Guía en **Lectura Fácil** para un deporte seguro para las personas menores en Canarias



Gobierno de Canarias
islas iguales

Gobierno de Canarias
islas iguales

© Lectura Fácil Europa
Logo: Inclusion Europe
Más información en:
https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/

Las Palmas de Gran Canaria, 2026

Este texto sigue las pautas y recomendaciones
de la Norma de Lectura Fácil UNE 153101:2018 EX

Coordinación, adaptación y validación del texto en Lectura Fácil:

Más Fácil, Plena inclusión Canarias

José Jorge Amigo Extremera
Pablo Buhigas Lorenzo
Nereida Hernández Santana
Óscar Muñoz Rodríguez

Diseño y maquetación:
Celia Berdión

Gobierno de Canarias
islas iguales

Más Fácil
servicio de lectura fácil

Plena inclusión
Canarias

Índice

Capítulo 1. Información que debes conocer 6

1.1. ¿Qué es la violencia? 8

1.2. ¿Cuáles son los tipos de violencia? 9

1.3. ¿Qué es el buen trato? 13

1.4. ¿Quién es la persona delegada de protección? 15

1.5. El interés superior de la persona menor 17

1.6. Derechos, obligaciones y responsabilidades 18

1.7. Derechos de la infancia 19

1.8. Derechos de la infancia en el deporte 22

Capítulo 2. ¿Qué es el protocolo? 35

2.1. ¿Para qué sirve este protocolo? 37

2.2. Los objetivos del protocolo 38

Capítulo 3. La persona delegada de protección 42

3.1. Requisitos 43

3.2. Funciones 45

3.3. Tareas clave 47

Capítulo 4. ¿Cómo prevenir la violencia? 49

4.1. ¿Cómo podemos evitar la violencia? 50

4.2. ¿Cómo podemos detectar la violencia? 55

Capítulo 5. ¿Qué hacer en caso de violencia? 58

5.1. ¿Quiénes tienen el deber de comunicar 59

sobre los casos de violencia? 59

5.2. ¿A quién debemos comunicar 60

los casos de violencia? 60

Capítulo 6. Teléfonos importantes 62

Capítulo 1. Información que debes conocer

Esta guía en **Lectura Fácil**
explica cómo las **personas menores de edad**
pueden protegerse de situaciones de violencia
en el deporte
y disfrutar de él.

La **Lectura Fácil**
es una forma de escribir
que sigue unas normas
para que las personas con dificultades
de **comprensión lectora**
pueden entender lo que leen.

La guía se basa
en el **protocolo** de actuación
para proteger a las personas menores
en el deporte en Canarias.

Este protocolo les protege
de la violencia en el deporte.

El protocolo también promueve
el **buen trato**.

Las **personas menores de edad**
son las niñas,
los niños
las y los adolescentes.

La **comprensión lectora**
es la capacidad
de entender el significado
de un texto al leerlo.

Un **protocolo**
es un conjunto de reglas
que hay que seguir
para estar en un sitio,
hacer una actividad
o tratar a las personas.

Como veremos más adelante,
el **buen trato** es una forma de relacionarse
con otras personas basada en el respeto,
la valoración de su **dignidad**
y la búsqueda de su bienestar.

La **dignidad**
es el comportamiento serio
y ejemplar de una persona
que merece respeto.

En este capítulo
tienes información muy importante
que debes conocer
para entender bien la guía.

La información trata los siguientes aspectos:

1. La violencia.
2. Los tipos de violencia.
3. El buen trato.
4. La persona delegada de protección.
5. El interés superior de la persona menor.
6. Derechos, obligaciones y responsabilidades.
7. Derechos de la **infancia**.
8. Derechos de la infancia en el deporte.

La **infancia**
es la etapa de la vida
de las personas
desde el nacimiento
hasta la adolescencia.

1.1. ¿Qué es la violencia?

La violencia es cualquier acción
que hace daño a las personas.

La ley dice que hay violencia
contra las personas menores
cuando una persona hace algo,
deja de hacerlo
o trata mal a una niña, a un niño
o a un o una adolescente
y con ello le quita sus derechos
o su **bienestar**.

También hay violencia
si se pone en peligro su crecimiento
o su desarrollo físico,
mental o social.

La violencia puede hacerse
de muchas formas,
incluso por internet
o con cualquier otra tecnología.



El **bienestar**
es la situación en la que vive
una persona que tiene
lo que necesita
para cubrir sus necesidades.

1.2. ¿Cuáles son los tipos de violencia?

Hay muchos tipos de violencia.

Tienes información sobre varios de ellos
a continuación.

- **Maltrato físico**,
  es decir, cuando una persona golpea
  o causa dolor a otra.

- **Maltrato psicológico o emocional**,
  es decir, cuando una persona hace sentir miedo,
  tristeza o inseguridad a otra
  con sus palabras o acciones.

- **Castigos** físicos, es decir,
  cuando una persona golpea a otra
  o le causa dolor
  para imponer **disciplina**
  o corregir un mal comportamiento.

Un **castigo**
es cuando una persona
le hace algo a otra
que le hace sentir mal
porque piensa que ha hecho
algo incorrecto.

La **disciplina** son normas
y formas de actuar
que ayudan a que las personas
se comporten bien
y respeten a las demás personas.

- Insultar, **humillar** o hacer sentir mal a una persona.

- No cuidar o no atender a alguien que lo necesita.

  A esto lo llamamos **negligencia**.

- Amenazar o decir mentiras para hacer daño.

- Obligar a una persona a trabajar o aprovecharse de ella.

  A esto lo llamamos **explotación**.

- Violencia sexual, que es cuando una persona obliga a otra a hacer actos sexuales sin dar su **consentimiento**.

