, físico y emocional en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., del cual es independiente. El Centro también capacita y educa a personas y organizaciones en todos los niveles para apoyar entornos deportivos y recreativos en todo Estados Unidos que protejan el bienestar de los atletas.

### You Can Play Project

[youcanplayproject.org](http://youcanplayproject.org)

El proyecto You Can Play trabaja para garantizar la seguridad y la inclusión de todos en los deportes, incluidos los atletas, entrenadores y fanáticos LGBTQ. Visite su sitio web para obtener más información sobre su causa, sus socios y cómo adoptar una postura.

# REFERENCIAS

Este Manual está adaptado de la versión original de 2018 por Leslie Mitchell Bond, M. Ed. y Janet Rosenzweig, Ph.D.

1. **Polanin, J. R., Espelage, D., Pigott, T. D.** (2012). A Meta-Analysis of School-Based Bullying Prevention Programs' Effects on Bystander Intervention Behavior (Un metaanálisis de los efectos de los programas escolares de prevención de la intimidación en el comportamiento de intervención de los espectadores). *School Psychology Review*, 41, 47-65.
2. **Right to Be (Derecho a ser).** (2022). The 5 D's of Bystander Intervention (Las 5 D de la intervención del espectador). [righttobe.org/guides/bystander-intervention-training](http://righttobe.org/guides/bystander-intervention-training)
3. **American Academy of Pediatrics.** (2009). Helping Your Child Develop a Health Sense of Self Esteem (Cómo ayudar a su hijo a desarrollar un sentido de salud de autoestima). [Healthychildren.org](http://Healthychildren.org). [Healthychildren.org/English/ages-stages/gradeschool/Pages/Helping-Your-Child-Develop-A-Healthy-Sense-of-Self-Esteem.aspx](http://Healthychildren.org/English/ages-stages/gradeschool/Pages/Helping-Your-Child-Develop-A-Healthy-Sense-of-Self-Esteem.aspx)
4. **Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).** (2022). Childhood Development (Desarrollo infantil): Positive Parenting Tips - Middle Childhood (Consejos positivos para la crianza de los hijos, Infancia media). [cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/middle.html](http://cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/middle.html)
5. **Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).** (2022). Child Development Positive Parenting Tips - Young Teens (12-14 Years Old) (Consejos para la crianza positiva del desarrollo infantil, Adolescentes jóvenes [de 12 a 14 años]). [cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html](http://cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html)
6. **Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).** (2022). Child Development Positive Parenting Tips - Middle Childhood (9-11 Years Old) (Consejos para la crianza positiva del desarrollo infantil - Infancia media [de 9 a 11 años de edad]). [cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/middle2.html](http://cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/middle2.html)
7. **University of Minnesota Extension (Extensión de la Universidad de Minnesota).** (2022). Desarrollo de adolescentes. Regentes de la Universidad de Minnesota. [extension.umn.edu/child-and-youth-development/teen-development](http://extension.umn.edu/child-and-youth-development/teen-development)
8. **van der Zande, I.** (2021). The 'Uh-Oh; Feeling (La sensación "Oh-Oh"): How to Teach Kids to Use their Intuition (Cómo enseñar a los niños a usar su intuición). [kidpower.org/library/article/the-uh-oh-feeling/](http://kidpower.org/library/article/the-uh-oh-feeling/)
9. **Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).** (2022). Building Structure (Cómo crear una estructura): Quick Tips (Consejos rápidos). [cdc.gov/parents/essentials/structure/quicktips.html](http://cdc.gov/parents/essentials/structure/quicktips.html)
10. **Malik F, Marwaha R. Developmental Stages of Social Emotional Development in Children (Etapas del desarrollo socioemocional en niños).** (2022). Instituto Nacional de Salud (National Institute of Health) [ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534819](http://ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534819)
11. **Stafford, A., Alexander, K., & Fry, D.** (2015). "There was something that wasn't right because that was the only place I ever got treated like that" ("Hubo algo que no estaba bien porque ese fue el único lugar en el que me habían tratado así en toda mi vida"): Children and young people's experiences of emotional harm in sport (Las experiencias de los niños y jóvenes de daño emocional en el deporte). *Childhood (Infancia)*, 22, 121-137.
12. **Mountjoy, M., Brackenridge, C., Arrington, M., Blauwet, C., Carska-Sheppard, A., Fasting, K., Leahy, T., Marks, S., Martin, K., Starr, K., Tiivas, A., Budgett, R.** (2016). International Olympic Committee Consensus Statement (Declaración de consenso del Comité Olímpico Internacional): Harassment and Abuse (Non-accidental Violence) in Sport. (Intimidación y abuso [violencia no accidental] en el deporte). *British Journal of Sports Medicine*, 50, 1019-1029.
13. **Kerr, G., Stirling, A.** (2012). Parents' Reflections on their Child's Experiences of Emotionally Abusive Coaching Practices (Reflexiones de los padres sobre las experiencias de sus hijos en las prácticas de entrenamiento emocionalmente abusivo). *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(2), 191-206.
14. **National Eating Disorders Association (n.d.) (Asociación Nacional de Trastornos de la Alimentación).** Tips for Coaches (Consejos para entrenadores): Preventing Eating Disorders in Athletes (Prevención de trastornos alimenticios en atletas). [nationaleatingdisorders.org/learn/help/coaches-trainers](http://nationaleatingdisorders.org/learn/help/coaches-trainers)
15. **Tuakli-Wosornu, Y. A., Sun, Q, Gentry, M., & Kirby, S.** (2020). Non-accidental harms ("abuse") in athletes with impairment ("para athletes") (Daños no accidentales ["abuso"] en atletas con dificultades ["paradeportistas"]); A state-of-the-art review (Una revisión de última generación). *British Journal of Sports Medicine*, 54, 129-138.
16. **Shannon-McCallum, C. S.** (2013). Bullying in Recreation and Sport Settings (Intimidación en entornos recreativos y deportivos): Exploring Risk Factors, Prevention Efforts, and Intervention Strategies (Análisis de factores de riesgo, esfuerzos de prevención y estrategias de intervención). *Journal of Park and Recreation Administration*, 31, 15-33.
17. **Gladden, R. M., Vivolo-Kantor, A. M., Hamburger, M E. y Lumpkin, C. D.** (2014). Bullying Surveillance Among Youths (Vigilancia de la intimidación entre jóvenes): Uniform Definitions for Public Health and Recommended Data Elements (Definiciones uniformes para la salud pública y elementos de datos recomendados), versión 1.0. National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention, and U.S. Department of Education (Centro Nacional para la Prevención y el Control de Lesiones, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y Departamento de Educación de los EE. UU.).
18. **PACER's National Bullying Prevention Center (n.d.).** Questions Answered (Preguntas respondidas): You ask, We answer (Usted pregunta, nosotros respondemos). [pacer.org/bullying/info/info-facts.asp](http://pacer.org/bullying/info/info-facts.asp)
19. **PACER's National Bullying Prevention Center.** (Nov. de 2016) What is the Difference between Bullying and Harassment?(¿Cuál es la diferencia entre la intimidación y el hostigamiento?) [pacer.org/bullying/info/questions-answered/bullying-harassment.asp](http://pacer.org/bullying/info/questions-answered/bullying-harassment.asp)



