

A vibrant, stylized illustration of a woman with brown skin and short purple hair, wearing a blue helmet and a pink shirt, riding a red bicycle. She is looking forward with a slight smile. In the background, a red bus is visible, and the scene is set against a light blue sky. The overall style is bold and colorful, typical of children's educational materials.

Cuentos  
Para Conversar

# LOS AUTOMÓVILES ENGORDAN



Sergio



Javier





Marta



Yolanda



Héctor



Textos: Gladys Herrera y Juan Carlos Melero

Dibujos: KAIA

Color: María Terrazas y Tote Azkona

Diseño gráfico: Alfredo Requejo

Idea y dirección: Roberto Flores

ISBN: 978-84-9726-859-2

© Edex 2020 / [edex@edex.es](mailto:edex@edex.es) / [www.edex.es](http://www.edex.es)

© Locus, Sdad. Coop. 2020 / [locuscoop@gmail.com](mailto:locuscoop@gmail.com)

Prohibida la reproducción total o parcial, por cualquier procedimiento, sin el permiso previo por escrito de los editores.

# LOS AUTOMÓVILES ENGORDAN



## LA INFANCIA PRIMERO

Niñas y niños tienen derecho a que el Estado se esfuerce al máximo para garantizar sus derechos y decida pensando en lo que es mejor para ellos.



Todo empezó  
por una tarea con  
motivo del  
Día sin Coches.

–En cambio, la  
bicicleta no.

–Un automóvil necesita gasolina.

–Un automóvil  
hace ruido.

–En cambio, la  
bicicleta no.




—Un automóvil engorda.

—¿Acaso los automóviles se comen?!





A cartoon illustration showing a woman in a pink shirt and a black and white striped visor cutting a green car-shaped cake on a white plate. A man in a blue plaid shirt and a black and white striped visor is looking at the cake. A thought bubble above the man contains text. In the foreground, a hand is holding a pink gift box with a blue ribbon, and another hand is holding a blue ribbon. The background is a light green color.

-No se comen, pero cuando vamos en coche no hacemos ejercicio y tenemos más posibilidades de subir de peso. ¡Anota eso!



*Lo anoté y tomé  
una decisión muy  
importante:*

*...de ahora en adelante usaría únicamente la bicicleta. Era probable que mis kilos de más tuvieran mucho que ver con los automóviles.*



—¡Vamos, Sergio!  
¡Súbete... se nos hace  
tarde!





—¿Estás seguro?

—¡Completamente!

—Vayan ustedes en el coche.  
Yo voy en bicicleta.



—¡Hola, campeón! ¿Preparado para el «Tour» de Francia?





*Mi padre y mi madre  
estaban sorprendidos.  
Siempre habían querido  
que yo hiciera deporte,  
y nunca les había  
hecho caso.*