- Corrupción, que es enseñar o animar a una persona a hacer actos **inmorales** o ilegales, como mentir o robar.

- Ver **pornografía infantil** o mostrarla a otras personas.

Humillar significa hacer que alguien se sienta mal con palabras o actos.

Esto hiere el orgullo o la dignidad de la persona..

Dar **consentimiento** es dar permiso para hacer algo.

Inmoral es que está mal y en contra de las normas.

La **pornografía infantil** es imágenes o vídeos de niñas o de niños con contenido sexual.

- La prostitución,
  que es la actividad
  de tener relaciones sexuales
  con otras personas
  a cambio de dinero.

- Burlarse de las personas
  o agredirlas en el equipo o club deportivo
  o en el instituto.

  A esto lo llamamos **acoso escolar**
  o **bullying**.

  También es violencia
  cuando este acoso se hace por internet.

  En ese caso,
  lo llamamos **ciberacoso**
  o **cyberbullying**.



- Violencia de género,
  es decir, el maltrato a una mujer
  por el hecho de ser mujer.

- **Mutilación** genital,
  que es cortar
  o dañar los órganos sexuales
  de las personas,
  normalmente mujeres o niñas.

La **mutilación**
es cuando se corta
o se quita una parte
del cuerpo.

Es algo grave
que deja a la persona
sin esa parte del cuerpo.

- **Trata de personas**.

- Matrimonio forzado,
  que es obligar a una persona
  a casarse con otra
  sin que ella quiera.

- Mostrar **pornografía**
  sin permiso.

  La **pornografía**
  son imágenes, vídeos
  o textos que muestran sexo de forma clara y directa.

- **Extorsión** sexual,
  que es cuando una persona amenaza
  a otra para conseguir algo
  a cambio de no enseñar fotos,
  vídeos u otro tipo de información sexual
  de ella.

- Publicar fotos o datos privados
  sin permiso.

- Tener cualquier tipo
  de comportamiento violento
  dentro de la familia.

La **trata de personas**
es engañar a alguien,
por lo general,
mujeres y niñas,
para ir a un país
y explotarlas sexualmente.

Es un delito muy grave.

La **extorsión**
es cuando alguien obliga
a otra persona
a dar dinero
o algo valioso.

Lo hace con amenazas,
violencia o miedo.

1.3. ¿Qué es el buen trato?

El buen trato significa respetar los derechos
de todas las personas menores de edad.

Además, el buen trato incluye:

- El respeto entre personas.
- Su dignidad.
- La **convivencia en paz en el deporte**.

La **convivencia en paz en el deporte**
es cuando jugamos
o vemos deporte con respeto.

No gritamos, no insultamos
y no pegamos.

Respetamos las reglas
y a todas las personas.

Así, el deporte es un **espacio seguro**
y agradable.

Un **espacio seguro** es un lugar
o una situación donde las personas se sienten bien
y protegidas.

Allí pueden estar tranquilas,
hablar con libertad
y ser respetadas.

No hay insultos,
violencia
ni **discriminación**.

También es resolver problemas sin violencia,
asegurar las mismas oportunidades
para todas las personas
y que la ley proteja a todas por igual.

El **buen trato** rechaza la discriminación
a las personas menores de edad.

El buen trato nos hace sentirnos felices
en el deporte
y nos ayuda a desarrollarnos.

La **discriminación**
es el trato que una persona
da a otra
como si fuera inferior.



1.4. ¿Quién es la persona delegada de protección?

La ley dice que el deporte
es un entorno muy importante
para la **convivencia**.

El deporte es muy importante
para el desarrollo de las personas.

En el deporte puede haber casos de violencia
contra personas menores.

Por eso, la ley pide crear **protocolos**.

Estos protocolos sirven para prevenir,
detectar la violencia
y saber qué hacer cuando sucede.

Las entidades
que organizan actividades deportivas
o de **ocio** con personas menores
deben cumplir varias obligaciones.

La **convivencia**
es la vida compartida
con otras personas.

Un **protocolo**
es un conjunto de reglas
que hay que seguir
para estar en un sitio,
hacer una actividad
o tratar a las personas.

El **ocio**
es el tiempo libre
de una persona.

Una de las obligaciones más importantes
es nombrar a una persona
a la que llamamos **persona delegada de protección**.

La **persona delegada de protección**
es quien escucha
las preocupaciones
de las personas menores de edad.



Esta persona aplica las normas de protección
y avisa a las autoridades
si hay algún caso de violencia
en el deporte.

1.5. El interés superior de la persona menor

El **interés superior de la persona menor**
significa que todas las decisiones
y acciones que le afectan
deben buscar siempre su bienestar.

Esto quiere decir que las personas menores tienen derecho
a crecer bien
con una vida digna y feliz.

Deben tener lo que necesitan
para vivir bien.

Antes de tomar una decisión
sobre una persona menor de edad,
hay que pensar primero
en lo que es mejor para ella
y en cómo proteger sus derechos.



1.6. Derechos, obligaciones y responsabilidades

Todas las personas menores
tienen **derechos**.

Esto quiere decir
que todas las personas deben respetarlos
y protegerlos.

Las personas adultas
tienen **obligaciones**.

Entre sus **obligaciones**, está cuidar,
proteger y asegurar los derechos
de las personas menores de edad.

A partir de los 14 años,
las chicas y los chicos
también tienen **responsabilidades**.

Esto significa que empiezan
a responder por sus actos.

Todos y todas debemos siempre respetar las normas
y los derechos
de las demás personas.

1.7. Derechos de la infancia

Todas las personas menores
y las personas adultas
tienen los mismos derechos.

