

# EL MEJOR HERMANO CONTRA EL BULLYING

¡TODOS CONTRA  
EL ACOSO ESCOLAR!



**DOWN**  
España

**CÓMIC Y  
ACTIVIDADES**

Con la colaboración de:



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES  
Y AGENDA 2030



POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Coordinación de la edición:

Mónica Díaz Orgaz - Departamento de Programas DOWN ESPAÑA

Ana Belén Rodríguez Plaza - Asesora de Educación Inclusiva de DOWN ESPAÑA

Eva Betbesé Mullet - Coordinadora de la Red Nacional de Educación Inclusiva de DOWN ESPAÑA

Con especial agradecimiento a las aportaciones de los jóvenes con síndrome de Down representantes de la Red Nacional de Educación Inclusiva de DOWN ESPAÑA y a Cristina Isabel Domínguez.

Guion original e ilustraciones: Txiki Trepax y GuiBo

Maquetación y diseño: GuiBo

Edita: DOWN ESPAÑA

con la colaboración del Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030.

ISBN: 978-84-09-58159-7

Depósito legal: M-2251-2024









Es que tengo miedo.

¿a qué tienes miedo?



Mirad, por ahí vienen el raro y su hermana.



Vamos a divertirnos.



¡Bah!  
No les hagas ni caso.  
Vamos a clase.

Mira, la enana se ha quedado sola.