*A mis amigos también les sorprendía  
y les parecía un poco arriesgado.*

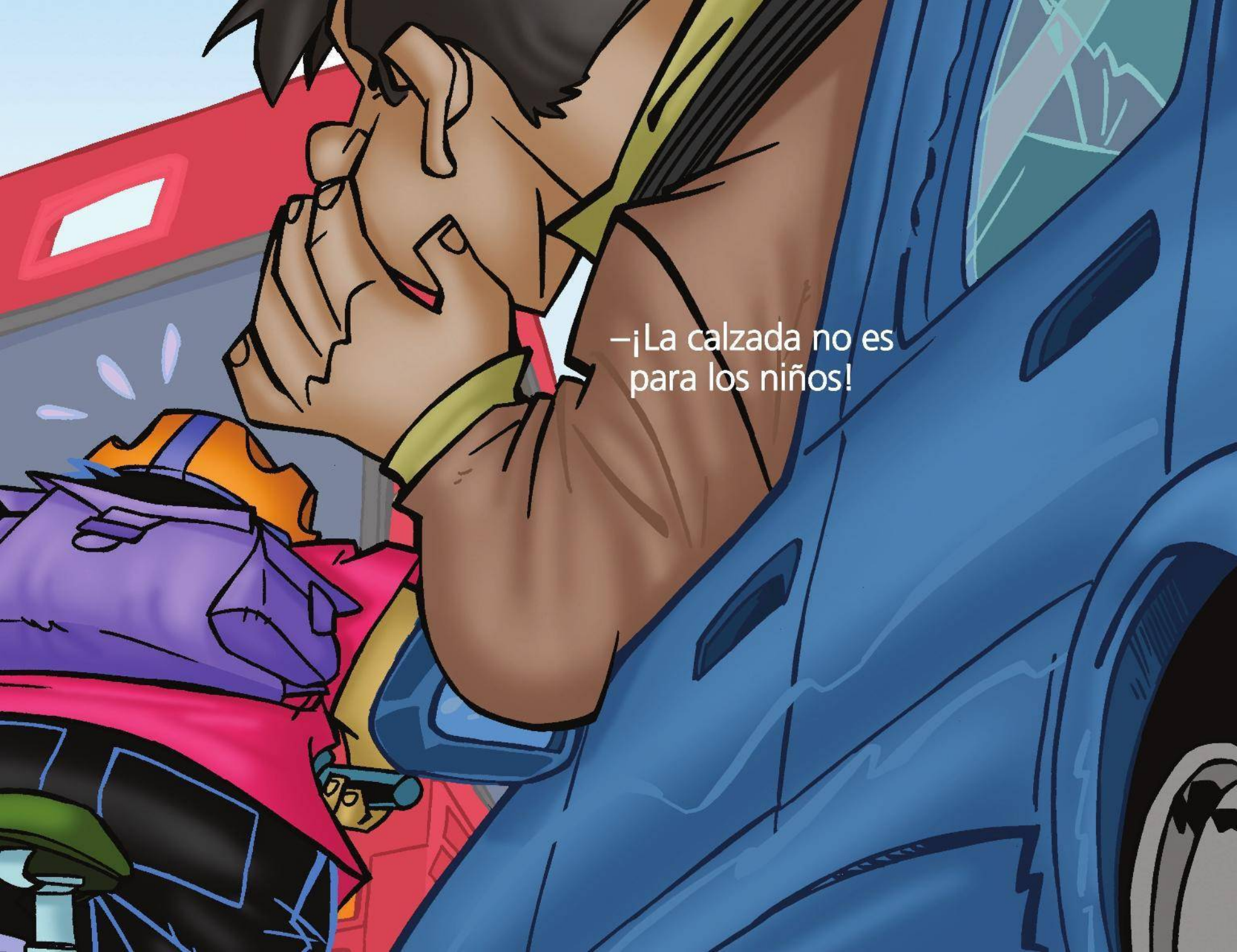






—¡Oye, apártate! ¡¿Acaso  
quieres que te atropelle?!





—¡La calzada no es para los niños!



*Pasé la primera semana,  
pero la segunda no. Unos  
conductores me gritaban,...*


*...otros me pitaban y muy pocos me respetaban.*

—¡Pedalea más rápido!





*Una tarde que regresaba de la escuela, sentí que un camión me pasaba por encima.*



-¡Oye, niño,  
ten más cuidado!



*De puro milagro no me pasó nada.  
Pero hasta ese día llegué como ciclista.  
¡Buscaré otro deporte para bajar de  
peso sin arriesgar mi vida!*





-Lamento mucho lo que te ha pasado, hijo.  
Las cosas serían diferentes si construyeran  
un carril de bicicletas.





–¿Y eso es posible?

– ¡Claro! En otras ciudades lo han hecho, y funcionan muy bien.

– ¿Y con quién debo hablar para que construyan uno aquí?

–Supongo que con la presidenta.