Además, las personas menores tienen derechos especiales
por sus necesidades.

Los derechos de las personas menores están
en la **Convención**
sobre los Derechos del Niño
que la **ONU** aprobó en el año 1989.

La **Convención**
sobre los Derechos del Niño
es el conjunto de derechos
que tienen todas las niñas,
niños y adolescentes.

Sobre todo, la Convención
es un acuerdo entre muchos países
para cumplir esos derechos.

España es uno de estos países.

Una **convención**
es un acuerdo
o un pacto.

La **ONU**
es la Organización
de las Naciones Unidas.

Reúne a casi todos los
países del mundo
y trabaja para defender
la paz y los derechos
humanos.

Los derechos de infancia
son los siguientes:

1. Derecho a la igualdad.

2. Derecho a una protección especial
   para su desarrollo físico y mental.

3. Derecho a un nombre
   y a una **nacionalidad**.

4. Derecho a alimentación,
   a una casa
   y a una atención médica adecuada.

5. Derecho a la educación.

   Las niñas y los niños con discapacidad
   tienen derecho
   a un tratamiento adecuado
   a sus capacidades.

La **nacionalidad**
es la pertenencia de una
persona a una nación.

Esta pertenencia
supone que la persona
tiene derechos
y obligaciones respecto
a la nación.



6. Derecho a la comprensión
   y al amor de padres, madres
   y de toda la sociedad.

7. Derecho al ocio
   y a la educación gratuita.

8. Derecho a ser las primeras personas
   en recibir ayuda
   cuando hay problemas.

9. Derecho a la protección
   del abandono,
   de la **crueldad**
   y de la explotación.

10. Derecho a un cuidado **tolerante**
    y a la amistad.

Crueldad
es causar daño o
sufrimiento a otros
sin piedad ni compasión.

Ser **tolerante**
es aceptar
y respetar las ideas,
creencias o formas
de ser de los demás.

1.8. Derechos de la infancia en el deporte

Todas las personas menores tienen derecho a:

- Descansar.
- Jugar.
- Participar en la cultura y las artes.
- Hacer deporte.
- Hacer actividad física.

Este derecho está en la **Convención de los Derechos del Niño**.

La **Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil**, a la que conocemos por su **sigla FAPMI**, ha creado una lista de derechos especiales para el deporte.

Una **federación** es un grupo de asociaciones que trabajan juntas.

Una **sigla** es una palabra que se forma con las letras iniciales de una frase o del nombre de una institución.

El protocolo contra la violencia
en el deporte
se basa en estos derechos.

Son los siguientes:

1. Derecho al interés superior de las personas menores

Las personas menores tienen derecho
a que pensemos siempre
en su bien.

En cada decisión que afecte a estas personas,
hay que elegir lo mejor para ellas,
ahora y en el futuro.

Hay que preguntarles su opinión
porque su voz importa.

El deporte es juego,
educación y amistad.

El deporte no es solo ganar
ni ser campeonas o campeones.

Los gobiernos de los países,
de las ciudades
y de los pueblos
deben proteger los derechos
de las personas menores.

2. Derecho al deporte como experiencia social y educativa

Todas las personas tienen derecho
a practicar deporte.

El deporte educa
y ayuda a tener relaciones sociales.

Siempre hay que pensar en aprender
y en relacionarse,
con independencia
de nuestra edad.



3. Derecho al deporte sin discriminación

Todas las personas menores tienen derecho
a hacer deporte.

No importa su sexo,
su cuerpo,
su talento,
sus capacidades
o si tienen una discapacidad.

Cada niña, niño o adolescente
debe hacer deporte a su medida,
es decir, ajustado a su cuerpo,
a su mente y a sus emociones.

El deporte une a todas las personas.

Hay que respetar siempre
la **diversidad sexual**
en el deporte.

La **diversidad sexual** significa
que las personas pueden vivir
y sentir su sexualidad
y su género
de muchas formas diferentes.

4. Derecho a jugar y divertirse

Durante la infancia,
el deporte debe consistir en jugar
y en pasarlo bien.

Poco a poco, aprendemos habilidades
y actitudes para la vida
que hay que entrenar
para que sean positivas.

Además, hay que pensar
en el concepto de **competición**,
que debe ser para mejorar como personas
y no para sufrir.

La **competición**
es cuando varias personas
hacen un deporte
para ganar algo,
como un premio
o un título.

También hay que enseñar
a las personas menores a descansar,
tanto el cuerpo
como la mente.

El **sobreesfuerzo**,
la presión por rendir
y por ganar
acaban con la diversión.

El **sobreesfuerzo**
es cuando hacemos un deporte
con más esfuerzo del habitual
y acabamos agotados
y agotadas.

5. Derecho a un ambiente seguro y al juego limpio

Un ambiente seguro y con juego limpio
es aquel que enseña valores
con el deporte.

El deporte debe ayudar al bienestar,
es decir, a tener salud en nuestro cuerpo,
nuestra mente y nuestras emociones.

También nos ayuda
a convivir con las demás personas.

El deporte debe incluir seguir las reglas
y jugar limpio.

Junto a esto,
valores como el **altruismo**,
la **lealtad** y el respeto
también deben ser parte del deporte.

Este derecho no incluye
el **dopaje**
ni otras malas prácticas.

El **altruismo**
es ayudar a otras personas,
aunque eso no nos beneficie
a quienes ayudamos.

La **lealtad** es ser fiel
y no traicionar a las personas
ni a nuestros valores.

Es actuar con honestidad.

El **dopaje**
es usar sustancias prohibidas
o métodos ilegales
en el deporte.

Sirve para ganar ventaja falsa,
pero es peligroso
y va contra las reglas.

