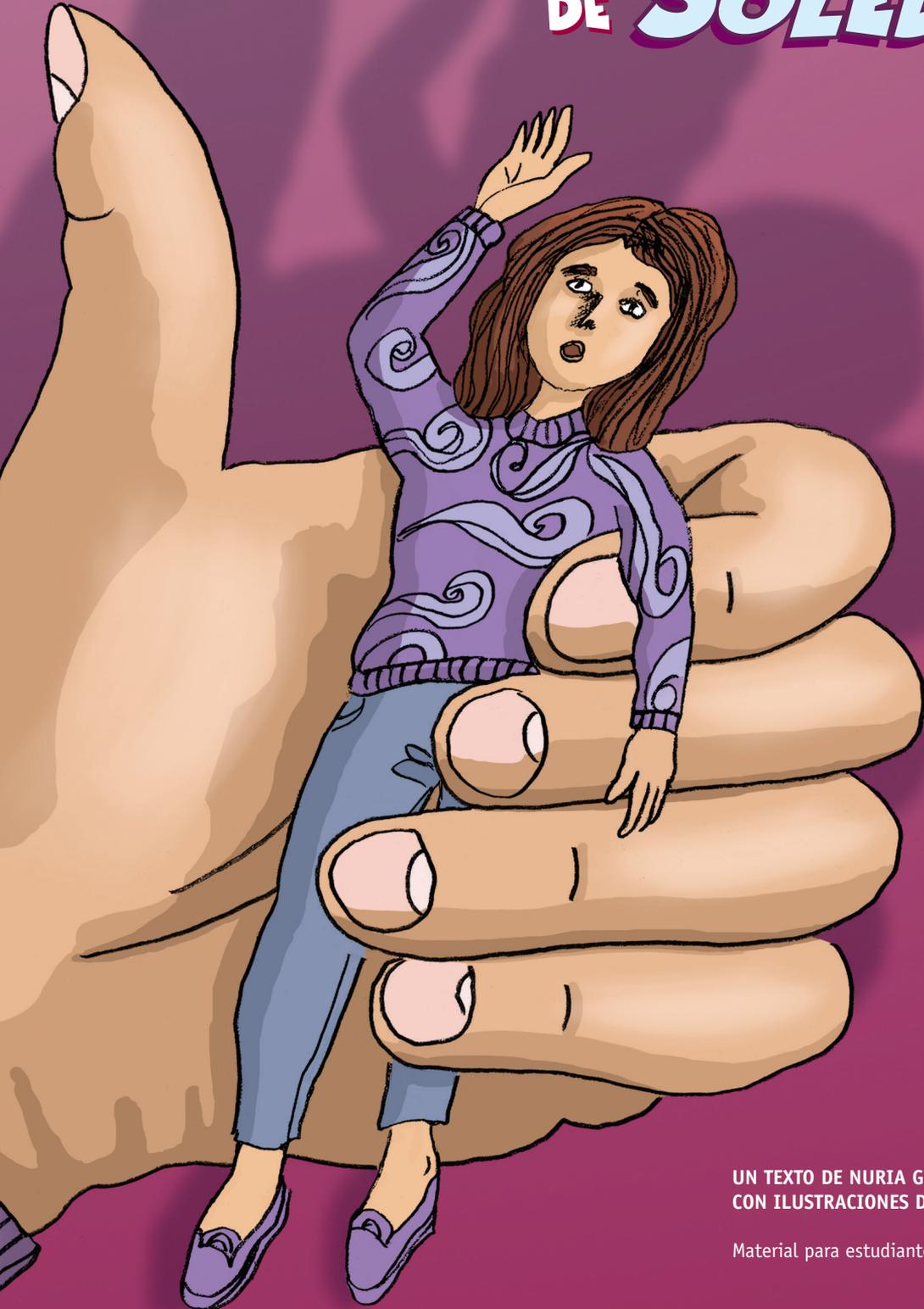




LOS "LIKES" DE SOLEDAD



UN TEXTO DE NURIA GÓMEZ
CON ILUSTRACIONES DE JULIÁN CICERO

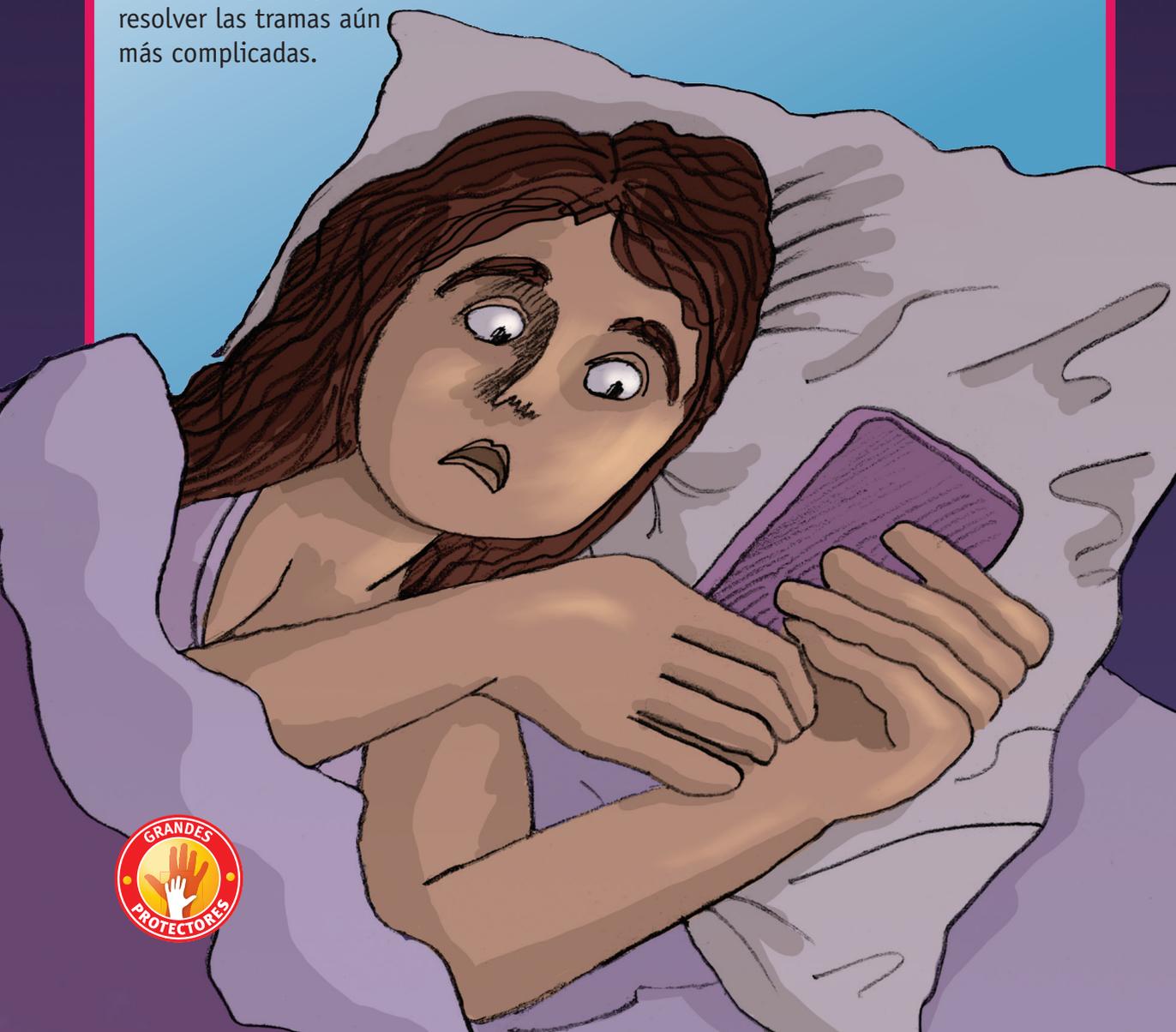
Material para estudiantes de secundaria

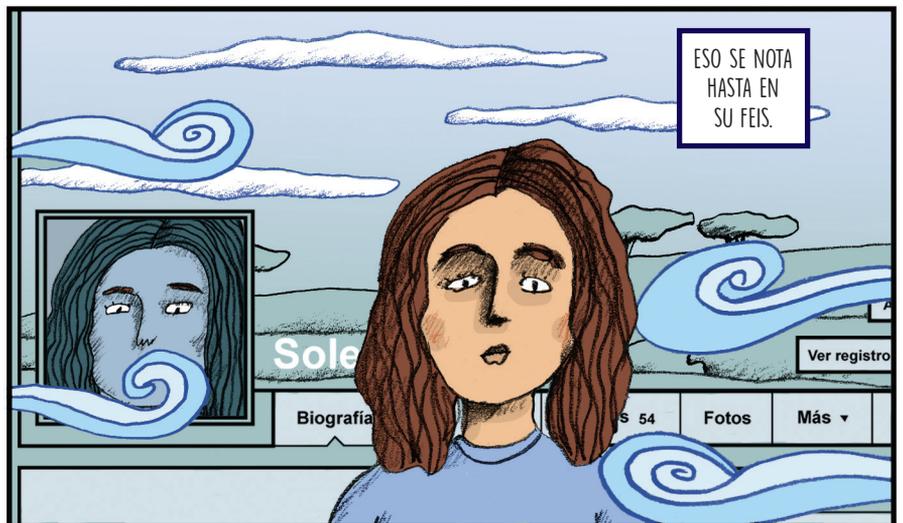
LOS "LIKES"

DE SOLEDAD

Si tú ya estás más allá de la primaria, si algunas veces te preocupa tu éxito en redes sociales, si esa persona que te gusta todavía no te hace caso, o si, por el contrario, alguien te está haciendo demasiado caso...

No te pierdas "Los likes de Soledad", un comic que te hará pensar en tus relaciones con los demás, que te enfrentará a tus miedos y frustraciones en el amor y te ayudará a resolver las tramas aún más complicadas.

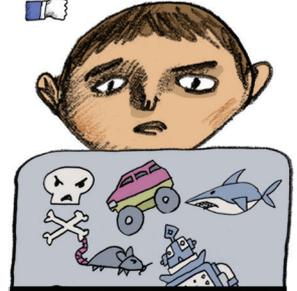






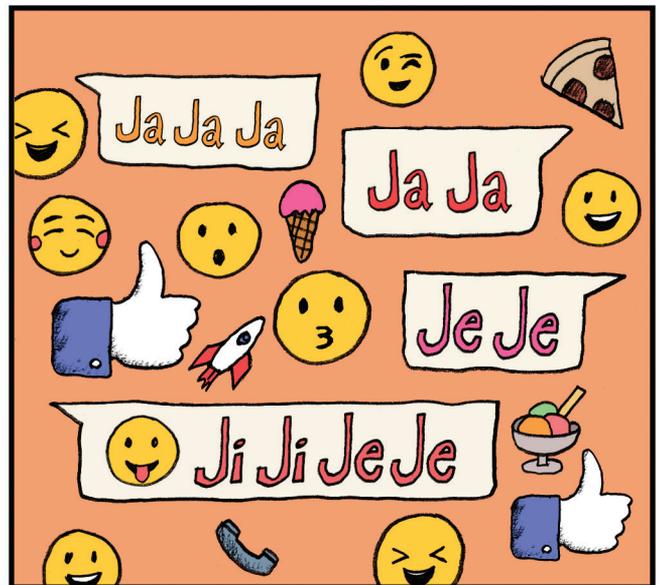
Y NO ES QUE NO TENGA AMIGOS. SOLE A TODOS LES CAE BIEN.

NO ES COMO ROQUE, QUE SE VOLVIÓ MUY AMARGADO DESDE QUE SE ENAMORÓ DE QUIÉN SABE QUIÉN. CUANDO ÉL CAMBIA SU FOTO DE PERFIL, SI LE VA BIEN, A LA SEMANA JUNTA CUATRO O CINCO "LIKES".