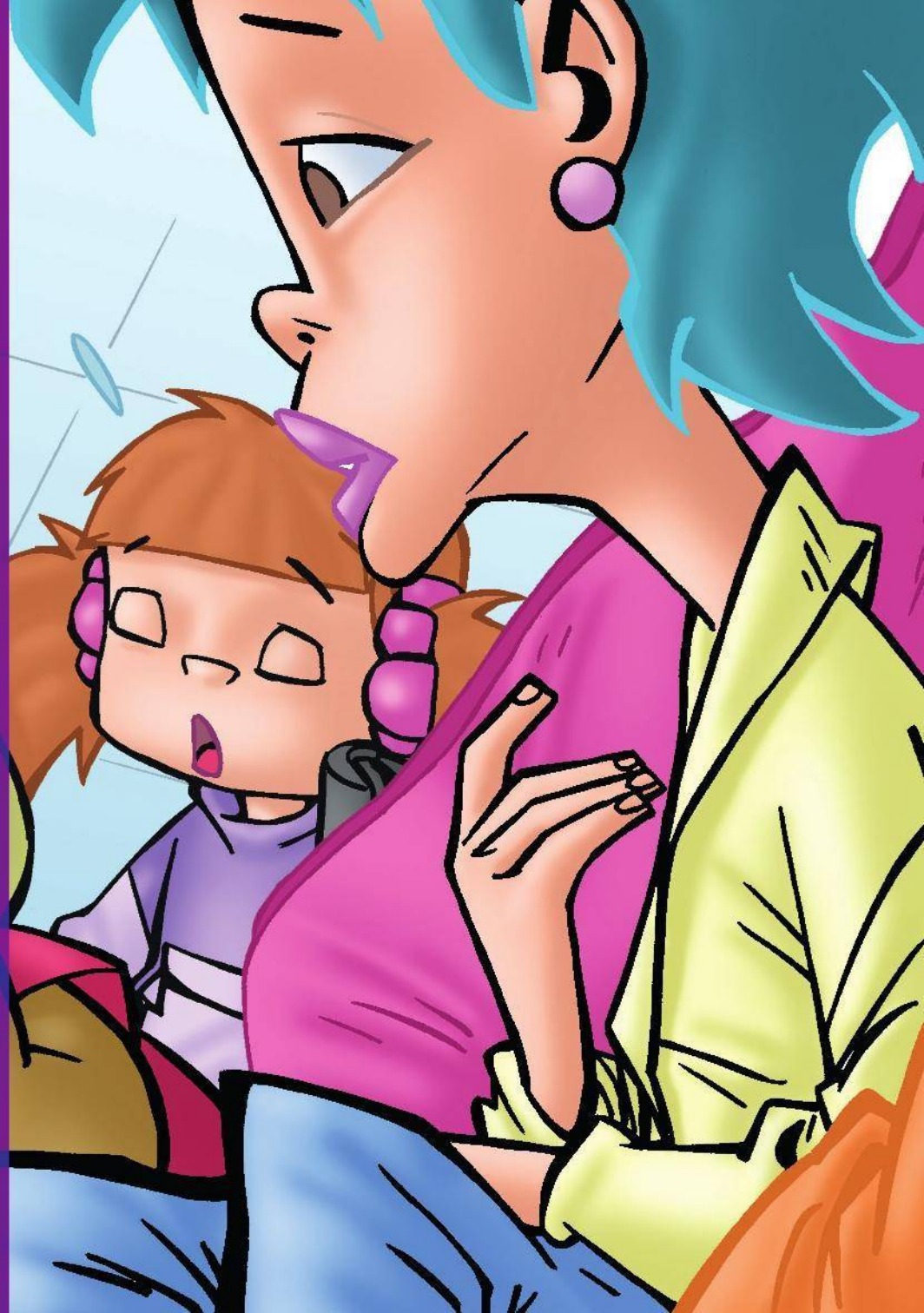




*Esa noche le escribí  
una carta a la presidenta.  
Me resisto a pensar  
que la calle sea solo  
para los autos.*

*¡Las y los ciclistas y  
patinadores también  
tenemos derechos!*

# CONVERSAR EN FAMILIA



# LA CONVENCION SOBRE LOS DERECHOS DEL NIÑO\*

El 20 de noviembre de 1989, después de diez años de consultas y negociaciones entre funcionarios de los gobiernos, profesionales, organizaciones de apoyo a la infancia y grupos religiosos de todo el mundo, la Asamblea General de Naciones Unidas aprobó el texto de la Convención sobre los Derechos del Niño, que entraría en vigor el año siguiente.