6. Derecho a un trato digno

Las personas adultas deben dar ejemplo
de buen trato y respeto
a todas las personas,
en especial a las personas menores
que están a su cargo en el deporte.

Las personas menores deben tener la oportunidad
de tratarse bien entre sí
y con las personas adultas.

Un **rival** es una persona
que compite con otra.
Ambas personas luchan
por conseguir la victoria.

Da igual que sean **rivales**
en el deporte.

También los padres,
las madres y las familias deben respetar
en el deporte.

Hay que hablar
para resolver los conflictos en paz.

Las personas menores tienen derecho
a participar
en todo lo que les afecta.

No se debe explotar a las personas menores
que practican deporte y,
ante todo, hay que considerarlas siempre
como personas.



7. Derecho a un buen entrenamiento

Las personas que entrenan
deben tener un título
y formación adecuada
para trabajar con niñas, niños y adolescentes.

Estas personas son educadoras
y deben saber de **psicología**,
de **pedagogía**
y de técnica
para adaptarse a los menores de edad.

Las personas que mejor entrenan
son las que deben tratar
con los y las deportistas principiantes
y de menor edad.

Los clubes deportivos deben formar
a todas las personas que trabajan en ellos.

La **psicología**
es el estudio
de la conducta humana,
de su mente,
emociones
y pensamientos.

La **pedagogía**
es la ciencia
de la educación
y la enseñanza,
sobre todo,
la de niñas y niños.

Conocemos a estas personas como agentes educativos
y personal técnico.

Además, los clubes deportivos
también deben formar a las personas voluntarias
y a las personas colaboradoras.

8. Derecho a entrenamientos adaptados



Cada niño, cada niña y cada adolescente
es diferente.

Hay que adaptarse a su edad,
evolución
y ritmo de aprendizaje.

No se puede pedir lo mismo
a todas las personas.

La edad no debe ser lo único
para organizar los equipos,
ya que la evolución de las personas menores
puede ser diferente
aunque tengan una edad parecida.

No debemos pone en primer lugar
el **espíritu de competición**
en niñas pequeñas
y niños pequeños.

> El **espíritu de competición**
> es querer ganar
> a otras personas
> y ser mejor que ellas.

Cuando tienen entre 12 y 13 años,
entienden mejor la competición.

Los entrenamientos de las personas menores
no deben ser iguales
que los de las personas adultas.

9. Derecho a competir en igualdad

No debe haber competiciones
entre niñas, niños y adolescentes
de diferentes edades
o diferentes niveles.

Si las personas adultas
les enseñan bien lo que es ganar y perder,
el deporte es una experiencia educativa.

Ganar y perder en el deporte
ayuda a mejorar la **autoestima**,
a que haya más respeto
y a reconocer mejor el esfuerzo
de los demás.

A veces, en el deporte hay grandes diferencias
entre quienes ganan
y quienes pierden.

Cuando perdemos muchas veces,
podemos sentirnos mal
durante mucho tiempo.

Podemos pensar
que no somos capaces de hacerlo bien.

También, si ganamos con mucha facilidad,
podemos creernos mejor
que las demás personas.

La **autoestima**
es el aprecio
y consideración
de una persona
sobre sí misma.

Es el sentimiento
que nos hace valorar
nuestra personalidad
y querernos.

Esta idea no es real
y puede hacer
que tengamos demasiada confianza
en nosotras y nosotros mismos.

Hay que respetar a todas las personas
en el deporte:
a las personas que ganan
y a las personas que pierden.

10. Derecho a la seguridad total

Hay que adaptar las instalaciones,
los campos,
las canchas
y los materiales
para que sean seguros
para niñas, niños y adolescentes.

Hay que planificar los entrenamientos
para evitar **lesiones**.

Las personas menores deben calentar,
estirar,
y deben esforzarse poco a poco.

Debe haber un equilibrio
entre esfuerzo y seguridad:
las personas menores deben disfrutar
del deporte
y estar seguras.

Una **lesión**
es un daño
en alguna parte
del cuerpo
por tener una herida,
un golpe
o una enfermedad.

En algunos países del mundo,
hay mucho **control del rendimiento**
de las personas menores
cuando hacen deporte.

Esto hace que haya menos diversión
y menos disfrute.

Hay que controlar el rendimiento
en el deporte,
pero no en exceso.

El **control del rendimiento**
es vigilar y medir
cómo hacen deporte
las personas menores,
por ejemplo,
cuánto corren,
cómo mejoran
o si ganan competiciones.



11. Derecho a los entornos sin violencia

Hay que asegurar que todas las personas que trabajan con menores en el deporte no tengan **antecedentes penales** por abuso sexual.

Además, deben saber:

- Qué hacer si ven un caso de violencia.
- Cómo resolver conflictos.

Las personas entrenadoras y el equipo técnico deben tener formación en **buen trato**.

Las familias y el público deben respetar también las reglas.

También debe haber carteles con información sobre cómo actuar en caso de violencia y los recursos a los que las personas pueden ir si la ven o la sufren.

Los **antecedentes penales** son los datos que tiene el gobierno sobre los delitos que ha hecho una persona y la condena que ha puesto un juez o jueza.

12. Derecho a elegir ser campeones o campeonas

A partir de los 15 o 16 años,
las personas jóvenes deportistas
pueden hacer deporte de forma más intensa
para ser campeonas o campeones
si así lo desean.

Pero también pueden hacer deporte
para divertirse
y estar con sus amigos y amigas.

> Lo importante es participar,
> no solo ganar.



Capítulo 2. ¿Qué es el protocolo?