CUANDO SOLE SUBE ALGO, AL RATO YA TIENE TREINTA "LIKES"

Y EN LA ESCUELA TODOS SE PORTAN BUENA ONDA CON ELLA.



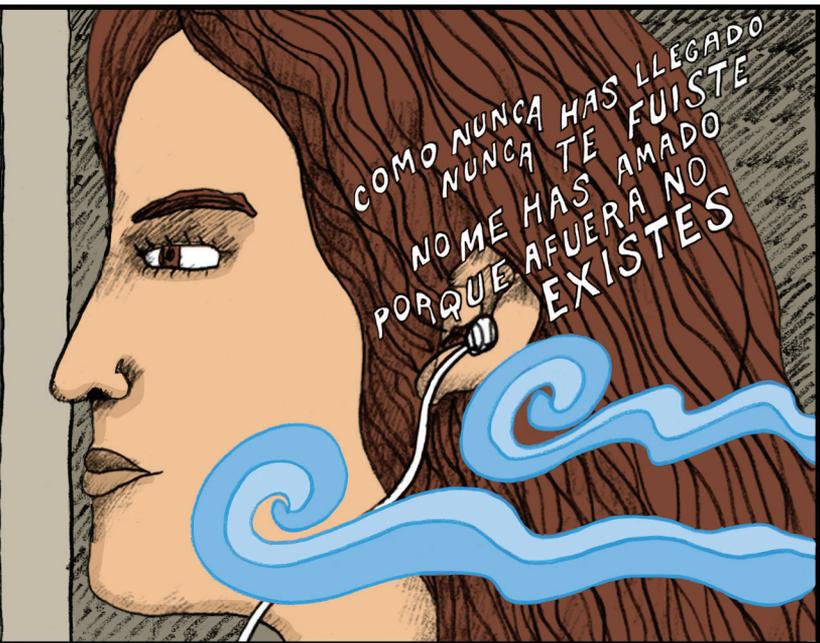
Paco
Yo no digo que no sean cuates, pero fuera del relajo, ¿amigos de verdad?
09:22

Sole
Ya sé. En el fondo ni nos conocen.
09:23 ✓



CON LOS ÚNICOS CON LOS QUE SOLE SIENTE QUE PUEDE ABRIRSE DE VERDAD ES CON MAYE Y CONMIGO. DICE QUE ESTAR LOS TRES JUNTOS ES COMO GANAR LA BANCA DONDE PEGA EL SOL.





TODOS CREEN QUE
SOLE TUVO UN NOVIO
CON EL QUE SE BESÓ.
PERO A NOSOTROS
NOS DIJO LA NETA:



LO INVENTÉ
PARA QUE NO ME
PASARA LO QUE
A BERE.



Y ES QUE CUANDO SE SUPO QUE A BERE NUNCA LA HABÍAN BESADO,
ALGUIEN LO PUSO EN EL FEIS.



MALA
ONDA.

BERENICE ES BIEN A TODO DAR, LA VERDAD. PERO LE PEGÓ MUCHO LA BURLA. HASTA CREÍMOS QUE SE IBA A AGÜITAR, COMO ROQUE.



...PERO NO



NADA MÁS QUE TENÍA TANTAS GANAS DE APRENDER A BESAR. QUE LE PROPUSO A SOLE QUE SE BESARAN ENTRE AMIGAS, A VER QUÉ SE SENTÍA.