La Convención describe la gama de derechos que tiene la infancia en todas partes, y establece normas básicas para su bienestar en diferentes etapas de su desarrollo. En la actualidad, es el tratado internacional de derechos que más respaldo ha tenido en el mundo. Solo EE.UU. no lo ha ratificado aún.

La Convención sobre los Derechos del Niño, a diferencia de anteriores declaraciones, tiene carácter obligatorio para los Estados, y en ello reside su enorme trascendencia. En efecto, los gobiernos que la han ratificado están obligados a armonizar sus leyes, políticas y prácticas con las normas de la Convención; a convertir estas normas en una realidad para la infancia; y a abstenerse de tomar cualquier medida que pueda impedir el disfrute de estos derechos.

La Convención refleja una nueva perspectiva sobre la infancia: Niñas y niños ya no se consideran propiedad de sus padres ni beneficiarios indefensos de una obra de caridad, sino individuos y miembros de una familia y una comunidad con derechos y responsabilidades.

De acuerdo con UNICEF, los derechos humanos que la Convención recoge pueden agruparse en cuatro amplias categorías:

- **Derecho a la supervivencia**, que abarca el derecho a la vida y a tener cubiertas las necesidades más fundamentales de la existencia, entre las que se incluyen un nivel de vida adecuado, albergue, nutrición y acceso a los servicios médicos.
- **Derecho al desarrollo**, que incluye aquello que las niñas y los niños necesitan para alcanzar su mayor potencial, como el acceso a la educación, al juego, a las actividades culturales, a la información, así como el ejercicio de libertad de pensamiento, conciencia y religión.
- **Derecho a la protección**, que exige que las niñas y los niños sean salvaguardados de todas las formas de abuso, abandono y explotación, y abarca cuestiones tales como atención especial para la infancia refugiada, víctima de tortura, abusos del sistema de justicia criminal, participación en conflictos armados, trabajo infantil, consumo de drogas y explotación sexual.
- **Derecho a la participación**, a fin de permitir a las niñas y a los niños asumir un papel activo en sus comunidades. Estos derechos incluyen la libertad de expresar opiniones, y de asociarse y reunirse con fines pacíficos.

\* La Convención define como «niña» o «niño» a toda persona menor de 18 años, a menos que las leyes pertinentes reconozcan antes la mayoría de edad.

## DIEZ CUENTOS PARA CONVERSAR

Para facilitar la comprensión de este Tratado, hemos sintetizado y agrupado el contenido de sus 54 artículos en diez enunciados, los cuales se desarrollan en los diez volúmenes de la colección *Cuentos para Conversar*:

- **Igualdad.** Todas las niñas y niños tienen los mismos derechos, y han de recibir cuidados especiales si sufren cualquier discapacidad.
  - **Salud.** Derecho a que se les prevenga de las enfermedades y se les facilite atención médica cuando la necesiten.
  - **Bienestar.** Derecho a disponer de Seguridad Social y de los recursos necesarios para desarrollarse y vivir dignamente.
  - **Educación.** Derecho a recibir una educación que desarrolle su personalidad y sus capacidades, y les prepare para convivir.
  - **Protección.** Derecho a la intimidad, a que no lastimen su cuerpo ni sus sentimientos, a no trabajar, ni ser reclutados o explotados.
  - **Identidad.** Derecho a un nombre, a pertenecer a un país, a hablar su idioma y a vivir según sus ideas, creencias y religión.
- **La infancia primero.** Derecho a que el Estado se esfuerce al máximo para garantizar sus derechos y decida pensando en lo que es mejor para niñas y niños.
  - **Participación.** Derecho a recibir información adecuada, a expresar su opinión y a que esta sea tenida en cuenta en los asuntos que les afecten.
  - **Familia.** Derecho a una familia que les quiera y les oriente, y a no ser separados de ella si no es por su bienestar.
  - **Juego.** Derecho a disponer de tiempo y lugares adecuados para jugar, así como a practicar actividades artísticas y culturales.



## CON DOS OREJAS Y UNA BOCA

Las personas estamos hechas no solo de huesos, músculos, sangre y piel. También estamos hechas de cuentos. En toda institución de salud debería existir un banco de cuentos. En las casas, a la hora de las comidas deberíamos recibir nuestro plato de cuentos. En la escuela, aprenderíamos más con cuentos.