El **Protocolo de actuación para la protección de la infancia y la adolescencia en el ámbito deportivo en Canarias** es un documento para las entidades públicas y las entidades privadas que organizan actividades deportivas con personas menores de edad en Canarias.

El protocolo explica de forma clara:

- Las responsabilidades de las entidades.
- Sus objetivos y principios.
- Las medidas que hay que aplicar para proteger a las personas menores.

Las medidas del protocolo quieren que todas las personas que colaboran en el deporte conozcan y cumplan las normas para **prevenir** la violencia hacia las personas menores.

El protocolo es para todos los deportes en Canarias.

Todas las personas menores que hacen deporte en Canarias tienen derecho a usar este protocolo.

Prevenir
es poner normas y actuar antes para evitar que ocurra violencia contra las personas menores.



Muchas personas han colaborado
para hacer este protocolo.

Entre ellas,
también hay personas menores de edad.

2.1. ¿Para qué sirve este protocolo?

El protocolo sirve
para que las personas menores se sientan bien y seguras
cuando hacen deporte.

Para ello, el protocolo tiene 4 objetivos:

1. Hacer del deporte
   un lugar seguro.

2. Proteger, prevenir
   y promocionar el buen trato.

   Para conseguir esto,
   contamos con la participación
   de todas las personas:
   personas adultas
   y personas menores.

3. Impulsar la formación
   y la **sensibilización**.

4. Tener herramientas para identificar
   y prevenir la violencia.

La **sensibilización**
es una actividad
para informar sobre un tema,
para que las personas
que no lo conocen
puedan conocerlo
y entenderlo.

2.2. Los objetivos del protocolo

Te explicamos los 4 objetivos del protocolo
en este apartado.

1. Hacer del deporte un lugar seguro

Todas las personas deben cuidar
a las niñas, a los niños,
a las y los adolescentes.

Deben evitar los riesgos
y la violencia.

El protocolo también quiere
que se respeten siempre los derechos
de las personas menores.

Además, dice que se deben seguir buenas prácticas
y promocionar el buen trato
en el deporte.

2. Hacer que todas las entidades sigan las mismas normas

El protocolo dice
que todas las entidades deportivas de Canarias
deben seguir las mismas normas.

Las normas deben ser claras
y fáciles de entender
para todas las personas.

Estas normas deben ser iguales
en todos los deportes
y en todos los lugares.

3. Impulsar la formación y la sensibilización

La **sensibilización**
es una actividad para informar sobre un tema,
para que las personas que no lo conocen
puedan conocerlo
y entenderlo.

Todas las personas que trabajan
o participan en el deporte
deben recibir formación
y ser muy conscientes
de que puede haber violencia en el deporte.

Estas personas son, por ejemplo,
las personas que entrenan,
las familias,
el personal de los clubes
y las personas que practican deporte.

Para conseguir este objetivo,
hay que dar materiales prácticos
para aprender qué hacer.

También es preciso conocer bien las leyes
y las obligaciones actuales.

Las personas menores
también deben estar formadas
y sensibilizadas
sobre la violencia en el deporte.

Esto quiere decir
que deben ser muy conscientes
de que puede existir.

4. Tener herramientas para identificar y prevenir la violencia

Las entidades deportivas
deben tener herramientas
para identificar
y prevenir situaciones de **riesgo**.

> El **riesgo**
> es la posibilidad
> de que ocurra un daño
> o una cosa mala.

Esto quiere decir
que deben poner normas claras
y pasos a seguir
para saber qué hacer
cuando hay violencia.

Estas herramientas ayudan
a detectar la violencia,
a actuar para pararla
y a hacer el seguimiento
de cada caso.

La persona clave
es la **persona delegada de protección**.

Las personas menores de edad
también participan en su protección.

La persona delegada de protección explica el protocolo
a varias personas.

Escuchamos
lo que cuentan,
su opinión
y sus experiencias.



Capítulo 3. La persona delegada de protección

En este capítulo,
te explicamos los **requisitos**,
las funciones
y las tareas clave
de la **persona delegada de protección**.

Un **requisito**
es la condición necesaria
para hacer
o conseguir algo.

Como recordarás,
la **persona delegada de protección**
ayuda a proteger a las personas menores.

Es la persona a la que puedes acudir
cuando tienes dudas
o cuando necesitas ayuda.

La persona delegada de protección
explica también las normas
de protección
y vigila que se cumplan.

Además, debe avisar
a las personas responsables
si descubre o si **sospecha**
que hay una situación de violencia
contra una persona menor.

Sospechar es dudar
o suponer algo
sobre un asunto.

Se basa en pistas
o señales
que lo indican.

Todas las entidades públicas y privadas
de deporte en las Islas Canarias
deben nombrar
a una persona delegada de protección.

3.1. Requisitos

Los requisitos de la persona delegada de protección
son los siguientes:

1. Ser fácil de identificar

Todas las personas menores deben saber quién es
y deben poder hablar con esta persona
de forma fácil y sin problemas.

2. Ser fácil de encontrar

La persona delegada de protección
debe estar cerca para hablar
cuando las personas menores lo necesiten.

Es una persona adulta **de confianza**.

Es la persona de referencia
en **buen trato**
y prevención de la violencia.

El **buen trato** es asegurar
que se trata bien
a las personas menores,
con respeto, cariño y justicia.

De confianza significa
ser una persona segura
y fiable.

Las personas menores saben
que pueden hablar
con esa persona
sin miedo.

Les protege
y les escucha siempre.

La **prevención de la violencia**
es evitar peleas,
golpes o malos tratos
antes de que pasen.

También es vigilar,
enseñar las normas
y actuar rápido si hay peligro.