SOLEDAD NO QUISO, LE DIO COSA.



PERO SÍ LO DUDÓ. HASTA LE FUE A PREGUNTAR A SU TÍA DANIELA UNA TARDE A SU TRABAJO. SOLE LE TIENE MUCHA CONFIANZA. YO SIEMPRE PENSÉ QUE SU TÍA DANI PODRÍA SER SU GRANDE PROTECTORA.





HOLA, SOLE.
¿DE QUÉ ME QUERÍAS
HABLAR?

EEESTE,
¿QUÉ PASA SI DOS
NIÑAS SE BESAN?



¿PUES QUÉ VA A PASAR?
QUE SEGURAMENTE VAN A SENTIR
RICO, PORQUE LA BOCA, LA LENGUA
Y LOS LABIOS SON MUY SENSIBLES.

¿SÍ?



LA BOCA ES UNA DE
LAS ZONAS ERÓGENAS, O SEA,
ZONAS QUE SI SE ESTIMULAN,
DAN PLEDER. Y LOS BESOS
SON ESTIMULANTES.



¿Y SI SE BESAN
YA SIEMPRE LES VAN
A GUSTAR LAS NIÑAS?



NO, MI SOLE.
LA PREFERENCIA SEXUAL
NO SE DEFINE POR LAS PRIMERAS
EXPLORACIONES. ESO LES VA A
QUEDAR MÁS CLARO DESPUÉS,
CON MÁS EXPERIENCIA



PERO SE JUNTÓ MUCHA GENTE Y SOLE YA NO LE CONTÓ
DE LA NUBE HELADA QUE TRAE SIEMPRE ADETRON.

¿Alguna vez has sentido...?



*A esta nube que traigo en el cuerpo
yo nunca la llamé.*

*No puedo sacarla con nada:
si estornudo se agarra más fuerte,
si grito se me queda atorada
como un nudo frío en la garganta.*

Si corro me roba el aliento.

*Ya no sé qué soy por dentro:
si ya sólo hay nube o en el fondo estoy yo.*



Traer una nube en el cuerpo es horrible.

De veras parece que no puedes sacarla con nada.

¿Crees que sirva expresarla?

A lo mejor se va debilitando poco a poquito si la dibujas
muchas veces,

si la escribes,

si le bailas,

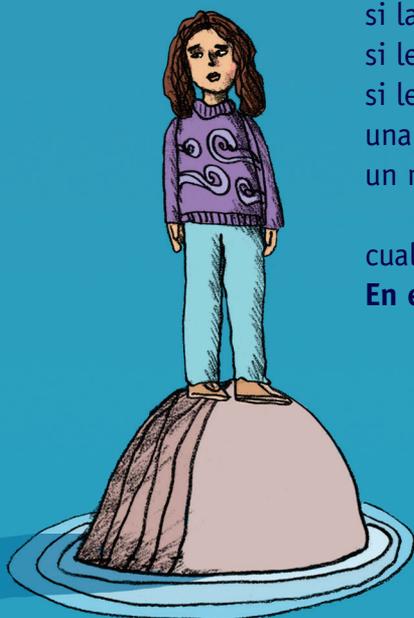
si le compones una canción,

una obra de teatro,

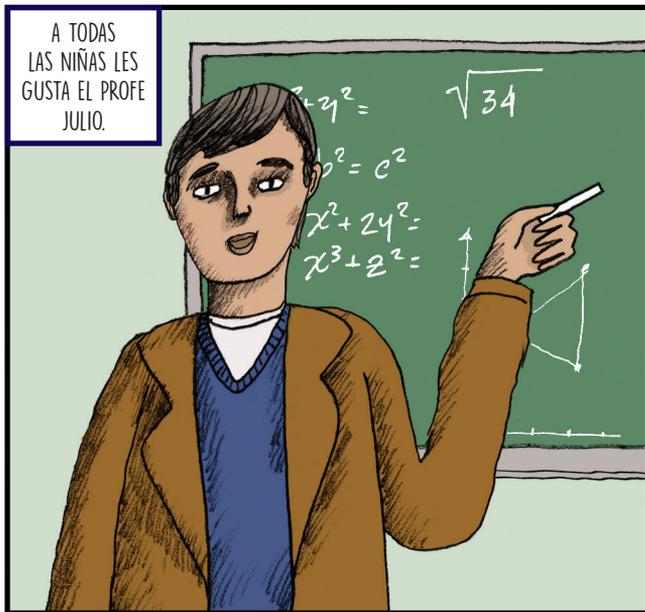
un mural, una escultura,

cualquier cosa que la convenza de salir.

En el fondo, seguro sales tú.



A TODAS LAS NIÑAS LES GUSTA EL PROFE JULIO.



YO DIGO QUE NO ES SÓLO PORQUE ESTÉ GALÁN, SINO PORQUE ES RE BUENA GENTE.



BERE LO FUE A BUSCAR UN DÍA.



¿QUÉ PASA, BERE?

ES QUE QUERÍA HABLAR CON USTED.



¿DE QUÉ? CUÉNTAME



ESTE... ES QUE A MÍ NUNCA ME HAN BESADO. ¿A USTED NO LE GUSTARÍA BESARME? ¡ENSÉÑEME, PROFE!

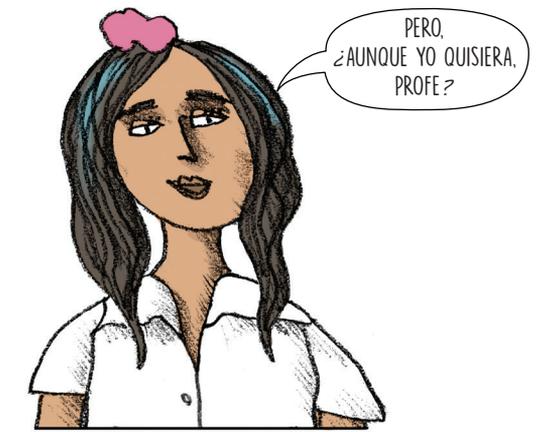




...E ESTE...
ES QUE...

ÁNDELE, PROFE
¿POR QUÉ NO?

NO, BERE
YO SOY TU PROFESOR
Y TÚ MI ALUMNA.
ESO NO DEBE SER.



PERO,
¿AUNQUE YO QUISIERA,
PROFE?



NO, PORQUE
TÚ ERES MENOR DE EDAD
Y YO ADULTO.
ESO ES ILEGAL.



LE TUVE QUE PREGUNTAR A BERE QUÉ ESTABA PASANDO,
PORQUE EL PROFE ESTABA TODO SACADO DE ONDA.



¿CÓMO VES,
LA BERE!?

HICISTE MUY BIEN,
JULIO. ¡AGUANTA!
ESTÁ MUY CONFUNDIDA.
PROFESORES



EXPLORAR TU SEXUALIDAD
NO SIGNIFICA PONERTE EN RIESGO.

¿Con quién? Igualdad ✓ Maltrato X
¿Cómo? Protección ✓ Abuso X
¿Cuándo?
¿Dónde?

COMO DICE LA MAESTRA DE BIOLOGÍA: A ESTA
EDAD NOS DESPIERTAN LAS HORMONAS Y
NOS ENAMORAMOS HASTA DE LOS ÁRBOLES.

