

El Rey de la Vida

Mi cuerpo y su cuidado

Olga Lucía Bustamante Madrid

Ilustraciones Jesús Monterroza



☪ El Rey de la Vida ☪
Mi cuerpo y su cuidado



El Rey de la Vida

Mi cuerpo y su cuidado

Olga Lucía Bustamante Madrid

Ilustraciones Jesús Monterroza



2020



Este libro fue evaluado y aprobado por expertos en el área bajo el sistema doble ciego.

Corporación Universitaria de Caribe - CECAR

Rector

Noel Morales Tuesca

Vicerrector Académico

Alfredo Flórez Gutiérrez

Vicerrector de Ciencia Tecnología e Innovación

Jhon Víctor Vidal

Directora de Investigaciones

Luty Gomez Cáceres

Coordinador Editorial CECAR

Jorge Luis Barboza

editorial.cecar@cecar.edu.co

© 2020 Olga Lucía Bustamante Madrid, autora.

Ilustraciones: Jesús Monterroza (kappadesign@uotlook.com)

ISBN: 978-958-5547-73-5

DOI: 10.21892/978-958-5547-73-5

Sincelejo, Sucre, Colombia.

Bustamante Madrid, Olga Lucía.

El Rey de la Vida. Mi cuerpo y su cuidado / Olga Lucía Bustamante Madrid ; ilustrado por Jesús Monterroza. – Sincelejo : Editorial CECAR, 2020.

51 páginas; 23 cm.

ISBN: 978-958-5547-73-5

1. Literatura 2. Cuento 3. Autoestima 4. Conducta 5. Cuerpo humano en la literatura I. Bustamante Madrid, Olga Lucía II. Título

808. B982e 2020

CDD 23 ed.

CEP – Corporación Universitaria del Caribe, CECAR. Biblioteca Central – COSiCUC

Contenido

Presentación	7
Ley 1	12
Ley 2	14
Ley 3	16
Ley 4	18
Ley 5	20
Ley 6	22
Ley 7	24
Ley 8	26
Ley 9	28
Ley 10	30
Ley 11	34
Ley 12	38
Ley 13	40
Ley 14	42
Ley 15	44
Ley 16	46
Ley 17	48



Presentación

Pensar en un libro que se constituya en apoyo y acompañamiento para los niños no es tarea fácil, y mucho menos si este se centra en una problemática que subyace en la dinámica familiar; cada vez más son los cursos, seminarios y estrategias de formación que permiten a los adultos, formados en la materia, fortalecer sus capacidades vocacionales para atender a niños, niñas y adolescentes que, por el infortunio, han sido víctimas de violencia sexual. Una problemática de la cual todos hablan, pero nadie la siente.

Cuando se inició la tarea de comprender y trabajar las dinámicas de proyección social en el marco del abuso sexual en niños desde CECAR, muchos profesionales de las ciencias humanas, sociales y jurídicas tenían claro que no sería fácil llegar a ese grupo poblacional necesitado de la atención y reivindicación de su dignidad como derecho fundamental; esto ha permitido crear los escenarios de discusión, reflexión y estrategias de intervención que permitieran aplicar los conocimientos ante la situación adversa que viven los niños y niñas víctimas de abuso sexual.

Es así que, producto del compromiso social y de aportar a la transformación de una sociedad más justa e incluyente, nace esta iniciativa, un relato con contenido pedagógico que proporciona herramientas muy concretas para prevenir y denunciar el abuso sexual en la niñez. Esta iniciativa es todo un reto, pues, es construida desde la voz de una madre con experiencia en el tema, ilustrativo y centrado en el sentir - pensar de los niños y niñas.

Esperamos que esta propuesta sea de gran aceptación para el público en general, CECAR estará en disposición de seguir aportando en la educación del territorio y aportando con responsabilidad social, a crear los escenarios de paz y convivencia que necesitan nuestros niños y niñas para que vivan seguros, felices y con calidad de vida.

María Alexandra Morales Pinillos
Coordinadora de Proyección Social CECAR

*A mis nietos:
Isabella, María Andrea, Ana Sofía, Santiago y Pablo.*

Con inmenso cariño escribí este cuento para ayudarles a entender que la vida es hermosa, que es un regalo de Dios y que la felicidad depende de ti, de tus actitudes, de cómo te cuides, de las decisiones que tomes y de escuchar con el corazón las enseñanzas del Rey de la Vida.