3. Saber aconsejar y ayudar

La persona delegada de protección
debe saber aconsejar
a las personas menores de edad
y ayudarlas.

Debe tener buenas habilidades para:

- Comunicar.
- Resolver conflictos.
- Manejar emociones.

4. Su nombramiento debe ser público

Hay que decir en público quién es.
Todas las personas deben saberlo,
tener una idea clara de quién es
y cómo ponerse en contacto con él o ella.

Así, las personas menores saben a quién buscar
cuando lo necesitan.

5. Todas las personas deben saber quién es

Todas las personas menores,
responsables de clubes e instalaciones,
y participantes deben recibir información sobre:

- Quién es la persona delegada de protección.
- Qué hace.
- Cómo ponerse en contacto con ella.

3.2. Funciones

Las funciones de la persona delegada de protección se resumen en 3 ideas muy importantes:

- Proteger.
- Aplicar el protocolo.
- Colaborar con las **autoridades**.

Las **autoridades** son, por ejemplo, la policía y la guardia civil.

1. Proteger

Proteger es cuidar y proteger a todas las personas menores que hacen deporte.

Esto significa asegurar que están protegidas en todo momento, tanto durante los entrenamientos como durante las competiciones.

2. Aplicar el protocolo

Es importante seguir las normas del protocolo.

La persona delegada de protección se asegura de hacer esto posible de forma segura y **confidencial**.

Además, trabaja día a día para que haya respeto y protección.

Confidencial
es algo que se hace
o se dice a otras personas
con confianza y seguridad
para que guarden el secreto.

3. Colaborar con las autoridades

La persona delegada de protección trabaja junto con las autoridades.

Esto incluye hablar y cooperar con los servicios sociales, la policía y los juzgados cuando sea necesario.



3.3. Tareas clave

Las **tareas clave**
de la persona delegada de protección
son sus tareas más importantes.

Estas tareas son las siguientes:

1. Ser la persona de apoyo
   de niñas, niños y adolescentes.

2. Identificar si hay violencia
   y comunicar los incidentes
   y problemas.

3. Analizar los riesgos
   que puede haber
   en el deporte.

4. Promover el buen trato,
   la prevención de la violencia,
   el respeto a los derechos
   y a la **diversidad**
   en la entidad.

5. Detectar cuando hay conflictos
   y tomar medidas
   para solucionarlos.

La **diversidad**
es la diferencia,
la variedad entre personas
o cosas de la misma clase.

6. Resolver conflictos,
   fomentar la **mediación**
   y realizar acciones
   para que los conflictos
   no se conviertan en violencia.

7. Participar
   y promocionar los derechos.

   Debe incluir a las personas menores
   en todas las decisiones
   y actividades.

   También debe asegurar
   el respeto
   y la **inclusión**.

8. Hacer un seguimiento
   de incidentes,
   escribir informes cada año
   y asegurarse de que se cumplen
   las normas.

9. Coordinarse con las personas responsables
   de las instalaciones deportivas.

La **mediación**
es una reunión
para resolver un conflicto.

Tienen que estar presentes
las 2 partes del conflicto
y una persona
que haga la mediación.

Esta persona ayuda
a que las partes en conflicto
lleguen a un acuerdo.

La **inclusión** es la situación
en la que una persona disfruta
de los mismos derechos
que cualquier otra persona
y participa en la sociedad
porque forma parte de ella.

Capítulo 4. ¿Cómo prevenir la violencia?

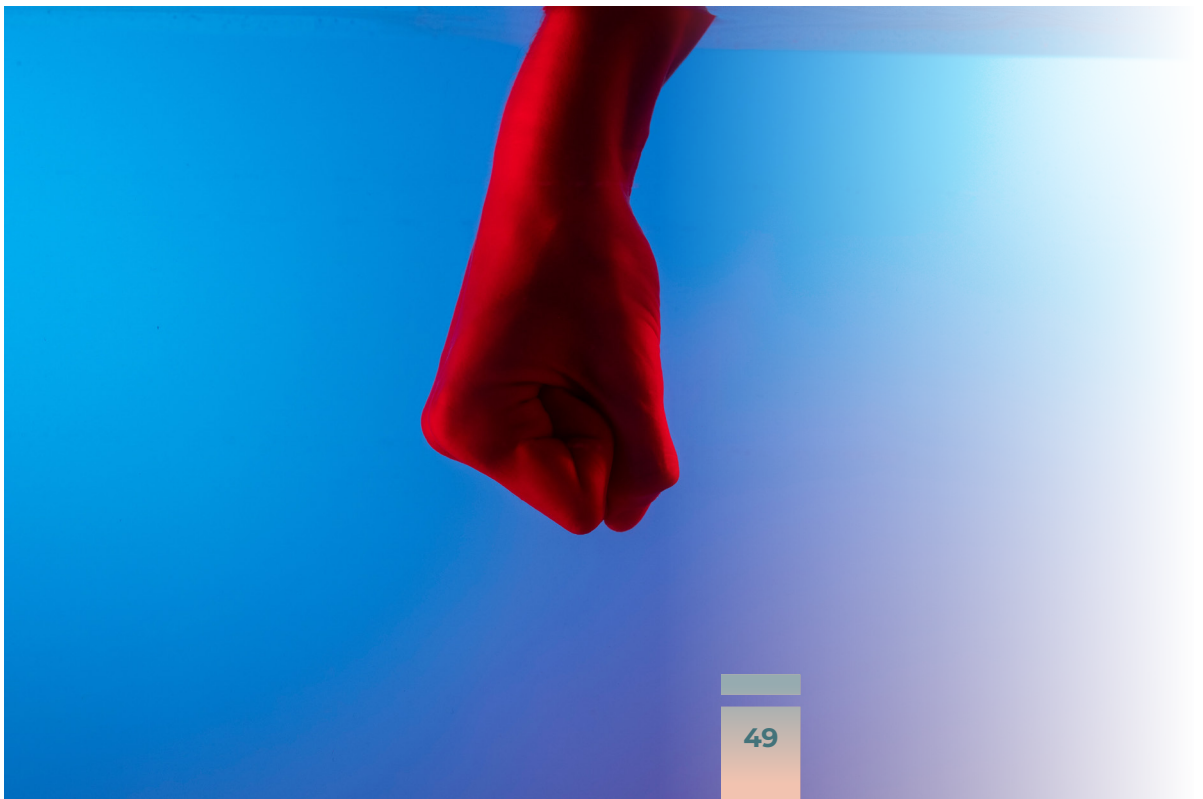
Prevenir
es intentar evitar un daño
o una molestia antes de que ocurra.