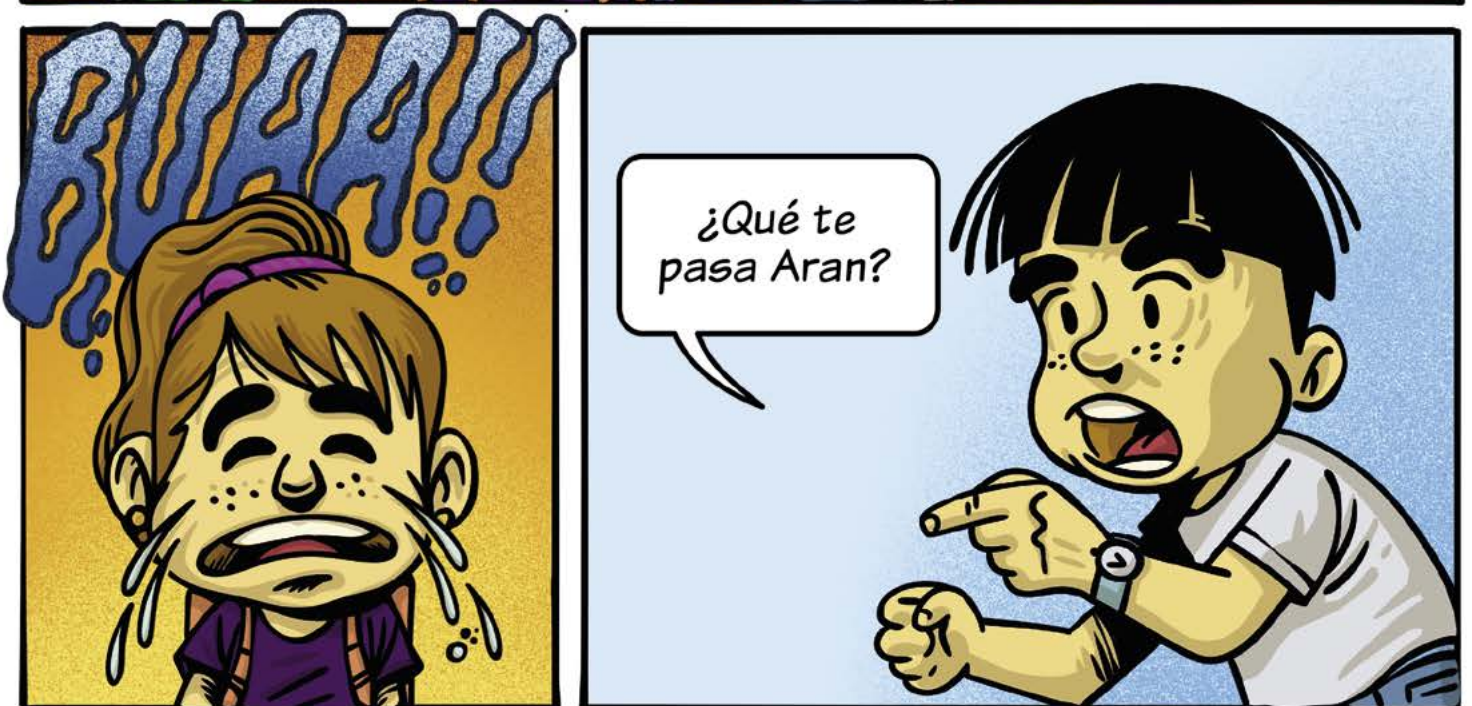
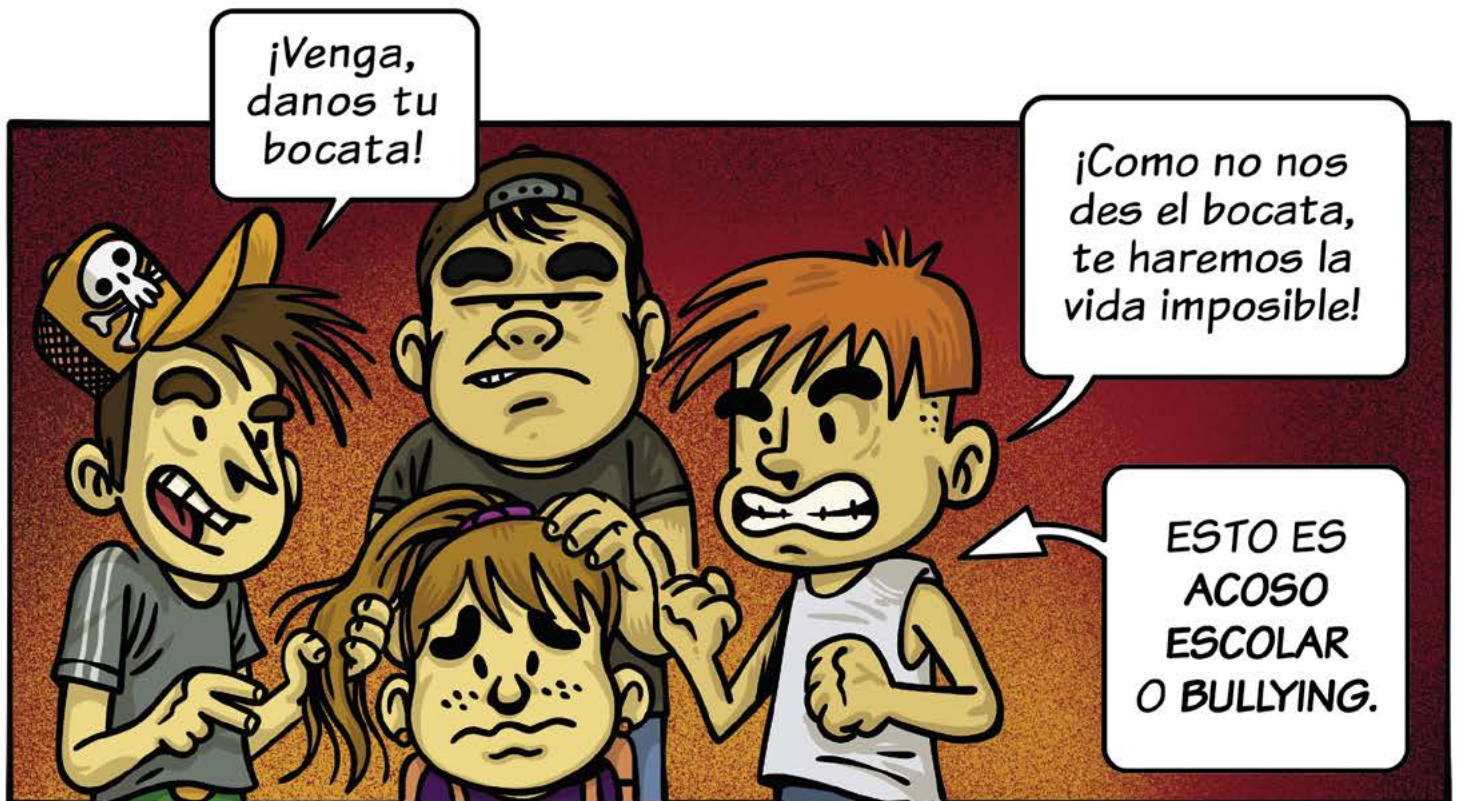
Vamos a por ella.