Mario Kaplún lo dijo: «siempre es mejor contar que explicar». Con un cuento podemos imaginar, podemos relacionar, podemos comentar con otras personas. Eso es lo que queremos con estas historias: Conversar un rato; que las niñas y los niños, al escucharlas, sientan ganas de hablar, de compartir recuerdos, anécdotas, fortalezas o miedos; que sus voces puedan ser escuchadas y escapen de sus bocas acompañadas de sonrisas.

Usted también tendrá la oportunidad de hablar, pero no tanto como ellos. Su labor será la de hacer que los niños y las niñas sientan ganas de hacerlo. Recuerde que no en vano tiene dos orejas y una sola boca: para escuchar el doble de lo que habla.



Las historias le permitirán conversar no solo sobre los derechos de la infancia, sino sobre habilidades psicosociales para la vida y valores asociados al cuidado de sí, de las demás personas y del entorno.

Es deseable y probable que a partir de la lectura de sus imágenes y textos se encienda la chispa de la conversación. Una conversación acerca de lo que su hija, su hijo, siente, piensa o sueña. Así sucederá si se dispone a escuchar y a realizar preguntas que faciliten el discurrir de la conversación.

### **Para obtener el máximo provecho de este material, le sugerimos:**

- Elija el momento adecuado a lo largo del día. Tómese su tiempo.
- Busque un lugar apropiado, sin interrupciones. Apague su celular o el televisor.
- Administre los cuentos. No se trata de leerlos de seguido, sino de disfrutarlos de uno en uno, y repetir su lectura una y otra vez cuando su hija, su hijo, así se lo pida.
- Realice en familia alguna de las actividades asociadas a cada uno de los cuentos, que aquí le proponemos.



## manos a la obra

-Mamá, papá... ¿puedo salir a la calle? Dar respuesta a esta pregunta no resulta fácil en todas las ocasiones. A pesar de querer darles este permiso, muchas veces nos resistimos. Por uno u otro motivo, consideramos que este lugar no es grato ni seguro para los menores.

Quizá por eso, Federico, un niño de 10 años, miembro del Consejo de Niños de Roma, decidió pedir el permiso directamente al alcalde de su ciudad: «Queremos de esta ciudad el permiso para salir de casa».

Los gobernantes pueden ser los aliados más importantes para lograr una ciudad amigable para las niñas y los niños. Los pediatras, preocupados ante el incremento de la obesidad infantil, constituyen otro grupo de aliados de esta iniciativa. Consideran que esta enfermedad no se superará únicamente con la mejora en los hábitos alimentarios, ni con el deporte escolar, sino que es necesario que niñas y niños se muevan más, jueguen más libremente y vayan a la escuela caminando o en bici.

En ese listado de personas aliadas a favor de una ciudad que responda a las necesidades de niñas y niños, están sus madres y padres. Piense qué puede hacer para que su hija o hijo

pueda pasear por la ciudad con su grupo de amigos, para que la recorran y la disfruten. Vale casi todo, menos pretender estar a su lado todo el tiempo para protegerles.

Converse con ellos sobre este asunto y propongan también más aliados para que pedaleen hasta alcanzar la meta: una ciudad donde quepan las niñas y los niños.