Prevenir la violencia
es hacer todo lo posible
para que no haya ningún daño
a ninguna persona.

En este capítulo
te contamos información sobre:

- Cómo podemos evitar la violencia.
- Cómo podemos **detectar** la violencia.

Detectar es ver
o hallar algo,
por ejemplo,
un problema
o un peligro.



4.1. ¿Cómo podemos evitar la violencia?

Para evitar la violencia,
es muy importante crear **entornos**
en los que haya siempre buen trato.

Hay 3 acciones
que podemos llevar a cabo
para evitar la violencia.

Estas acciones son las siguientes:

1. Hacer campañas de **sensibilización**.

2. Hacer **códigos de conducta**
   para deportistas,
   personal técnico,
   familias
   y voluntariado.

3. Informar sobre el uso seguro
   de la tecnología
   y de redes sociales.

A continuación,
puedes leer un poco
sobre cada una de estas acciones.

El **entorno**
es el conjunto de objetos,
personas
y circunstancias
que rodean a una persona.

La **sensibilización**
es una actividad
para informar sobre un tema,
para que las personas
que no lo conocen
puedan conocerlo
y entenderlo.

Un **código de conducta**
es un conjunto de reglas
para actuar bien
en el deporte.

1. Campañas de sensibilización

Hay que hacer campañas de sensibilización
para dar información a:

- Directores y directoras de las entidades.
- Deportistas.
- Familias.
- Árbitros y árbitras.
- Todas las personas que tienen que ver con el deporte.

En estas campañas,
hay que usar imágenes y vídeos
que sean fáciles de entender.

También hay que dar consejos
para crear entornos seguros
donde las personas menores
puedan hablar de sus problemas,
identificar los riesgos
y entender cómo esperamos
que se comporten.

2. Códigos de conducta

Los códigos de conducta incluyen normas
de respeto,
de no **discriminación**
y de cómo actuar
cuando hay conflictos.

Todas las personas que intervienen
en el deporte
deben hacer suyos y cumplir los códigos
de conducta.

La **discriminación**
es el trato que una persona
da a otra
como si fuera inferior.

3. Uso seguro de la tecnología y redes sociales

Hay que hacer guías para enseñar
a las personas a usar la tecnología
y las redes sociales
de forma segura.

Con esto, el objetivo es evitar los riesgos
de **ciberacoso**
y de **grooming**.

Te explicamos a continuación
qué son estos 2 tipos de acoso.



El ciberacoso

El **ciberacoso** es el uso de internet
o teléfonos móviles para molestar,
amenazar o humillar a una persona
de forma repetida
y con intención de hacer daño.

También lo llamamos **cyberbullying**.

Pasa en redes sociales,
mensajes o juegos en línea,
y puede ser **anónimo**.

Anónimo
es que no se sabe
su autor
o su autora.

Algunos ejemplos de ciberacoso
son los siguientes:

- Enviar insultos o amenazas
  por WhatsApp
  u otras redes sociales,
  como Instagram o TikTok,
  por ejemplo.

- Compartir fotos
  o datos de una persona
  sin su permiso para avergonzarla
  o humillarla.

- Hacerse pasar por otra persona
  para dañar su **reputación**.

La **reputación**
es la opinión que los demás
tienen sobre ti,
buena o mala,
por lo que haces o dices.

El grooming

El **grooming** es el acoso sexual
a personas menores por internet.

Se pronuncia “gruming”.

El **grooming** es cuando una persona adulta se hace pasar
por una persona joven en internet
y habla con menores de edad
y les engaña.

Primero, la persona adulta
que hace grooming
le dice muchas cosas bonitas
a la persona menor
para ganarse su confianza.

Después, le pide fotos
o vídeos suyos
de contenido sexual
y le hace **chantajes**
para conseguir esto.

También, muchas veces,
las personas adultas
que hacen grooming
quieren tener sexo
con las personas menores.

El grooming es un delito muy grave.

Un **chantaje**
es cuando alguien amenaza
a otra persona para obligarla
a hacer algo.

Usa el miedo de esta persona,
como decirle
que contará un secreto
o le hará daño
para conseguir lo que quiere.

Es un delito contra la ley.

4.2. ¿Cómo podemos detectar la violencia?

Es importante **evaluar los riesgos**:

- En las instalaciones deportivas,
  que son los lugares
  en los que hacemos deporte.
- En las entidades deportivas,
  que son, por ejemplo, los clubes
  y las federaciones.

Evaluar los riesgos
es mirar bien
los peligros en un sitio
o en una situación.

Puedes leer lo que el protocolo dice sobre esto
a continuación.

1. Riesgos en las instalaciones deportivas

Es preciso evaluar los riesgos
en las instalaciones deportivas.