# EL MEJOR HERMANO CONTRA EL BULLYING

## ¡TODOS CONTRA EL ACOSO ESCOLAR!





Unos niños de la clase me han empujado y me han quitado el bocadillo.



¿POR QUÉ?



Mira Aran, por desgracia hay personas que abusan de los demás porque les parece divertido.



¡Jo!  
¡Qué rabia!

Cuando se abusa entre compañeros del cole se llama acoso escolar o bullying.



¿Bullying?



El acoso escolar o bullying es un abuso que ocurre a veces en las escuelas. Algunas personas se aprovechan de su poder (más fuerza o más número) para lastimar o aprovecharse de los demás.

¡Y ESO NO ESTÁ BIEN!



¡Pero ojo!  
Hay muchos tipos  
de acoso escolar.

¿Ah, si?  
¡No lo sabía!

Pasa la  
página  
y verás.





## ACOSO FÍSICO:

Empujones, patadas, golpes, tirarte cosas, robarte, etc.

## ACOSO VERBAL:

Insultos y motes, humillarte verbalmente por ser como eres.



## ACOSO SOCIAL:

Cuando quieren aislarte del resto de compañeros. Dejarte solo.

## ACOSO PSICOLÓGICO:

Cuando quieren bajar tu autoestima.



## CIBER BULLYING:

Burlas, insultos, humillaciones a través de internet, redes sociales, móvil, videos...

¡Me están poniendo un montón de comentarios horribles en photogram!







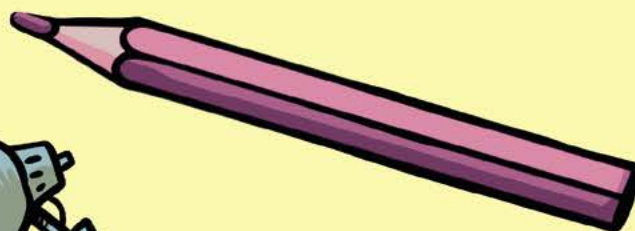




¡Hola!  
Para los que no me conocáis soy Santi.  
Soy el hermano mayor de Aran,  
y me preocupo mucho por ella.  
Me considero un chico divertido  
y siempre estoy dispuesto a ayudar.  
¡Ah! y además tengo síndrome de Down.