La autora

El Rey de la Vida se interesaba porque todos los habitantes de su reino estuvieran bien; entonces, quiso enseñarles muchas cosas, entre ellas:

¡EL CUIDADO DEL CUERPO!

El Rey de la Vida escribió unas leyes o mandatos importantes que enseñan maneras correctas para vivir con cuidado.



Ley 1

El Rey de la Vida dice:

El cuerpo de las personas, hombres y mujeres, niños, jóvenes y adultos es sagrado, porque guarda las semillas de la vida.

El cuerpo debe cuidarse, mantenerse limpio y evitar jugar con él, porque el cuerpo no es un juguete.



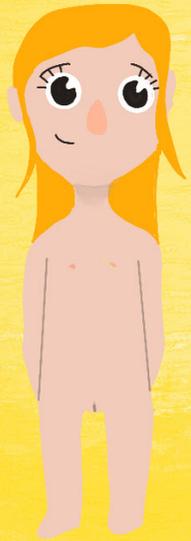
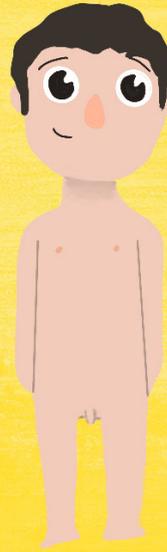
Ley 2

El Rey de la Vida explicó que el cuerpo tiene dos partes:

- La parte pública, que está descubierta y no lleva ropa.
- La parte privada, que tiene ropa para protegerse. Es privada porque es solo tuya y solo tú la puedes tocar, no se muestra a extraños, ni se juega con ella.

Esta parte privada también se llama órgano sexual o sistema reproductor.

Las partes privadas las tienen en su cuerpo todas las personas grandes y pequeñas, y son un regalo de la naturaleza. En ellas están los órganos que permiten la preservación de la vida en el planeta.



Ley 3

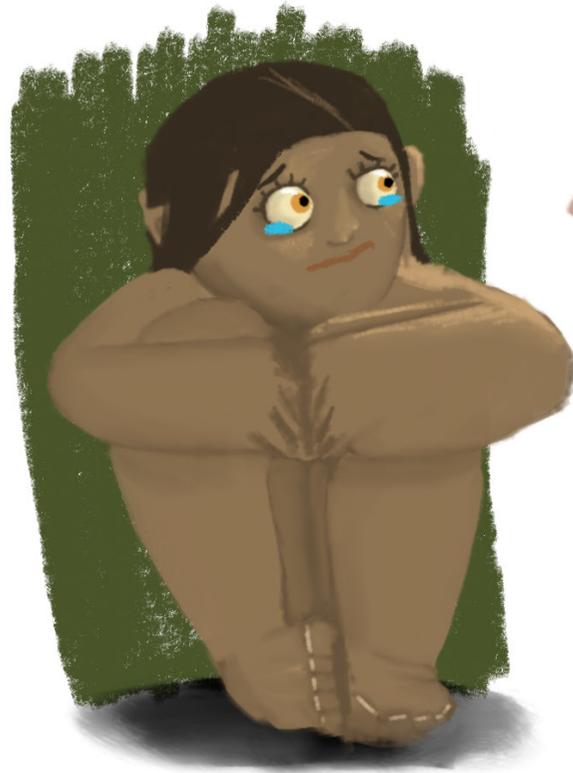
Agregó el Rey de la Vida:

La mamá, el papá, las abuelitas y tías, las nanas autorizadas y las profesoras, que demuestran ser amorosas y respetuosas de tu integridad, incluyendo tu cuerpo, y demostrando siempre buenas intenciones, podrán, con tu consentimiento, ayudarte a asear, curar o vestir tus partes públicas y privadas con delicadeza.

Siempre te harán sentir bien, te escucharán y orientarán con inmenso cariño, respeto, y te protegerán; escucharán tus temores y les podrás contar tus dudas y secretos, creerán en ti y te advertirán del peligro.

También el doctor o la enfermera, el día de la consulta por enfermedad, en compañía de una persona afectiva y protectora de la familia, podrán tocar tu cuerpo.

Cada niño y niña mayor cuidará de su cuerpo con respeto. Todos los días este debe asearse bien a la hora del baño, vestirse en privado en la habitación y hacer las necesidades con la puerta del baño cerrada para evitar que alguien este mirándote con maldad.