20. **Stopbullying.gov** (n.d.). U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.) [Stopbullying.gov](http://Stopbullying.gov)
21. **Ragazzo, K. & O'Brien, M. U.** (2009). Social and Emotional Learning and Bullying Prevention (Aprendizaje social y emocional y prevención de la intimidación). [crisisresponse.promoteprevent.org/sites/default/files/root/materials/NCPublicationsTools/SELBullying.pdf](http://crisisresponse.promoteprevent.org/sites/default/files/root/materials/NCPublicationsTools/SELBullying.pdf)
22. **Leahy T, Pretty G, Tenenbaum, G.** (2004). Perpetrator Methodology as a Predictor of Traumatic Symptomatology in Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse (Metodología del perpetrador como predictor de la sintomatología traumática en sobrevivientes adultos de abuso sexual infantil). *Journal of Interpersonal Violence*, 19(5), 521-540. doi:10.1177/0886260504262963
23. **American Academy of Child & Adolescent Psychiatry (Academia Estadounidense de Psiquiatría Infantil y Adolescente)** (2020). Sexual Abuse (Abuso sexual). [aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FFF-Guide/Child-Sexual-Abuse-009.aspx](http://aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Child-Sexual-Abuse-009.aspx)
24. **Tanner, J. & Brake, S.** (2013). Exploring Sex Offender Grooming (Análisis de la seducción de menores por parte de agresores sexuales). KBS Solutions. [kbsolutions.com/Grooming.pdf](http://kbsolutions.com/Grooming.pdf)
25. **RAINN.** (2020). Grooming (Seducción de menores): Know the Warning Signs (Conozca las señales de advertencia) . [rainn.org/news/grooming-know-warning-signs](http://rainn.org/news/grooming-know-warning-signs)
26. **National Center for Missing & Exploited Children (Centro Nacional para Niños Desaparecidos y Explotados).** (2022). Sextortion (Sextorsión). [missingkids.org/theissues/sexortion](http://missingkids.org/theissues/sexortion)
27. **RAINN.** (2020). Child Sexual Abuse (Abuso sexual infantil). [rainn.org/articles/child-sexual-abuse](http://rainn.org/articles/child-sexual-abuse)
28. **RAINN.** (2020). Talking to Your Kids about Sexual Assault (Cómo hablar con sus hijos sobre la agresión sexual). [rainn.org/articles/talking-your-kids-about-sexual-assault](http://rainn.org/articles/talking-your-kids-about-sexual-assault)
29. **Adaptado de: National Children's Alliance (Alianza Nacional de Niños).** (2022). Effective Treatment for Youth with Problematic Behaviors (Tratamiento eficaz para jóvenes con comportamientos problemáticos). [ncsby.org/sites/default/files/YPSB-Effective-Treatment-Fact-Sheet-2019\\_web.pdf](http://ncsby.org/sites/default/files/YPSB-Effective-Treatment-Fact-Sheet-2019_web.pdf)
30. **Colgate University.** (2022). Supporting a Survivor (Apoyo a un sobreviviente): How to Help as a Parent (Cómo ayudar como padre/madre). [colgate.edu/about/campus-services-and-resources/supporting-survivor#parent](http://colgate.edu/about/campus-services-and-resources/supporting-survivor#parent)