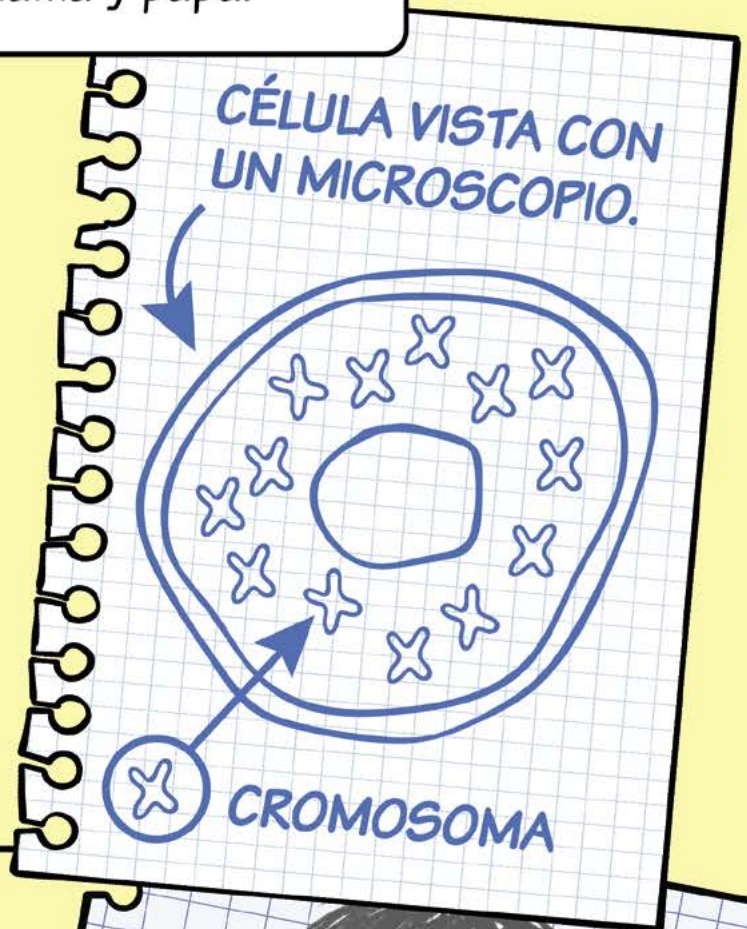
## ¿QUÉ ES EL SÍNDROME DE DOWN?

El síndrome de Down no es una enfermedad.  
Es una condición genética,  
se crea al formarse nuestros genes.  
Voy a explicártelo.



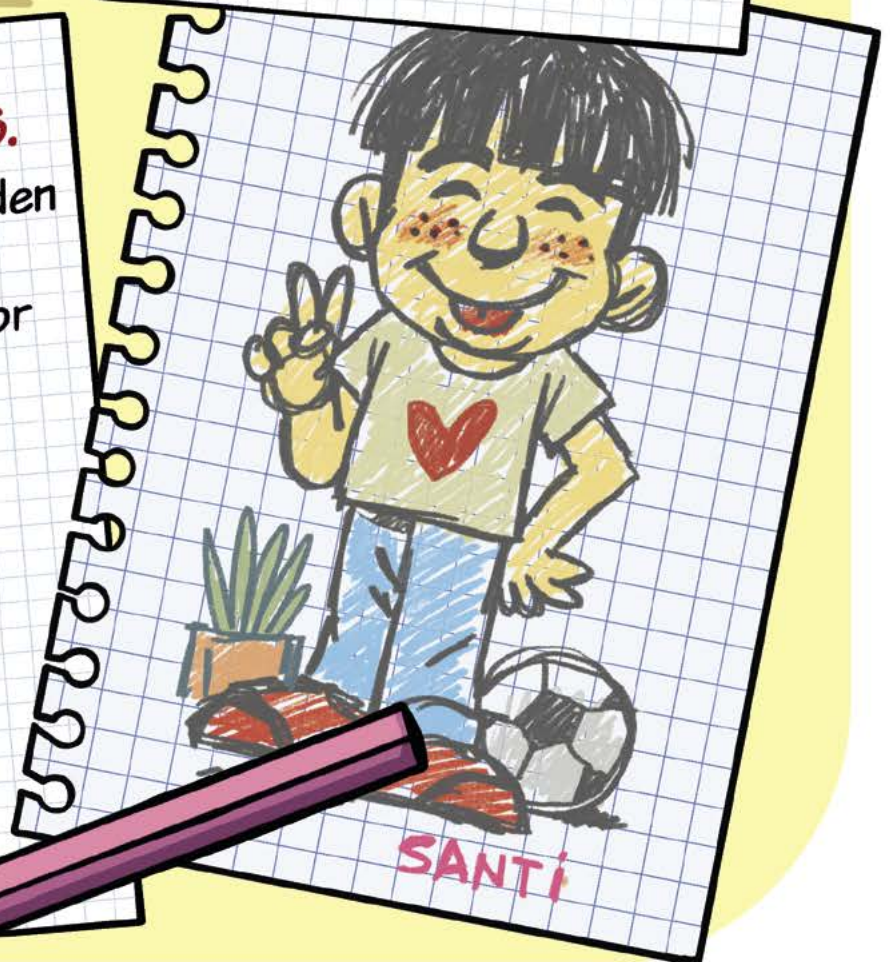
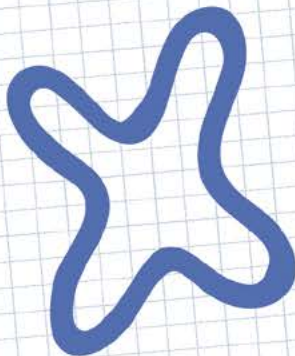