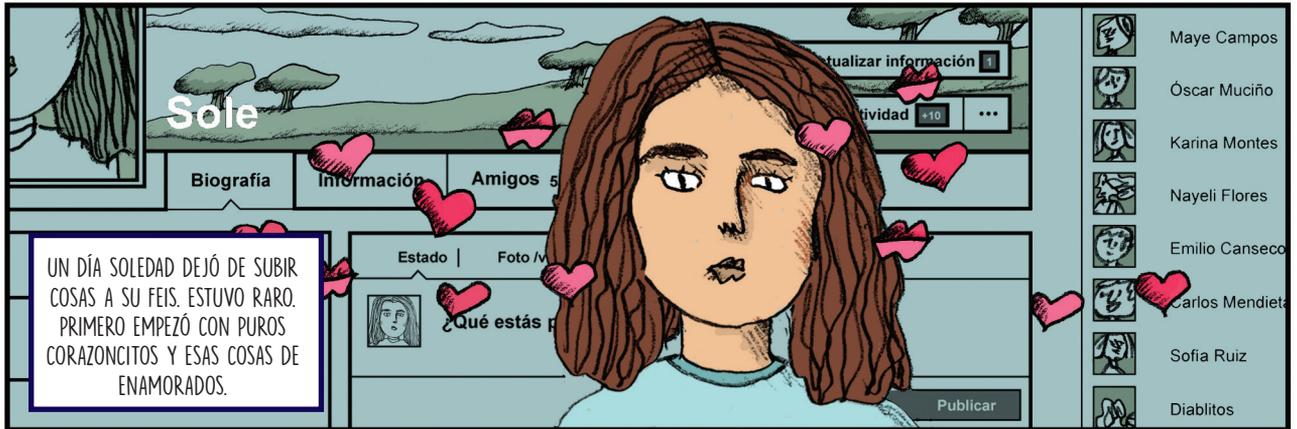


CON MAYE NO ES QUE TODO SEA
PERFECTO, A VECES DISCUTIMOS...



...PERO CASI SIEMPRE ESTAMOS
MEJOR CUANDO ESTAMOS JUNTOS.

SI NO, ANDARÍAMOS TODOS SUBIENDO
PAISAJES NUBLADOS QUE NO SE ENTIBIAN
NI CON MIL "LIKES", COMO SOLE.



Sole

UN DÍA SOLEDAD DEJÓ DE SUBIR
COSAS A SU FEIS. ESTUVO RARO.
PRIMERO EMPEZÓ CON PUROS
CORAZONCITOS Y ESAS COSAS DE
ENAMORADOS.

- Maye Campos
- Óscar Muciño
- Karina Montes
- Nayeli Flores
- Emilio Canseco
- Carlos Mendieta
- Sofía Ruiz
- Diablitos



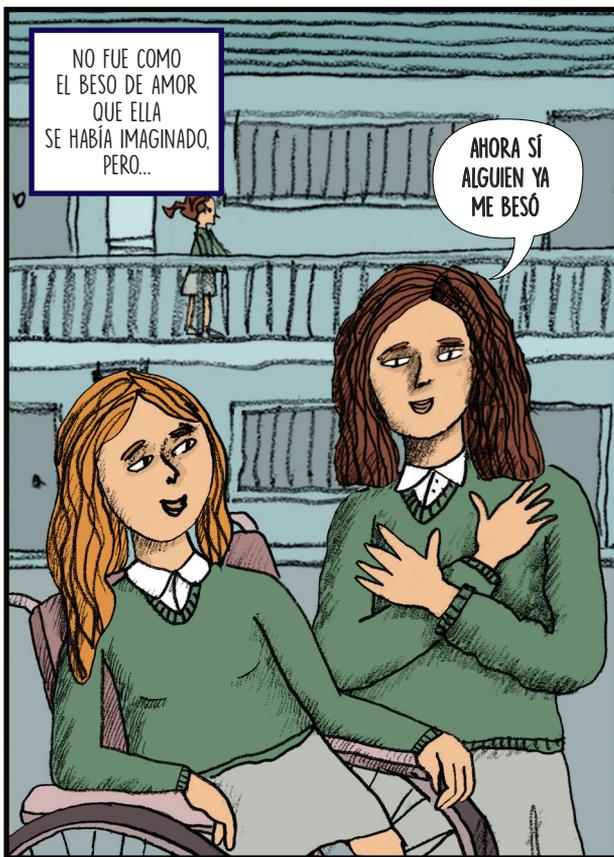
Sole

PERO DE PRONTO,
UN BUEN DÍA SE
DESAPARECIÓ.
TODO EMPEZÓ CUANDO
LE HABLÓ SU
VECINO ANTONIO.









¡NO PUEDE ENTRAR CUALQUIERA SI NO ESTOY!

¡ANTONIO NO ES CUALQUIERA!



¡NO LE VUELVES A ABRIR!



NO ME COMPRENDE. NO ENTIENDE NADA. LE VALE LO QUE YO SIENTA.



BZZZZ!!

PARA ACABARLA. AL OTRO DÍA...

HOLA, OJOS DE SOL

¿ANTONIO?



¡ABRELE Y TE ACUSO!



VOY A LA PAPELERÍA

ASÍ QUE SOLE SE LAS ARREGLO DE OTRA MANERA.



PÁSALE. NO HAY NADIE...



¡ME MORÍA DE FRÍO SIN MI SOL!



POR UNOS DÍAS CAMBIÓ COMPLETAMENTE SU PERFIL DEL FEIS.

Actualizar información

Ver registro de actividades +10

Más

Incremento importante



AYER ME DIO QUE ME QUIERE

EN LA ESCUELA NO DEJABA DE HABLAR DE ÉL. A NOSOTROS EN EL FONDO ALGO NO NOS LATÍA.

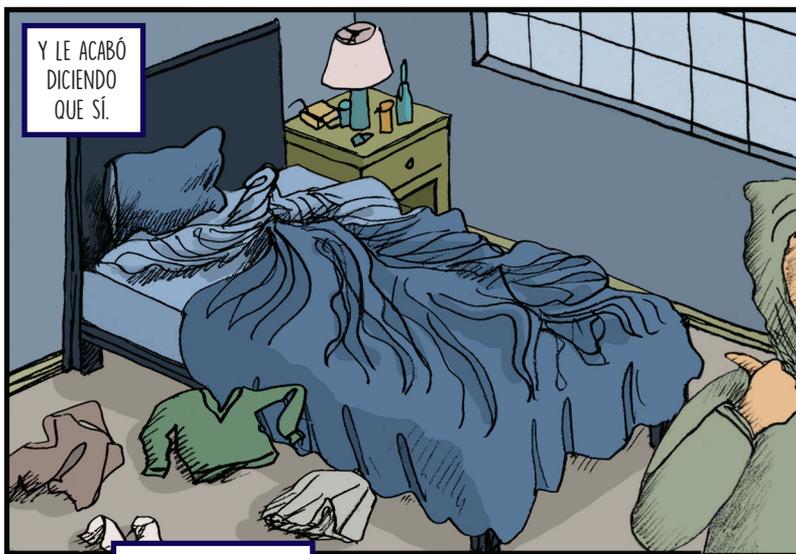


¿Y CUÁNDO LO PRESENTAS O QUÉ?

MMM... NO SÉ, CHANCE Y CUANDO SEAMOS NOVIOS...

AL OTRO DÍA,
ANTONIO LE PIDIÓ A SOLE
QUE SE HICIERAN...





Y LE ACABÓ DICENDO QUE SÍ.

PARA MÍ ESO FUE PURO CHANTAJE.
¡MUY MACHÍN EL BATO!
SOLE TENÍA QUE PONERSE EN SUS ZAPATOS.
¡PERO ÉL NO!
UNA COSA ES QUE UNO TRAIGA CALENTURA Y LA OTRA QUE PRESIONE A LA NOVIA PARA UN ACOSTÓN A LAS FUERZAS.