Ley 4

El Rey de la Vida dijo a los mayores:

Ustedes, papás, mamás, tías, abuelitas y maestras cariñosas, tienen la misión de hablarles y explicarles con seriedad y respeto a los niños y jóvenes, sobre la importancia de cuidarse para no dañar ni maltratar las semillas de la vida que cada uno guarda en su cuerpo.

Dijo que esa conversación debe estar llena de confianza, sin burlas ni chistes, porque el cuerpo humano es natural y creado por el Rey de la Vida, como algo bello y bueno.



Ley 5

El Rey de la Vida advierte:

Ninguna amiguita o amiguito, ni el computador, ni un libro o película que mires a escondidas, te explicarán, con cariño y sin grosería, esta verdad sobre el cuerpo humano y sus funciones creadas por mí.

Otros pueden decirte mentiras, confundirte y hablarte con mala intención, porque a ellos les faltan los conocimientos y el amor que sí tienen los adultos de la familia a quienes yo, Rey de la Vida, encargué tu cuidado.

La sexualidad no permite burlas, vulgaridades, irrespeto o mentiras, porque es una función hermosa e importante creada por el Rey de la Vida y la naturaleza para expresar amor a la pareja, y para preservar a la especie humana de la extinción.



Ley 6

El Rey de la Vida **prohíbe**:

- Que cualquier persona desconocida o familiar, manosee, toque y juegue con el cuerpo de un niño, niña, o joven, con engaños, mentiras, regalos o con el uso de la fuerza.
- Nadie puede obligar a un niño o joven a dejarse tocar o dejarse tomar fotos, ni en las redes sociales, ni en el diario vivir, mostrando las partes privadas, esto es irrespetar el cuerpo, además, representa un gran peligro como lo explica el Rey de la Vida.

Los niños, niñas y jóvenes dirán siempre la verdad a las personas en quienes confían y creen que podrán ayudarlos o buscar ayuda ante situaciones de peligro, sin miedo a las amenazas, porque el silencio le sirve al abusador para perpetuar el abuso y el maltrato; por eso, hay que avisar sin temor al chantaje.



Ley 7

El Rey de la Vida manda:

Los niños jugarán donde haya personas mayores de confianza vigilándolos, para evitar el peligro de abuso sexual.

Por eso está prohibido esconderse para jugar, de los adultos que nos cuidan.



Ley 8

En lugares públicos los niños, niñas y jóvenes no irán a los baños solos, siempre estarán acompañados para evitar abusos.