Ya sabéis que todos nacemos a partir de una célula.  
Dentro de esta célula están los cromosomas que heredamos de mamá y papá.



## LOS CROMOSOMAS.

Los cromosomas deciden si somos niño o niña, el color del pelo, el color de los ojos y algunos rasgos...





Las personas con síndrome de Down  
tenemos un cromosoma de más.

Mejor hago un dibujo y os lo explico.



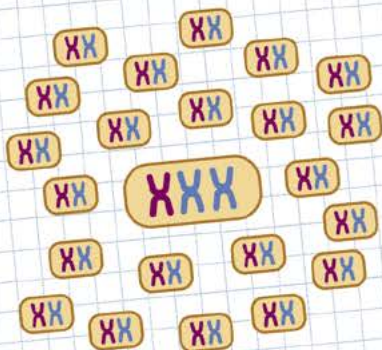
Cromosomas de las personas  
sin síndrome de Down.

$$23+23 = 46 \text{ cromosomas}$$



Cromosomas de las personas  
con síndrome de Down.

$$23+24 = 47 \text{ cromosomas}$$



Santi tiene un cromosoma de más  
en el cromosoma número 21.





Las personas con síndrome de Down,  
tenemos discapacidad intelectual.  
Necesitamos un poco más de tiempo y apoyo  
para conseguir las cosas.


Las personas con síndrome de Down no somos todas iguales.  
Tenemos nuestra personalidad, aficiones, ilusiones y proyectos,  
que son lo verdaderamente importante.

Nuestra discapacidad solo es una  
característica más de nuestra persona.

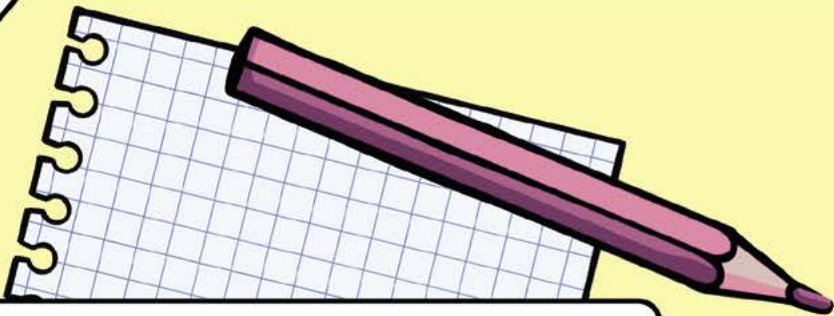
**CARACTERÍSTICAS  
DEL SÍNDROME  
DE DOWN.**