LAS COSAS SE PUSIERON MÁS RARAS TODAVÍA.

LLEGO Y NO ESTÁS...

ME ENTRETUVE CON MAYE...



HABÍA MUCHA COLA...



ES QUE NO HABÍA. TUVE QUE IR A VARIAS PAPELERÍAS.

VUELVES A LLEGAR TARDE Y TE CASTIGO TODO EL MES.



SOLE QUISO ARREGLAR LAS COSAS.



YA NO TE PUEDO VER TANTO...



ENTIENDE: NO PUEDO VIVIR SIN TI.

NOS HABLAMOS O ALGO.



¿HABLARNOS?
¡SI NO SOY TU NOVIECITO DE LA SECUNDARIA! RESUELVE LAS COSAS PARA ESTAR CONMIGO.

DESDE ESE DÍA,
ANTONIO SE PASABA
DE MANCHADO...

Eso me pasa por meterme
con una escuincla como tú.
Te quiero, pero no podemos
seguir si te portas así...
03:17

YO TAMBIÉN
TE QUIERO
PERO...

NIÑITA
ESTÚPIDA



ME
PRESIONA
DEMASIADO

¡¡¡INMADURAI!

ESCUINCLA

SOLO YA ESTABA CONFUNDIDA

¿Tu pareja es pareja?

No hay pareja perfecta, todas tienen conflictos que deben aprender a resolver, siempre sin violencia. Usa esta prueba para saber si en tu relación hay violencia y en qué medida.

Contesta estos dos grupos de preguntas. (Cada una tiene una tabla de puntaje diferente.)

PUNTAJE GRUPO 1.

Muy seguido: 2 puntos / A veces: 1 punto / Nunca: 0 puntos

	PUNTOS
1. Cuando tu pareja te habla, ¿usa un apodo que no te gusta o palabras que te ofenden?	
2. ¿Te ha dicho que andas con alguien más, o que tus amistades quieren andar contigo?	
3. ¿Te dice que tiene otras relaciones de pareja? ¿Te compara con sus ex?	
4. ¿Quiere saber qué haces todo el tiempo y con quién estás?	
5. ¿Te critica, se burla de tu cuerpo y exagera tus defectos en público o en privado?	
6. ¿Cuando estás con tu pareja estás en tensión y sientes que, hagas lo que hagas, se va a molestar?	
7. Para decidir los planes cuando salen, ¿ignora tu opinión?	
8. Cuando platican, ¿te sientes mal porque sólo te habla de sexo, o te pregunta si tuviste relaciones con tus ex?	
9. ¿Te ha dado regalos a cambio de algo que te ofenda o te haga sentir mal?	
Subtotal grupo 1	

PUNTAJE GRUPO 2.

Muy seguido: 5 puntos / A veces: 3 puntos / Nunca: 0 puntos

	PUNTOS
1. Si has cedido a sus deseos sexuales, ¿sientes que ha sido por temor o por presión?	
2. Si tienen relaciones sexuales, ¿se niega a usar métodos anticonceptivos o te pone condiciones?	
3. ¿Te ha obligado a ver pornografía o a tener prácticas sexuales que no te gustan?	
4. ¿Te ha obligado o presionado a consumir algún tipo de droga?	
5. ¿Si toma alcohol o se droga, actúa con violencia hacia ti o hacia otras personas?	
6. Por los problemas con tu pareja, ¿te ha pasado una o más de estas cosas?: falta de hambre o sueño, malas calificaciones, dejar la escuela, alejarte de tus amistades.	
7. Cuando se enojan o discuten, ¿has sentido que tu vida está en peligro?	
8. ¿Te ha golpeado con alguna parte de su cuerpo o con un objeto?	
9. ¿Alguna vez te ha provocado lesiones que necesiten atención médica?	
10. Cuando se enoja, o si le has dicho que quieres terminar, ¿te ha amenazado con matarse o matarte?	
11. Después de una discusión fuerte, ¿da grandes muestras de cariño, te regala cosas, promete que no volverá a suceder y que todo va a cambiar?	
Subtotal grupo 2	

Si tuviste de 0 a 5 puntos: **¡Felicidades!**

Tu noviazgo está libre de violencia.

Si tuviste 6 puntos o más, busca en la última página los lugares donde pueden orientarte.

Ahora suma los dos subtotales

Subtotal grupo 1	
Subtotal grupo 2	
Total de los dos grupos	

Entre 6 y 15 puntos, **ojo: hay señales de violencia** que necesitan atender.

Entre 16 y 25 puntos, **¡cuidado! Hay abuso.** Crees que puedes controlarlo y que tu pareja va a cambiar, pero la violencia puede ir aumentando.

Entre 26 y 40 puntos. **¡Busca ayuda! Abuso severo, definitivamente hay violencia.** Aún con miedo y vergüenza, crees que tu pareja cambiará. **Es importantísimo que encuentres una persona mayor que te ayude.**

Más de 41 puntos, **¡corre y aléjate! Hay tanta violencia que tu vida está en peligro.** Busca inmediatamente una persona mayor que te proteja. Tomen medidas de seguridad y busquen ayuda especializada.

Es en serio.

Agradecemos al Instituto Aguascalentense de las Mujeres (IAM), por permitirnos el uso del "Test sobre violencia en el noviazgo", del Manual de su Taller: "Noviazgo entre adolescentes", publicado en el año 2008.







NO PEGUÉ EL OJO EN TODA LA NOCHE...



¡NO PUEDE HACERTE ESO!

YO NO DEBO HACERLO ENOJAR.



¿?

NOS SACAMOS MUCHO DE ONDA.



¿ENOJAR? ¡TU MISMA DICES QUE TE PRESIONA DEMASIADO!



EL BATO SE ESTÁ PASANDO KILÓMETROS, SOLE.



¡NI LO CONOCEMOS! JAMÁS VA POR TI A LA ESCUELA...

ADEMÁS NUNCA SALEN JUNTOS.



¡BUENO TAMPOCO!



¡NO SERÁ TAMBIÉN QUE ME TIENES ENVIDIA, MAGDALENA!

¡MAGDALENA LE DIO!



NO ES MI CULPA QUE AQUÍ TU NOVIECITO SEA UN ESCUINCLE.

¡OYE!



¡TIENES CELOS PORQUE YO ESTOY CON UN HOMBRE HECHO Y DERECHO!



¡HASTA CREEES QUE ES MUY DERECHO!



¿SABEN QUÉ? ¡YA ME TIENEN HARTA! YO CRÉI QUE ERAN MIS AMIGOS, PERO SI NO PUEDEN ACEPTARME COMO SOY...

¡VAYÁNSE AL CARAJOS!

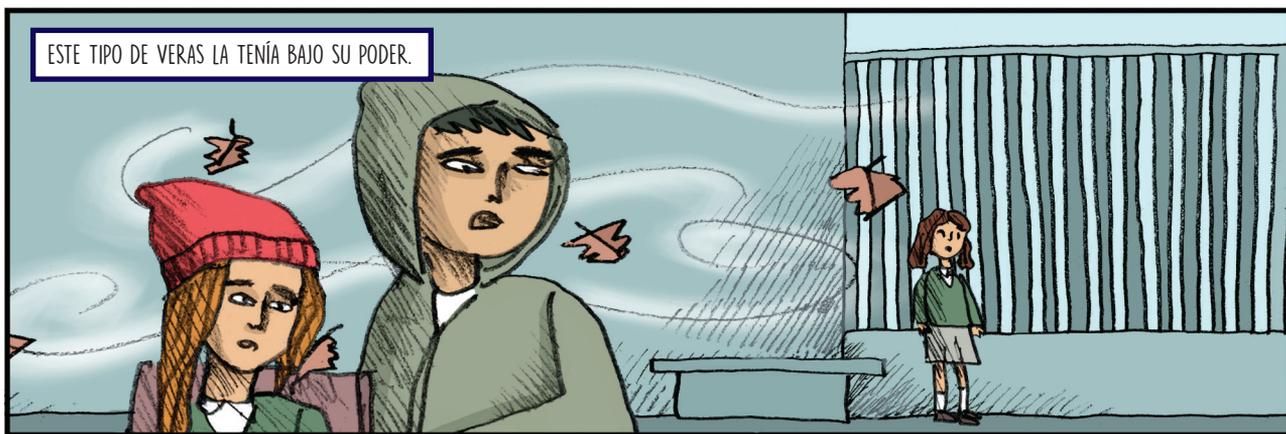
¡Y NO NOS VOLVIÓ A DIRIGIR LA PALABRA!