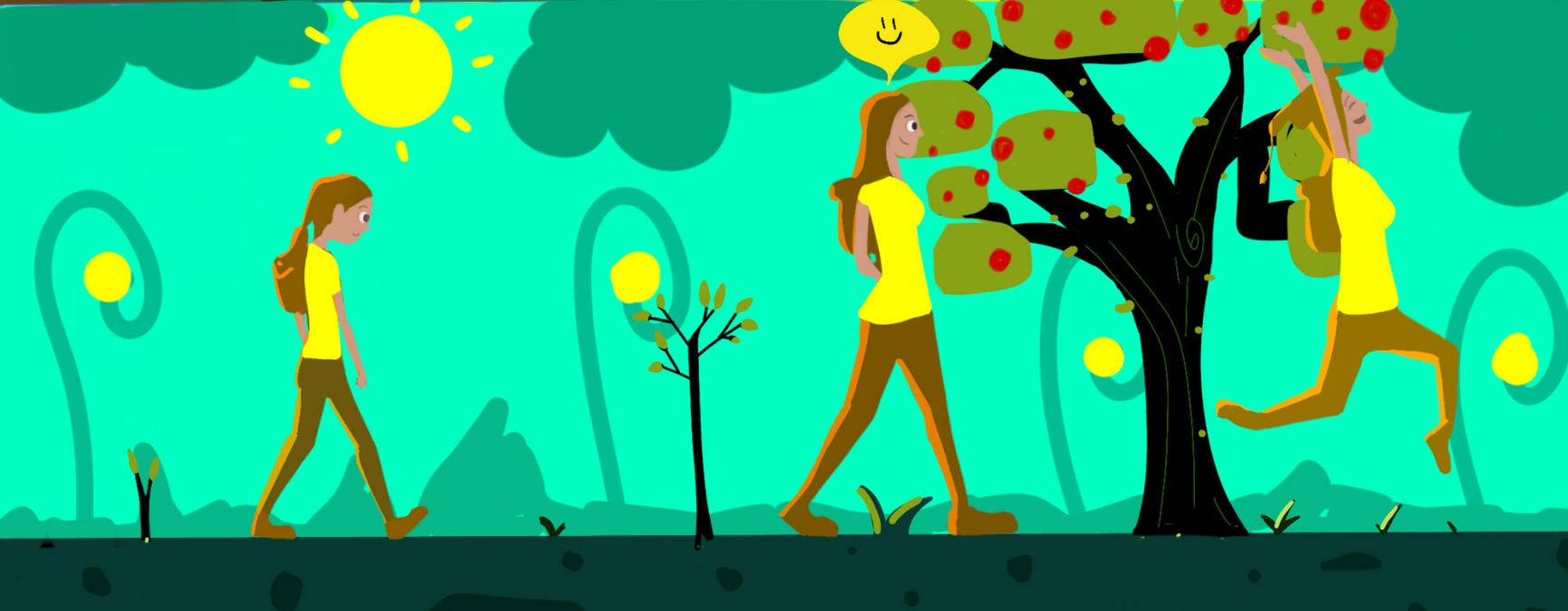


Ley 9

El Rey de la Vida dice:

Las personas pueden equivocarse en una tarea del colegio, pueden olvidar cómo se baila, cuando patinan pueden caerse y volverse a parar, y no pasa nada grave...

¡Pero tener relaciones sexuales tempranas es muy peligroso porque hace aplazar y, muchas veces, perder los sueños para vivir en alegría!



Ley 10

Dice el Rey de la Vida:

Casi todos los padres son protectores, respetuosos y cariñosos con sus hijos, solo algunos no lo son. Por eso si una persona mayor conocida o familiar (papá, hermano, tío, primo, abuelo, padrastro, novio de mi hermana, papá de mi mejor amiga, profesor, pastor o sacerdote, doctor, amigo o vecino, entrenador, vigilante, portero o policía) o cualquier otro niño, joven o adulto desconocido, te invitan a jugar a escondidas con tu cuerpo, te tocan debajo de la ropa o te la quitan, y te dicen “no digas nada, que eso está bien y te sientes incómodo y asustado”...

¡ALERTA, PELIGRO!



Ninguno puede abrazarte o besarte sin tu consentimiento o intentar hacerte cosquillas, tocar las nalgas o pechos. Si sientes miedo o incomodidad ¡Cuidado, peligro! ¡No lo permitas!... eso está mal y puede hacerte daño.

¡PUEDES DECIR NO!

Puedes enojarte, correr mucho, gritar muy alto y alejarte rápidamente del lugar.

¡BUSCA AYUDA!

Cuéntaselo inmediatamente a un familiar, profesora o persona de tu confianza. Si estás solo en casa, sales a la calle gritando, pidiendo protección.

Tienda oRg



Ley 11

Cuando veas cualquier amenaza o peligro, dentro o fuera de su casa, que venga de personas conocidas o desconocidas...

¡GRITAS CON MUCHO ALBOROTO Y MUY ALTO PIDIENDO AYUDA!

Nadie puede pedirte que toques sus partes privadas. Debes estar alerta porque esto suele suceder en lugares públicos como cines, parques, baños, calles solitarias...

SI TE SUCEDE, DICES ¡NO!

¡GRITAS CON MUCHO ALBOROTO Y MUY ALTO PIDIENDO AYUDA!

No aceptes regalos ni golosinas a cambio de caricias malintencionadas...

SI TE SUCEDE, DICES ¡NO!

¡GRITAS CON MUCHO ALBOROTO Y MUY ALTO PIDIENDO AYUDA!



Rechaza cualquier invitación, aunque te diga que tu mamá o papá te están esperando. Si te quieren obligar... si te sucede, dices...

¡NO!

¡GRITAS CON MUCHO ALBOROTO Y MUY ALTO PIDIENDO AYUDA!

Nadie puede penetrar a escondidas y sin tu consentimiento en tu habitación, si alguno lo hace y te llenas de miedo, sacas fuerza...

DICES ¡NO!

¡GRITAS CON MUCHO ALBOROTO Y MUY ALTO PIDIENDO AYUDA!

Los abusadores, para asustar a los niños, niñas o jóvenes, inventan mentiras y amenazas para obligarte a actuar. Ellos te dirán palabras como estas:

- Tú tienes la culpa si le pasa algo a tus padres por no quedarte callado.
- Tú eres malo, a ti te gusta lo que te hago.
- Tú me provocaste, tú quieres que te toque.
- Se lo voy a contar a tu papá y a tu mamá y te van a castigar.

¡NO LE CREAS!