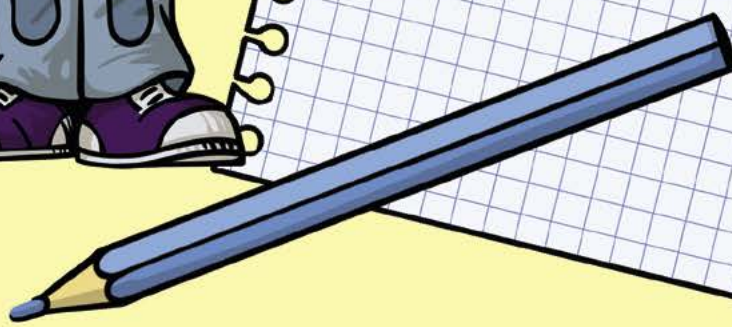




A mi hermano Santi le encanta aprender  
y hacer nuevos amigos.  
Siempre está dispuesto a ayudar,  
si alguien lo necesita.



Si quieres saber cómo es Santi,  
tendrás que conocerle.



Recordad que no debemos discriminar a nadie  
por su aspecto, su manera de pensar  
o por ser como es...



**¡ES INJUSTO!**





¿Os habéis enterado?

Así qué llamad a cada persona por su nombre.

Déjalo ya, vámonos.

A mi me llaman gordi.



A mi negra.

A mi cuatro ojos.

A mi me llaman la zanahoria.

Y a mi pequeñaja.



Y a todos nos gusta que nos llamen por nuestro nombre.

Como puedes ver todos somos diferentes, como tú. Todos tenemos nuestras características que nos hacen únicos e irrepetibles.



¡Ups!  
Cuanta gente.

Mejor nos  
vamos de aquí.

¡QUIETOS!

Os necesito a  
todos, porque...

...**TODOS JUNTOS PODEMOS  
CONTRA EL BULLYING!**

**¡VIVE Y  
DEJA VIVIR!**





# ACTIVIDADES





# ¿Y SI TE PASARA A TÍ?



Si fueras tú la persona acosada ¿Cómo te sentirías? **marca con una X**

Tranquilo/a

Triste

Alegre

Nervioso/a

Enfadado/a

Humillado/a

Me sentiría:

¿Qué harías si te acosaran? ¿Con quién hablarías?:



# CÓMO ACTUAR



¿Alguna vez has visto una situación de acoso escolar?

- Sí
- No

Escribe o dibuja una situación de acoso que hayas visto.

¿Y qué haces cuando ves una situación de acoso escolar? [marca con una X](#)

- No hago nada, porque no quiero problemas.
- Voy a ayudar a la persona acosada.
- Se lo digo a mi profesor/a o a mis padres.
- Otras cosas:





¿Crees que la persona acosadora tiene más fuerza cuando está sola o cuando está con otras personas?

- Cuando está sola.
- Cuando está con otras personas.

¿Por qué?



# SOMOS DIFERENTES



¿Crees que es malo ser diferente?

- Si
- No

¿Tú te consideras diferente a los demás?

- Si
- No

¿En qué te consideras diferente?

Todos tenemos unas capacidades y unas limitaciones.

Mis capacidades. ¿Qué se me da bien hacer?	Mis limitaciones. ¿Qué no se me da bien hacer?



# LOS JÓVENES DICEN...

Para el acosador/a:



Acosar no es divertido,  
no hace gracia.

Ponte en la piel  
de los demás.

Respetar a la gente.

¿Te gustaría que  
te lo hicieran a ti?

Trata a los demás  
como te gustaría  
que te trataran.



Para el acosado/a:

Pide ayuda,  
no estás solo.

Tú vales mucho,  
sigue adelante.

Aléjate de los acosadores,  
busca nuevos amigos.

No te calles.

Tú no tienes la culpa.



Aportaciones de jóvenes con síndrome de Down.

Grupo de representantes de la Red Nacional de Educación Inclusiva de DOWN ESPAÑA.



# DOWN

España



¡SÍGUENOS!