LA VERDAD ES QUE NOS QUEDAMOS MUY ENOJADOS. NI MODO. ALLÁ ELLA SI QUERÍA DEJAR QUE ANTONIO LE ARRUINARA LA VIDA.

PASARON LOS DÍAS Y SEGUÍA LLEGANDO PREOCUPADA Y OJEROSA.



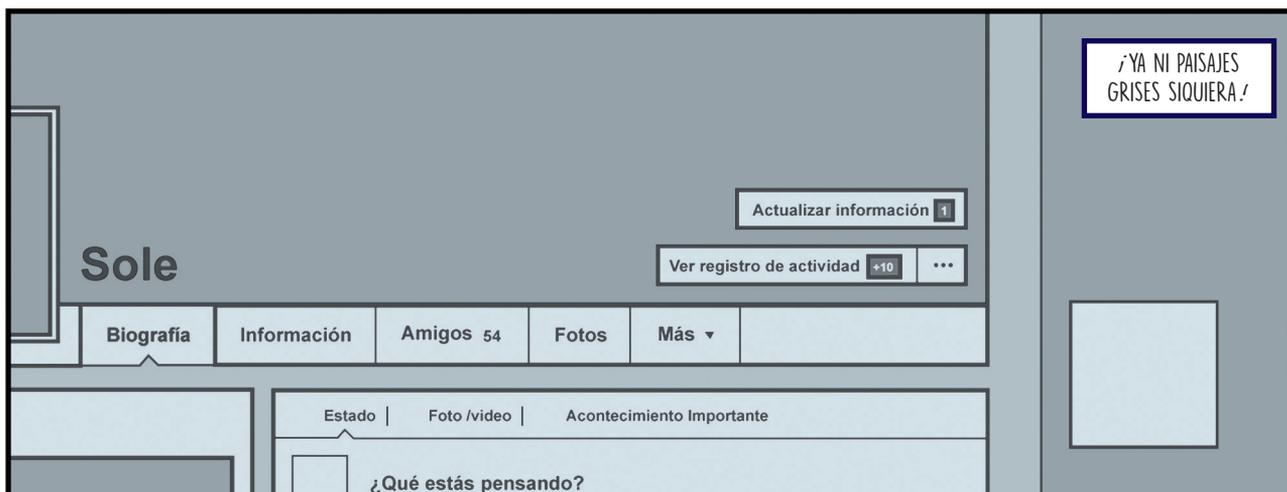
ESTE TIPO DE VERAS LA TENÍA BAJO SU PODER.



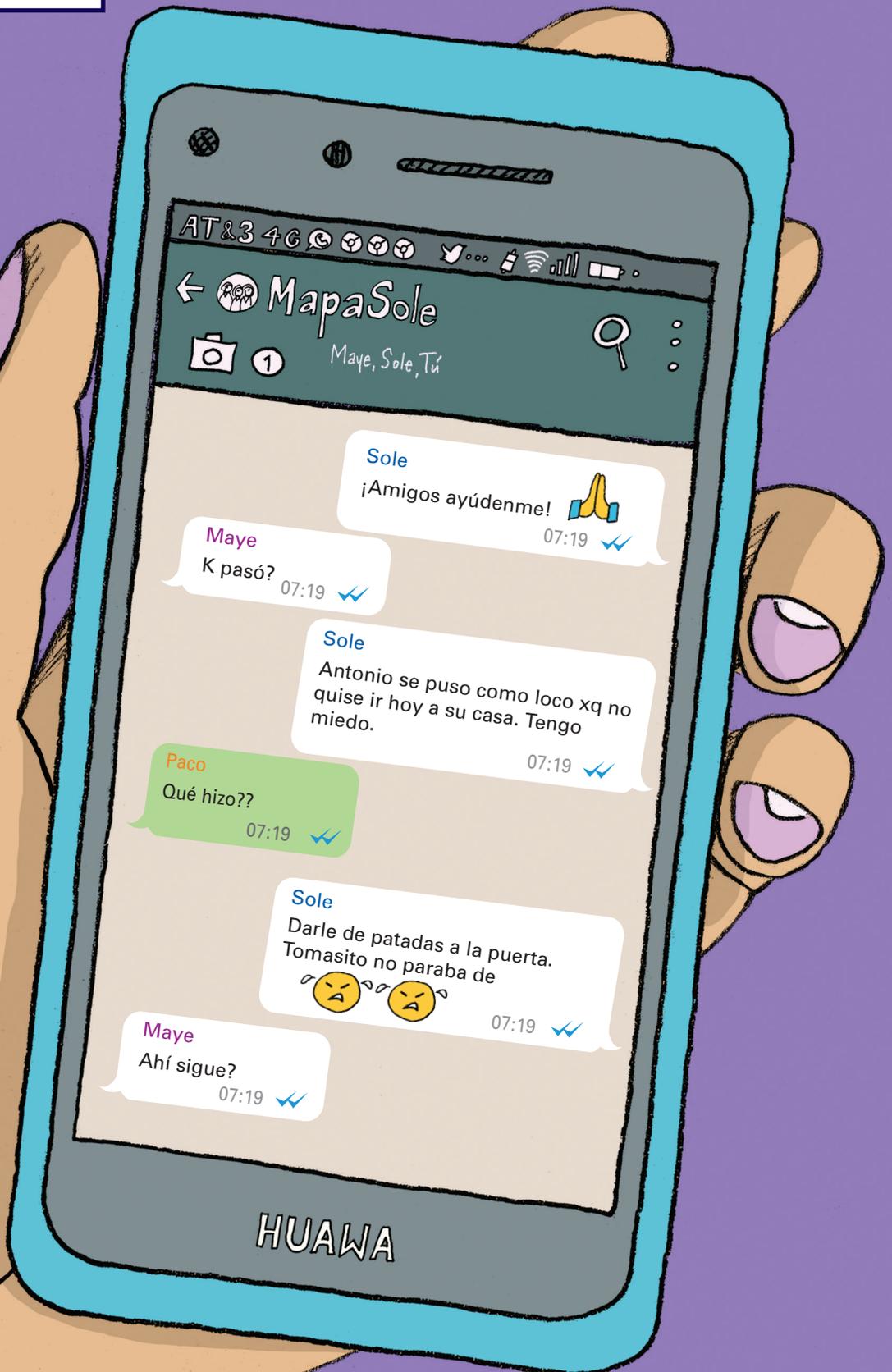
NO NOS QUEDABA OTRA QUE IR VIENDO LO QUE SUBÍA AL FEIS.