Es solo una estrategia de los abusadores para vencerte, dominarte y someterte.

Tu familia no te va a castigar, solo te va a proteger.

Ley 12

El Rey de la Vida recomienda tener cuidado al saludar:

- A un desconocido, basta un saludo amable sin darle la mano.
- A un familiar de poca confianza, amigo o vecino basta una palabra y una sonrisa amable sin contacto físico. Con un “Hola”, basta.
- Nadie te puede obligar a saludar con un beso o abrazo.

Las caricias buenas y respetuosas como un abrazo o un beso en la mejilla, solo son para la familia amorosa que desea lo mejor para ti, estas manifestaciones son espontáneas, sin malas intenciones y no despiertan temor.



Ley 13

El Rey de la Vida recomienda:

- Tener cuidado con los engaños, mentiras disimulos o secretos.
- Los silencios acordados para jugar que no revisten riesgos ni ocultan mentiras, son aceptables. Por ejemplo: Cuando queremos dar una sorpresa.
- Si el silencio es obligado y con amenazas: ¡Hay que contarlo, gritarlo y desenmascararlo para contrarrestar el peligro y poder obtener protección!



Ley 14

El Rey de la Vida te dice:

Los niños y jóvenes deberán contar siempre la verdad sobre cualquier vivencia que les haga sentir mal, que no les guste, o que les cause temor, y que pase en la casa, en la casa del abuelito, tío, vecino, amigo, en la iglesia, en la escuela, en la cancha. No deberán sentir vergüenza y deberán contar lo que pasó cuanto antes, para que nadie les pueda hacer daño.

Las autoridades, el personal de salud, los directivos y profesores, la familia cercana, serán las personas encargadas de la protección inmediata y del castigo para la persona que atente contra el bienestar de niños y jóvenes.



¡Yo no fui!

Ley 15

El Rey de la Vida te recuerda que Él habita en el corazón de todo lo creado con infinito amor y perfección. Las leyes espirituales rechazan que haya maltratos, esclavitud o violencia sexual en el mundo. Y las leyes humanas lo consideran un delito que se castiga quitando la libertad.



Ley 16

El Rey de la Vida ordena: si un niño o niña, o adolescente ha sufrido abusos, debe recibir tratamiento psicológico para gestionar las afectaciones emocionales y psicológicas que dejan estas situaciones.

¡ALERTA! ¡EL TRATAMIENTO ES NECESARIO!



Ley 17

El Rey de la Vida ordena:

Que el amor entre todas las personas del planeta sea libre, bondadoso y que no lastime a ninguna criatura en la tierra.

**AMAR A TU PAREJA ES HERMOSO,
PERO A LA EDAD CORRECTA Y A LA PERSONA CORRECTA.**

Entonces, el Rey de la Vida trasladó su vivienda al corazón de cada hombre y mujer del planeta, donde vive y cuida a sus criaturas y a las semillas sagradas de la vida. Pero solo interviene cuando confían en Él y desde el corazón le piden protección y ayuda. Él aleja los peligros y las malas horas de aquellos que solicitan su compañía en forma consciente.



Desde entonces el mundo es más tranquilo y feliz cuando las personas cumplen esas leyes.

Por eso todos los niños, niñas, jóvenes y adultos del mundo pueden vivir tranquilos y felices porque hay un Rey en su corazón que los ama y cuida; además, Él nos regaló una familia para convivir en solidaridad, bienestar y protección.





Edición digital
El Rey de la Vida. Mi cuerpo y su cuidado
Abril de 2020
Sincelejo, Sucre, Colombia

El Rey de la Vida

Mi cuerpo y su cuidado

Olga Lucía Bustamante Madrid

Ilustraciones Jesús Monterroza

Pensar en un libro que se constituya en apoyo y acompañamiento para los niños no es tarea fácil, y mucho menos si este se centra en una problemática que subyace en la dinámica familiar; cada vez más son los cursos, seminarios y estrategias de formación que permiten a los adultos, formados en la materia, fortalecer sus capacidades vocacionales para atender a niños, niñas y adolescentes que, por el infortunio, han sido víctimas de violencia sexual. Una problemática de la cual todos hablan, pero nadie la siente.

Esperamos que esta propuesta sea de gran aceptación para el público en general, CECAR estará en disposición de seguir aportando en la educación del territorio y aportando con responsabilidad social, a crear los escenarios de paz y convivencia que necesitan nuestros niños y niñas para que vivan seguros, felices y con calidad de vida.