[www.sindromedown.net](http://www.sindromedown.net)

**ANDALUCÍA:** DOWN ANDALUCÍA · DOWN ALMERÍA · DOWN EL EJIDO · FUNDACIÓN LOS CARRILES · DOWN BARBATE-ASIQUIPU · BESANA-ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN CAMPO DE GIBRALTAR · DOWN CÁDIZ-LEJEUNE · DOWN CHICLANA-ASODOWN · CEDOWN · DOWN JEREZ-ASPANIDO ASOCIACIÓN · DOWN JEREZ-ASPANIDO FUNDACIÓN · DOWN CÓRDOBA · DOWN GRANADA · DOWN HUELVA-AONES · DOWN HUELVA VIDA ADULTA · DOWN JAÉN · DOWN MÁLAGA · DOWN RONDA Y COMARCA · ASIDOSER · DOWN SEVILLA Y PROVINCIA · DOWN 21 SEVILLA **ARAGÓN:** DOWN HUESCA · DOWN ZARAGOZA · UP & DOWN ZARAGOZA **ASTURIAS:** DOWN PRINCIPADO DE ASTURIAS **BALEARES:** FUNDACIÓN ASNIMO · DOWN MENORCA **CANARIAS:** DOWN LAS PALMAS · DOWN TENERIFE-TRISÓMICOS 21 **CANTABRIA:** FUNDACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE CANTABRIA **CASTILLA Y LEÓN:** DOWN CASTILLA Y LEÓN · DOWN ÁVILA · DOWN BURGOS · DOWN LEÓN-AMIDOWN · DOWN PALENCIA · DOWN SALAMANCA · DOWN SEGOVIA · DOWN VALLADOLID · ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE ZAMORA · FUNDABEM **CASTILLA LA MANCHA:** DOWN CASTILLA LA MANCHA · ADOWN VALDEPEÑAS · DOWN CIUDAD REAL-CAMINAR · DOWN CUENCA · DOWN GUADALAJARA · DOWN TALAVERA · DOWN TOLEDO **CATALUÑA:** COORDINADORA DOWN CATALUNYA · DOWN SABADELL-ANDI · DOWN GIRONA-ASTRID 21 · DOWN LLEIDA · DOWN TARRAGONA · FUNDACIÓ CATALANA SÍNDROME DE DOWN · FUNDACIÓ PROJECTE AURA · FUNDACIÓN TALITA **CEUTA:** DOWN CEUTA **EXTREMADURA:** DOWN EXTREMADURA · DOWN BADAJOZ · DOWN DON BENITO-VILLANUEVA DE LA SERENA · DOWN MÉRIDA · DOWN ZAFRA · DOWN CÁCERES · DOWN PLASENCIA **GALICIA:** FEDERACIÓN DOWN GALICIA · FUNDACIÓN DOWN COMPOSTELA · DOWN CORUÑA · DOWN FERROL-TEIMA · DOWN LUGO · DOWN OURENSE · DOWN PONTEVEDRA-XUNTOS · DOWN VIGO **MADRID:** DANZA DOWN · FUNDACIÓN APROCOR · DOWN TRES CANTOS-SONRISAS DOWN · FUNDACIÓN UNICAP · MADRID21 **MURCIA:** ÁGUILAS DOWN · ASIDO CARTAGENA · ASSIDO MURCIA · FUNDOWN · FUNDACIÓN SD DE LA REGIÓN DE MURCIA · DOWN LORCA · DOWN MURCIA-AYNOR **NAVARRA:** DOWN NAVARRA **PAÍS VASCO:** DOWN ARABA-ISABEL ORBE · FUNDACIÓN SÍNDROME DE DOWN DEL PAÍS VASCO **LA RIOJA:** DOWN LA RIOJA-ARSIDO **COMUNIDAD VALENCIANA:** DOWN ALICANTE · ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN DE CASTELLÓN · FUNDACIÓN SÍNDROME DE DOWN CASTELLÓN · DOWNVAL TREBALLANT JUNTS · EXTRAORDINARIOS T21

Síguenos en:

