

# Lección 4A: Libre de tratos inhumanos

---

## Libre de tratos inhumanos

### Artículo 3

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

*Declaración Universal de los Derechos Humanos*

### Artículo 5

Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

*Declaración Universal de los Derechos Humanos*

### Puntos de aprendizaje

1. Los estudiantes les explicarán a otras personas el significado de tortura y penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.
2. Los estudiantes pueden definir el acoso y dar ejemplos específicos.

# Lección 4A: Libre de tratos inhumanos

## Esquema de la lección

### 1. Bienvenida

#### Canción sugerida: “La bondad por mí empieza” (p. 24)

O seleccione una canción, un poema o una actividad de su país o cultura.

### 2. Repaso

Menciona algo que hayas hecho hace poco para ayudar a prevenir la discriminación en tu familia o comunidad. ¿Qué descubriste sobre los servicios que tu comunidad ofrece a las personas con discapacidades?

### 3. Introducción

#### Pídale a un estudiante que lea el artículo 3 y explique lo que significa. (p. 22)

##### Preguntas

1. ¿Qué significa “seguridad de la persona”? *Sentirse seguro y a salvo.*
2. ¿Cómo nos sentimos cuando nos atacan o amenazan? *Inseguros, incómodos, angustiados.*
3. ¿Qué comportamientos pueden hacer que nos sintamos de esa manera?

### 4. Desarrollo

#### Lea o pídale a un estudiante que lea el artículo 5. (p. 22)

##### Pregunta

1. ¿Qué significa torturar? *Causarle un gran dolor a una persona.*
2. ¿Qué son las penas o tratos crueles? *Causar dolor o sufrimiento intencionalmente a otras personas sin culpa ni preocupación al respecto.*
3. ¿Qué son las penas o tratos inhumanos? *Tratos que causan sufrimiento físico o mental intenso.*
4. ¿Qué es el trato degradante? *Un trato extremadamente humillante y poco digno.*
5. ¿Qué palabra se podría usar para describir estos comportamientos? *Acoso.*
6. ¿Qué es el acoso? *El acoso es el uso de la fuerza, coerción, burlas o amenazas dolorosas, maltrato, dominio agresivo o intimidación. Este comportamiento es intencional y habitual. El acosador busca ejercer poder sobre una persona a la que se percibe como más vulnerable.*
7. ¿Qué formas de acoso has observado? *Por ejemplo, amenazas, rumores, ataques físicos o verbales, exclusión intencional de una persona de un grupo, golpes, patadas, pellizcos, escupidas, hacer que una persona tropiece, empujones, tomar cosas que no son de uno, comentarios o gestos crueles o maleducados, ciberacoso.*

#### Actividad: Bolas de papel... “El acoso es...”

##### Instrucciones

Distribuya papel y lápices.

1. Pídale a los estudiantes que escriban “El acoso es...” en la parte superior del papel. Los estudiantes se deben tomar

un minuto para hacer un dibujo sencillo o escribir palabras sobre cómo es el acoso. El acoso es algo que una persona hace reiteradas veces a propósito para hacer sentir mal o herir a otra persona. Por ejemplo: burlarse de la ropa que lleva, pegarle, empujarla, burlarse de ella, ponerle apodos, tomar sus cosas sin permiso, decir cosas sobre ella a sus espaldas, acosarla por medios cibernéticos o enviarle notas, correos electrónicos o mensajes de texto crueles.

2. Cuando terminen, pídeles que formen parejas. Deles dos minutos para hablar sobre sus dibujos y palabras.
3. Pídeles a los estudiantes que sigan estas instrucciones:
  - Formen una bola bien armada con el papel.
  - Desármela y estiren el papel lo más que puedan.
  - Describan cómo quedó el dibujo.

##### Preguntas

1. ¿Pudimos deshacernos de las arrugas de los papeles estrujados?
2. ¿Qué representan las arrugas? *Es difícil deshacer lo que causan las palabras o acciones crueles.*
3. ¿Qué podemos hacer si una persona está sufriendo maltrato o si tiene miedo porque alguien la está acosando?
4. ¿Por qué es importante que todos nos sintamos seguros?
5. ¿Cómo podemos ayudar a que los demás se sientan seguros?

**Si bien es difícil reparar el daño que hace una persona que acosa, podemos intentar denunciar el acoso cuando lo vemos y ofrecer apoyo a la víctima.**

### 5. Conclusión

Aborde las siguientes preguntas con la clase.