## COLECCIÓN CUENTOS PARA CONVERSAR

CUENTO	DERECHO	HABILIDAD	VALOR
<i>Una familia muy normal</i>	Familia	Pensamiento creativo	Repartir de manera igualitaria las tareas domésticas expresa una relación de responsabilidad y respeto entre los miembros de la familia.
<i>Correr y contar</i>	Protección	Manejo de tensiones y estrés	Reconocer las situaciones de peligro y saber cómo reaccionar ante ellas nos ayuda a cuidarnos y cuidar de las demás personas.
<i>Corre, corre</i>	Juego	Autoconocimiento	Organizar adecuadamente los tiempos de trabajo y de descanso nos permite mejorar el rendimiento y controlar la tensión diaria.
<i>Al pie de la letra</i>	Salud	Toma de decisiones	Cuidar la propia salud, dejarse ayudar en momentos de dificultad y ayudar a otras personas a cuidarse a sí mismas, son conductas que contribuyen a responsabilizarnos con nuestro bienestar, tanto personal como social.
<i>Una barrita con un puntito</i>	Educación	Manejo de emociones y sentimientos	Afrontar puntualmente los desafíos y buscar ayuda cuando se necesita es la mejor manera de que los problemas no se hagan cada vez mayores.
<i>Los automóviles engordan</i>	La infancia primero	Pensamiento crítico	Diseñar ciudades en las que niñas y niños puedan disfrutar del mayor grado de autonomía posible es una responsabilidad compartida.
<i>Una mano de amigos</i>	Igualdad	Relaciones interpersonales	Cada persona somos una colección irrepetible de posibilidades, y son esas diferencias las que nos hacen iguales en Derechos.
<i>Mejor acompañado</i>	Bienestar	Empatía	Garantizar las condiciones para que niñas y niños puedan sentir seguridad en ausencia de sus padres y madres, demanda la solidaridad de la colonia.
<i>El daño del baño</i>	Participación	Manejo de problemas y conflictos	Ser conscientes de los derechos que nos asisten y organizarnos para defenderlos hace que nos sintamos bien.
<i>Dígan lo que digan</i>	Identidad	Comunicación asertiva	Tomar decisiones responsables nos perfila la personalidad, más aún cuando surgen del análisis y gusto propio, y no de presiones externas.

# NÚMEROS DE ATENCIÓN TELEFÓNICA

**SERVICIO DE ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA  
(S.O.S.) A TRAVÉS DEL CENTRO DE ATENCIÓN  
TELEFÓNICA #EDOMEX**

**070 VALLE DE TOLUCA  
800 696 96 96 TODO EL ESTADO Y EL PAÍS**

**ATENCIÓN PSICOLÓGICA TECLEA 0**

**LÍNEA SIN VIOLENCIA**

**800 108 40 53  
ATENCIÓN 24 HORAS**

**EMERGENCIAS**

**911  
ATENCIÓN 24 HORAS**

**PROCURADURÍA DE PROTECCIÓN DE  
NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES DIFEM**

**722 2 27 47 05 ext. 119 y 108**

**ATENCIÓN A TODO EL ESTADO DE MÉXICO  
EN HORARIO DE 9:00 A 18:00 HORAS**

**FISCALÍA GENERAL DE JUSTICIA DEL  
ESTADO DE MÉXICO  
ATENCIÓN CIUDADANA Y DENUNCIA**

**800 702 87 70**

**TODO EL ESTADO DE MÉXICO**

**DENUNCIA ANÓNIMA**

**089  
ATENCIÓN 24 HORAS**

**LÍNEA #SALUD REFERENTE A COVID-19**

**800 900 32 00**

**TODO EL ESTADO DE MÉXICO  
ATENCIÓN 24 HORAS**

# LOS AUTOMÓVILES ENGORDAN

Los coches nos llevan más rápido. ¿A dónde? Al trabajo o a la escuela, pero también a contaminar y a engordar, como sucede con las personas que abusan del coche. Sergio decide pasarse a la bicicleta, pero la ciudad no se muestra amable con las niñas y niños ciclistas.

**Cuentos para Conversar** acerca la Convención sobre los Derechos del Niño a las familias con niñas y niños de más de 6 años de edad. **Los automóviles engordan** alude al derecho a **La infancia primero**: niñas y niños tienen derecho a que el Estado se esfuerce al máximo para garantizar sus derechos y decida pensando en lo que es mejor para ellos.

## Títulos de la colección:

- Familia / *Una familia muy normal*
- Protección / *Correr y contar*
- Juego / *Corre, corre*
- Salud / *Al pie de la letra*
- Educación / *Una barrita con un puntito*
- La infancia primero / *Los automóviles engordan*
- Igualdad / *Una mano de amigos*
- Bienestar / *Mejor acompañado*
- Participación / *El daño del baño*
- Identidad / *Digan lo que digan*



GOBIERNO DEL  
ESTADO DE MÉXICO



EDOMÉX  
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.