El protocolo recomienda seguir
las siguientes pautas:

- Identificar las zonas de mayor peligro
  en los vestuarios,
  los baños
  y las zonas en las que se ve poco.
- Evaluar la seguridad
  y el mantenimiento,
  por ejemplo,
  la luz que hay
  y el estado de los materiales.

- Ver si hay riesgos en zonas como aparcamientos y los lugares en los que los padres y las madres recogen a sus hijos e hijas después de hacer deporte.

- Revisar que estén claros los carteles sobre el cuidado de las instalaciones, las normas de conducta y cómo comunicar los casos de violencia.

También es obligatorio asegurar que todas las personas que están en contacto con niñas, niños y adolescentes no tienen antecedentes de delitos sexuales y de **trata de personas**.

La **trata de personas** es engañar a alguien, por lo general, mujeres y niñas, para ir a un país y explotarlas sexualmente.

Es un delito muy grave.

2. Riesgos en las entidades deportivas

El protocolo da varias pautas para evaluar los riesgos en las entidades deportivas, es decir, clubes y federaciones.

Estas pautas son las siguientes:

- **Observar** los entrenamientos y las competiciones para ver si puede haber daño y violencia.

Observar es mirar algo con mucha atención.

- Observar las relaciones
  entre las personas menores,
  el personal técnico
  y las familias
  para ver si hay violencia
  o si hay personas excluidas,
  es decir, personas
  a las que no se les tiene en cuenta.

- Controlar los riesgos
  durante los viajes a las competiciones
  o a los eventos.

  Las personas mayores deben supervisar
  los viajes
  y acompañar a las personas menores de edad.

- Poner normas para la comunicación
  entre el personal técnico
  y las personas menores de edad.

  Usar las redes sociales con cuidado.

  Debe haber un contacto adecuado
  entre el personal técnico
  y las personas menores de edad.



Capítulo 5. ¿Qué hacer en caso de violencia?

En caso de violencia,
las personas adultas que trabajan
en entidades deportivas
con personas menores
y la persona delegada de protección
deben comunicarlo de inmediato a:

- Los jefes y jefas de la entidad.

- Si consideran que es delito,
  a la policía,
  la guardia civil,
  el **Ministerio Fiscal**
  o la autoridad judicial.

  También deben acudir a ellos
  si descubren fotos, vídeos o textos
  de personas menores
  en las redes sociales
  que no deben estar allí.

  Esto es muy importante,
  sobre todo, cuando publicar estos contenidos
  es un delito.

> El **Ministerio Fiscal**
> defiende la ley,
> y los derechos
> de las personas
> ante los tribunales.

- Si se han dado datos de estas personas sin su permiso,
  deben decírselo
  a la **Agencia Española**
  de Protección de datos.

Además, deben atender a las víctimas de violencia,
dar la información que sea necesaria
y colaborar con las autoridades.

La **Ley Orgánica de Protección Integral**
a la Infancia y la Adolescencia,
a la que conocemos como **LOPIVI**
nos explica el deber de comunicación
en los espacios deportivos.

5.1. ¿Quiénes tienen el deber de comunicar sobre los casos de violencia?

1. Cualquier persona que vea violencia
   contra niñas, niños y adolescentes
   en el deporte.

2. Cualquier persona que vea violencia
   contra niñas, niños y adolescentes
   en internet.

3. Las personas que trabajan
   en las entidades deportivas,
   las personas voluntarias,
   los jefes y las jefas.

4. Las personas representantes legales
   de las personas menores
   que son víctimas de violencia
   en el deporte.

5. Las administraciones públicas
y las personas responsables
de las instalaciones deportivas,
que deben proteger
a los denunciantes
y a las víctimas
y mantener su identidad en secreto.

5.2. ¿A quién debemos comunicar los casos de violencia?

Si vemos casos de violencia
a personas menores en el deporte,
debemos atender a la víctima
y comunicarlo a:

1. La persona delegada de protección.
2. Dependiendo de la gravedad,
a los Servicios Sociales,
la policía, la guardia civil
o al Ministerio Fiscal.

Puedes leer sobre los diferentes tipos de violencia
en el capítulo 1 de esta guía.

Son los siguientes:

- Maltrato físico.
- Maltrato psicológico o emocional.
- Castigos físicos.

- Insultar y humillar.
- Trato negligente:
  No cuidar o no atender
  a alguien que lo necesita.
- Amenazar o decir mentiras
  para hacer daño.
- Explotación:
  Obligar a alguien a trabajar
  o aprovecharse de ella.
- Violencia sexual.
- Corrupción.
- Ver y mostrar pornografía infantil.
- Prostitución.
- Acoso escolar o bullying.
- Ciberacoso o cyberbullying.
- Violencia de género.
- Mutilación genital.
- Trata de personas.
- Matrimonio forzado.
- Matrimonio infantil.
- Mostrar pornografía
  sin permiso.
- Extorsión sexual.
- Publicar fotos o datos privados
  sin permiso.
- Cualquier tipo
  de comportamiento violento
  dentro de la familia.

Capítulo 6. Teléfonos importantes

Los números de teléfono importantes
para los casos de violencia
o desprotección de personas menores
son los siguientes:

112
Número de emergencias gratis

Puedes llamar de cualquier teléfono móvil o fijo
en la Unión Europea.



900 202 010
900 116 111
Fundación ANAR

La sigla **ANAR**
significa **A**yuda a **N**iños
y **A**dolescentes en **R**iesgo.

016
Información y ayuda
en caso de violencia de género

017
Instituto Nacional de Ciberseguridad



Gobierno de Canarias
islas iguales

Más Fácil
servicio de lectura fácil

Plena inclusión
Canarias