##### Preguntas

1. ¿Qué es el acoso? *El acoso es el uso de la fuerza, coerción, burlas dolorosas, amenazas de abuso, dominio agresivo o intimidación. Este comportamiento es intencional y habitual. El acosador busca ejercer poder sobre una persona a la que se percibe como más vulnerable.*
2. ¿Dónde puede ocurrir el acoso? *Durante las clases en la escuela, antes o después; en el campo de juego; en el vecindario; a través de Internet y en cualquier lugar.*
3. ¿Por qué las personas acosan a otras? *Para mantener el poder o estatus social, para demostrar pertenencia a un grupo, para ser aceptadas, para excluir a otros, para controlar comportamientos.*
4. ¿Por qué es importante que todos disfrutemos de la vida, la libertad y el hecho de sentirnos seguros?

### 6. Desafío

- Habla con tu familia o tus amigos sobre la definición de acoso.
- Pídeles que compartan sus experiencias con el acoso.

## Bienvenida

### La bondad por mí empieza

Letra y música: Clara W. McMaster

Con sencillez (Diríjase dos tiempos por compás.) ♩ = 60-69

Bon - dad mos - tra - ré a to - do ser; a - sí se de - be ac - tuar. — Es por

e - so que di - go: “La bon - dad de - be por mí em - pe - zar”. —

Letra y música: Clara W. McMaster. 1904-1997. © 1969 IRI.

Bondad mostraré a todo ser,  
así se debe actuar.  
Es por eso que digo:  
«La bondad debe por mí empezar»

Para escuchar la música, diríjase en el sitio web a la sección de Idiomas, seleccione “Español”, y haga clic en el botón que dice “Música.”

<https://go-hre.org/resources/music-spanish/>



# Derecho a la protección frente a la tortura y los tratos crueles o inhumanos

# Lección 4B: Libre de tratos inhumanos

---

## Libre de tratos inhumanos

### Artículo 3

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

*Declaración Universal de los Derechos Humanos*

### Artículo 5

Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

*Declaración Universal de los Derechos Humanos*

### Puntos de aprendizaje

1. Los estudiantes definirán “acoso”.
2. Los estudiantes explicarán la diferencia entre un observador activo y un observador pasivo.
3. Los estudiantes analizarán métodos de lidiar con el acoso.
4. Los estudiantes pueden explicar por qué es importante denunciar el acoso frente a alguien de su confianza.

# Lección 4B: Libre de tratos inhumanos

## Esquema de la lección

### 1. Bienvenida

#### Canción sugerida: “La bondad por mí empieza” (p. 24)

O seleccione una canción, un poema o una actividad de su país o cultura.

### 2. Repaso

Menciona un ejemplo de acoso que un amigo o familiar haya compartido contigo. ¿Cómo se compara ese ejemplo con los que tú has visto o experimentado? ¿En qué se parecen? ¿En qué se diferencian?

### 3. Introducción

Pídale a un estudiante que lea el artículo 5 y explique lo que cree que significa. (p. 26)

Pídale a otro estudiante que lea el artículo 3 y explique cómo se relaciona con el artículo 5. (p. 26)

#### Preguntas

1. ¿Cómo se complementan estos artículos para protegernos frente a daños?
2. ¿Cómo se llama a una persona que usa la fuerza, coerción, burlas dolorosas, amenazas de abuso, dominio agresivo o intimidación contra una persona de forma intencional y reiterada? *Acosador.*

### 4. Desarrollo

Solemos reconocer el acoso cuando ocurre, ¿pero qué deberíamos hacer para detener al acosador? Acepte todas las respuestas.

#### Las seis “R” para lidiar con el acoso

1. **Reconocer** el acoso.  
Debes identificar el acoso cuando lo veas.
2. **Revisar** dónde conseguir ayuda.  
A veces es peligroso intentar detener a un acosador. ¿Adónde puedes ir a pedir ayuda si la necesitas? Revisa los recursos y las políticas locales.
3. **Reportar** el acoso.  
Los investigadores informan que el 57 % de los incidentes de acoso se detienen dentro de los diez segundos posteriores a la intervención en favor de la víctima. (Polanin, Espalage y Pigott, 2012)

¿Recuerdas la definición de **observador activo**? *Una persona que ve una instancia de acoso y detiene al acosador hablándole para que ponga fin a su comportamiento u obteniendo ayuda de una persona con autoridad.*

A veces no es seguro detener físicamente a un acosador, pero podemos reportar el acoso y conseguir ayuda.

4. **Rehusarse** a quedarse mirando y no hacer nada.

¿Qué es un **observador pasivo**? *Una persona que ve una instancia de acoso y se queda mirando sin hacer nada.*

5. **Reconfortar** y apoyar a la víctima de acoso.
6. **Repudiar** el acoso.

#### Actividad: ¿Qué hago? (p. 28)

Cuente las historias y pregúnteles a los estudiantes qué harían para ayudar a detener el acoso.

**Nota para el docente:** Modifique los nombres de los estudiantes y los ejemplos según sea necesario para que se ajusten a su cultura.

### 5. Conclusión

Aborde las siguientes preguntas con la clase.

#### Preguntas

1. ¿Cuáles son los seis métodos para lidiar con un acosador?
2. ¿Por qué no siempre es seguro enfrentar a un acosador? ¿Qué otra cosa puedes hacer?

**Muestra la ilustración sobre el derecho a la protección frente a la tortura y los tratos crueles o inhumanos en la página 25.**

**Lean todos juntos el artículo 5. (p. 26)**

### 6. Desafío

- Cuéntale a tu familia o a un amigo sobre el artículo 5 de la DUDH y cómo se aplica al acoso. Descríbele los seis métodos que pueden usar para lidiar con el acoso.
- Explica la diferencia entre un observador activo y un observador pasivo.
- Sé un observador activo. Decide en este instante no ser un observador pasivo la próxima vez que veas que alguien sufre acoso.

### Desarrollo

#### Actividad: ¿Qué hago?

**Cuente las siguientes historias y pregúntele a los estudiantes qué harían para ayudar a detener el acoso.**

- Ella y su familia se mudaron a un nuevo vecindario. Ella tenía muchos amigos, tanto niños como niñas. Lamentablemente, dos niñas del vecindario estaban celosas de Ella. Comenzaron a difundir rumores y mentiras sobre ella en Internet, que afirmaban que su comportamiento no era bueno. Pronto, otras niñas del vecindario comenzaron a creer que Ella no era buena y sus padres no querían que se hicieran amigas.

**¿Qué podrías hacer para ser un observador activo en esta situación?**

- Heather era muy alta para su edad y tenía una enfermedad que afectaba su aspecto. Con frecuencia se burlaban de ella. Heather sentía que no valía nada, a pesar de ser muy inteligente y buena en la escuela.

**¿Qué podrías hacer para ser un observador activo en esta situación?**

- John comenzó a perder la audición a los siete años. Al principio, le encantaban sus audífonos porque le permitían escuchar lo que los demás decían. Cuando comenzó la escuela secundaria, tuvo que quitárselos y guardarlos en su casillero para jugar al fútbol o subirse a las cuerdas del gimnasio. Un día, cuando regresó del entrenamiento de fútbol se dio cuenta que sus audífonos ya no estaban en su lugar. Algunos niños se rieron y señalaron otra fila de casilleros. Al doblar en la esquina del pasillo, John encontró sus audífonos aplastados en el piso.

**¿Qué podrías hacer para ser un observador activo en esta situación?**

- Nikola disfrutaba de jugar al baloncesto con sus amigos después de la escuela. Un día, Stefan se acercó a la cancha y comenzó a usar apodosos feos para dirigirse a Nikola y sus amigos. Stefan se acercó a Nikola y le quitó el balón. Nikola les dijo a Stefan y sus amigos que podían jugar, pero que el balón era de él. Stefan comenzó a empujar a Nikola tan fuerte que cayó al piso. Sus amigos comenzaron a ponerle apodosos a Nikola y a reírse de él mientras se pasaban el balón y no le permitían atraparlo.

**¿Qué podrías hacer para ser un observador activo? ¿Es seguro?**

- A Simon le preocupaba ir a la escuela. Todos sabían que era diferente de los demás. Usaba ropa diferente y comía comida diferente. Estaba aprendiendo el idioma de a poco, pero sonaba diferente. Un día, un grupo de niños lo rodeó en la parte de atrás de la escuela. Lo golpearon, lo patearon y lo escupieron. Le pusieron apodosos crueles y le dijeron que regresara al lugar del cual había venido. Un grupo de estudiantes se reunió alrededor para observar lo que estaba ocurriendo.

**¿Qué podrías hacer para ser un observador activo? ¿Es seguro?**

- Mara veía lo que estaba sucediendo. Las niñas susurraban, se pasaban notas y se reían. Sabía que se reían de ella, porque habían hecho lo mismo en Internet. Ella ya ni siquiera miraba su teléfono. Ahora estaba sucediendo lo mismo en la escuela. Deseaba ser invisible.

**¿Qué podrías hacer para ser un observador activo?**