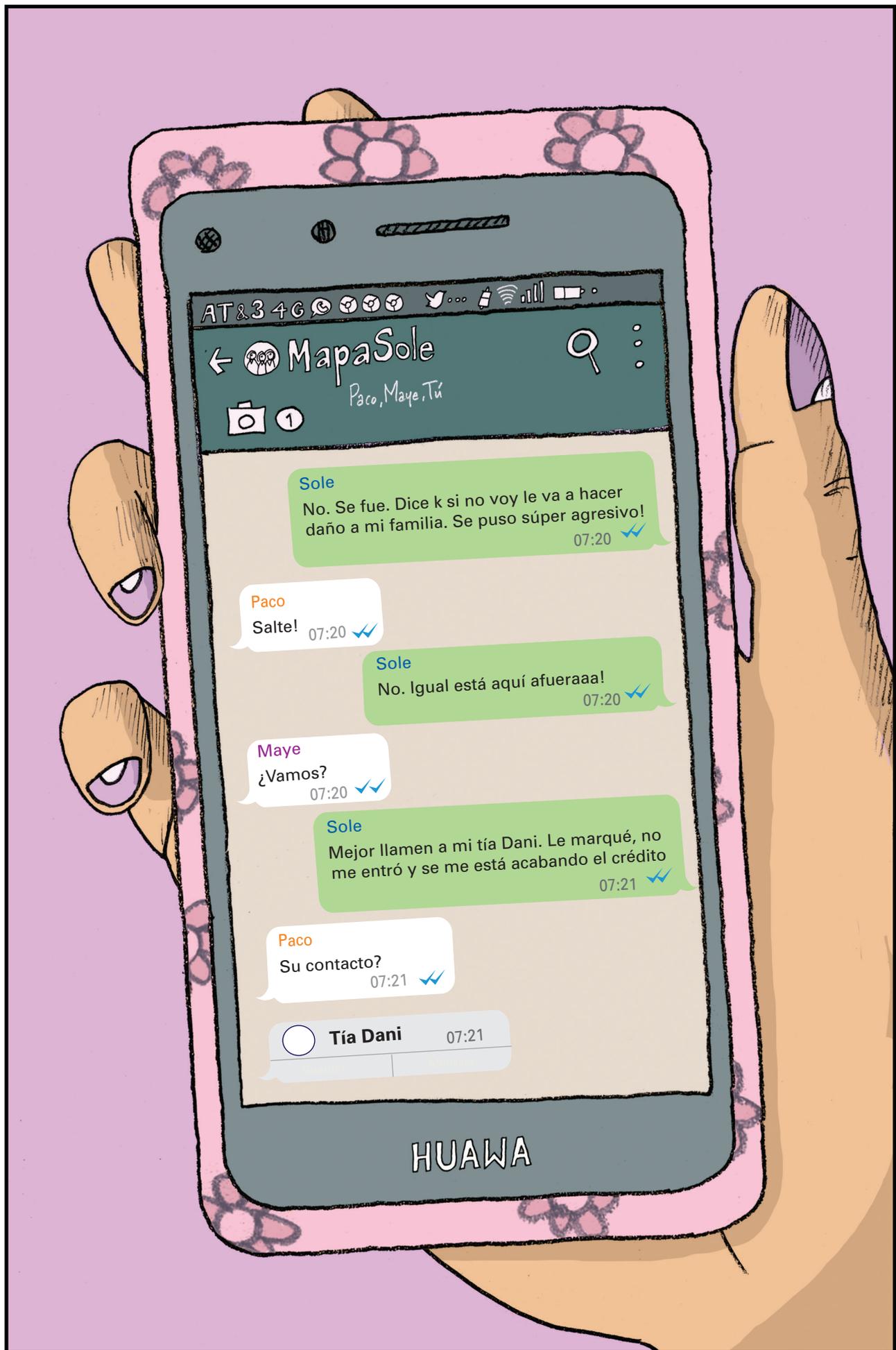


¡YA NI PAISAJES GRISES SIQUERA! ¡



HASTA QUE UNA TARDE,
NOS BUSCÓ POR EL GRUPO
DE "WHATS".





AT&3 4G

← MapaSole

Paco, Maye, Tú

Sole
No. Se fue. Dice k si no voy le va a hacer
daño a mi familia. Se puso súper agresivo!
07:20

Paco
Salte!
07:20

Sole
No. Igual está aquí afueraaa!
07:20

Maye
¿Vamos?
07:20

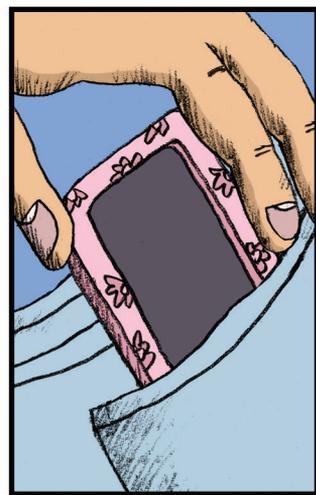
Sole
Mejor llamen a mi tía Dani. Le marqué, no
me entró y se me está acabando el crédito
07:21

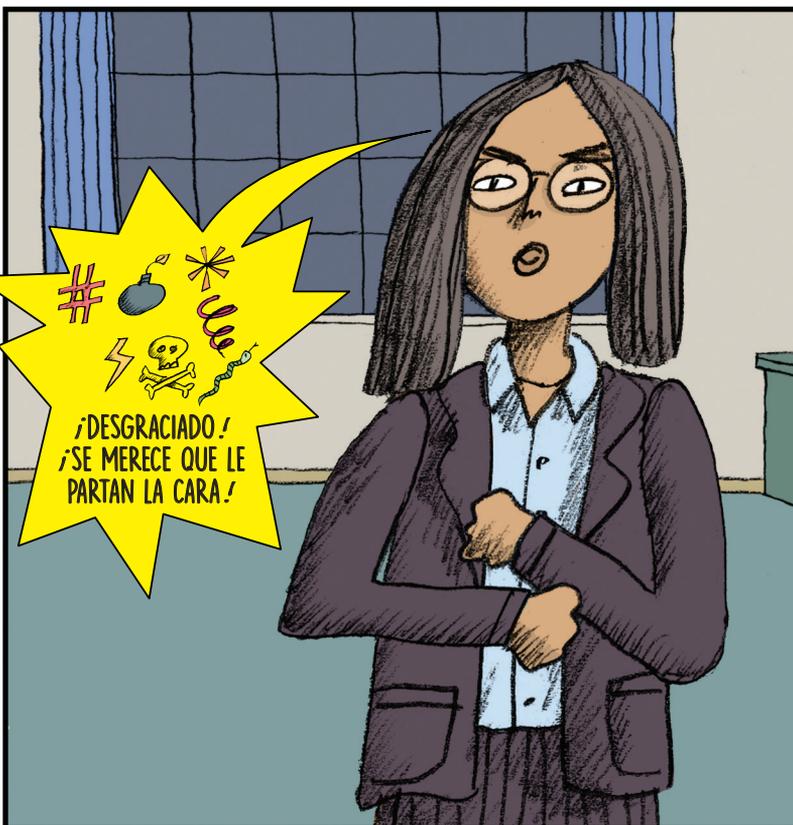
Paco
Su contacto?
07:21

Tía Dani 07:21

HUAWA









DESPUÉS DE TODA LA INVESTIGACIÓN,
AYER FUE UNA PATRULLA A CASA DE ANTONIO.

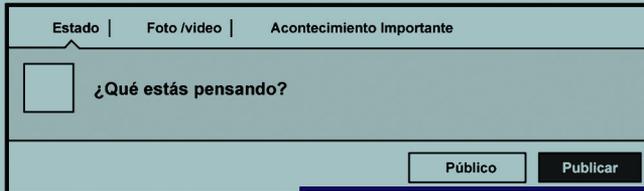
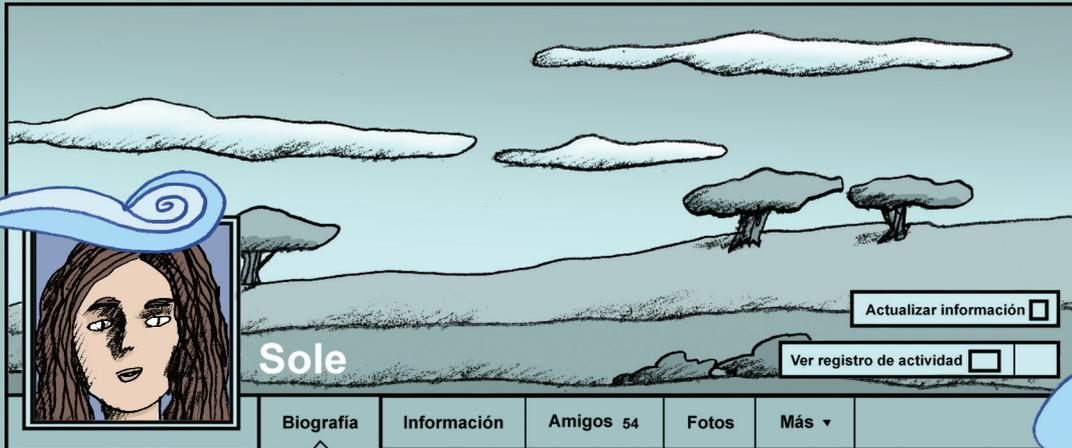


TRAEMOS UNA ORDEN
DE APREHENSIÓN CONTRA EL
SEÑOR ANTONIO ROVIROSA.
NOS TIENE QUE ACOMPAÑAR
AHORA MISMO.

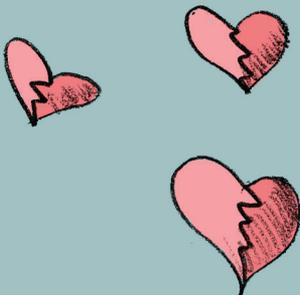
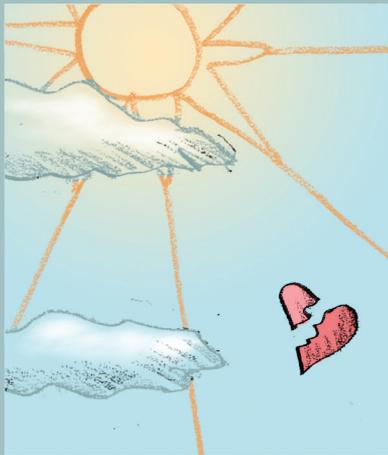


Y SÍ, SE LO LLEVARON.

SIGUE HACIENDO UN FRÍO DEL CARAJA. PERO YA SOLE VOLVIÓ A APARECER EN EL FEIS. NO LES VOY A DECIR QUE NO: SIGUE SUBIENDO PAISAJES MEDIO TRISTES. PERO, ¡NO MANCHES! AYER, EL DÍA MÁS GRIS DE TODO EL AÑO, SUBIÓ UNA FOTO DONDE POR FIN SE RÍE.



MUY ABRIGADA, ESO SÍ, PERO ¡A TODO COLOR!



...PARA LA NOCHE YA TENÍA CINCUENTA Y SEIS "LIKES".

- Óscar A
- Carolina
- Paco R
- María N
- Bere Sc
- Maye C
- Óscar M
- Nayeli F
- Emilio C
- Carlos M
- Sofía R
- Diablito
- Mike To
- Luis Alb
- Óscar A
- Carolina
- Paco R
- María N
- Bere Sc
- Maye C
- Óscar M
- Karina M
- Nayeli F
- Emilio C
- Carlos M
- Sofía R
- Diablito
- Mike To
- Luis Alb
- Óscar A
- Carolina
- Paco R

¿Qué es eso de los Grandes Protectores?



Son personas que se vuelven tus aliadas:

- que jamás te piden que guardes secretos que te hacen sentir mal
- que sabes que puedes confiar en ellas para cualquier cosa
- que te quieren sin ponerte condiciones o pedirte cosas a cambio de su cariño
- que siempre creen en lo que les dices
- que te proponen soluciones cuando les cuentas un problema
- que pueden ayudarte a prevenir situaciones peligrosas o en las que puedes estar en riesgo
- con quienes puedes hablar de cualquier tema o preocupación con confianza, porque te escuchan sin juzgarte
- junto a quienes te sientes a gusto, sin que te den nervios o incomodidad

Es horrible llegar a estar en una situación de abuso sexual. Imagínate que alguien abusa de su poder sobre ti; que te domina, ya sea física, psicológica, económicamente o porque tiene autoridad y te tiene bajo su dominio. Para que no te obliguen a hacer lo que no quieres, es muy bueno tener de tu lado a una persona de confianza y adulta que te acompañe y te apoye.

Para prevenir un abuso, engaños, chantajes, o para otras situaciones de riesgo, debes pensar desde hoy quiénes pueden ser esas personas aliadas que de verdad sabes que te protegerán. Sólo tú decides a quiénes escoger desde hoy como **Grandes Protectores**.

Lo ideal es que sean por lo menos dos: alguien que viva en tu misma casa y alguien que esté fuera de ella. Piensa bien quiénes, puedes preguntarles si quieren ser tus **Grandes Protectores**. Si quieres, enséñales esta página, para que sepan a lo que se comprometen. Si de veras escogiste bien, verás que sienten orgullo de que los hayas elegido. Seguramente lo tomarán como un honor.



Hazle caso a tu instinto

Si algo en la manera en que te llevas con alguien te hace sentir mal, no te lo guardes o hagas como que “no pasa nada”. Tu instinto te puede ayudar. Es una señal para decir que NO libremente, o buscar ayuda de alguien que crea en ti.

Tu instinto te puede llevar a estar siempre a salvo y a manejar, con toda tu inteligencia, algunas situaciones que podrían ponerte en peligro. No le pidas a tu instinto que se calle.

Por otro lado:

¿Sabías que solamente por ser adolescente, por ley todos los adultos te deben respetar?

Existe en México la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Si te interesa, conócela y corre la voz.





Colección Grandes Protectores

Consiste de cuatro 4 piezas:

ALE ALE ¿Puedo? que es un instrumento para ser usado en aulas de pre escolares.

Los Dragones no existen: una historieta dirigida a padres de familia.

Tiro Limpio: historieta para niños de primaria

Los Likes de Sole: historieta dirigida a muchachos de nivel secundaria.

Si los necesitas, ¡úsalos!

Puedes ver las condiciones en www.grandesprotectores.org.mx

Agradecemos al Instituto Aguascalentense de las Mujeres (IAM), por permitirnos el uso del "Test sobre violencia en el noviazgo", del Manual de su Taller: "Noviazgo entre adolescentes", publicado en el año 2008.

Este ejemplar es de distribución gratuita. Queda prohibida su venta.



Diseño y coordinación editorial

Derechos reservados © 2018 Paragraf, S.C.

Algo muy importante: la colección está protegida por el Instituto Nacional del Derecho de Autor (INDAUTOR), así que al descargar cualquier título te comprometes a:

- Usarlo de manera responsable para ayudar a prevenir el abuso sexual
- Dar siempre crédito a los autores
- No modificar los contenidos de manera alguna
- No lucrar económica, políticamente o de cualquier otra forma con este material
- No imprimir más de 500 ejemplares.

Si te interesa hacer tirajes mayores, contáctanos para acordar una cesión de derechos.

e-mail: input@grandesprotectores.org.mx