



CÓDIGO DE CONDUCTA PARA PREVENIR EL ABUSO Y LA VIOLENCIA EN EL DEPORTE HACIA LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA





1. Nuestro compromiso

El **CGA Pozuelo** se compromete a apoyar y ayudar a todos los niños, niñas y jóvenes a disfrutar, crecer y potenciar sus habilidades gimnásticas en consonancia siempre con su desarrollo físico, emocional y académico. Somos absolutamente conscientes de que, para que cada menor de edad pueda desarrollar todo su potencial como deportistas y como persona, es necesario que su formación personal y deportiva se realice en entornos sanos y seguros.

Como organización deportiva nos declaramos responsables de la protección física y emocional de las personas que tenemos a nuestro cargo (menores de edad o personas adultas), siendo **nuestro objetivo principal el bienestar de las/os deportistas**. Trabajamos por **mantener entornos deportivos en los que nuestros deportistas se sientan protegidos, sanos, seguros y felices**.

No cumplir con los reglamentos o el código de conducta de CGA Pozuelo lleva directamente a la apertura de un expediente disciplinario o cualquier otra acción necesaria, incluida la denuncia en dependencias policiales.

Nuestro club anima a niñas/os y jóvenes a que participen en actividades deportivas porque:

1. Son una manera divertida de pasar el tiempo
2. El ejercicio físico es importante para el desarrollo físico, mental y emocional.
3. Estar activa/o contribuye a mantener buena salud física y mental y puede aliviar el estrés y la ansiedad
4. La participación en actividades deportivas puede contribuir en el desarrollo de su autoestima y de una valoración positiva de sí misma/o.
5. Participar habitualmente en actividades deportivas es considerado un fuerte activo social.
6. El deporte proporciona un entorno en el que niñas/os y jóvenes pueden aprender los siguientes valores:
 - Trabajo en equipo,
 - Planteamiento de objetivos
 - Confianza
 - Disciplina y deportividad
 - Compromiso
 - Aceptación de victorias y derrotas
 - Respeto por las reglas, miembros del equipo, el medio ambiente
 - Responsabilidad individual
 - Tolerancia



2. Metodologías y entornos sanos

Cada gimnasta tiene un ritmo en su desarrollo físico, social, emocional y cognitivo, así como una motivación por la cual quiere participar en esta u otras actividades deportivas. Por eso disponemos de diferentes grupos con diferentes objetivos, requisitos e implicación horaria que tratan de ajustarse a las características y el nivel de compromiso de cada gimnasta.

En el CGA Pozuelo somos partidarios de metodologías centradas en la/el menor de edad a la hora de proporcionar oportunidades de practicar deporte. Entendemos el enorme beneficio que cada gimnasta obtiene de una práctica deportiva de calidad, pero también creemos que no todos son iguales.

Por ello entendemos sus necesidades, sus deseos y las perspectivas que tienen y las tenemos en cuenta a la hora de planificar e implementar los programas deportivos y las metodologías. Es necesario reconocer las diferencias individuales de cada gimnasta en términos de desarrollo, habilidad y potencial, así como de otros factores que pueden influir en su participación.

Para su desarrollo, niñas, niños y jóvenes necesitan de **espacios sanos**, donde se sientan apoyados y se fomente **el esfuerzo y el compromiso**. Espacios donde puedan aprender, divertirse y sentirse bien haciendo lo que les gusta. Generalmente, **disfrutan** de su participación deportiva en entornos donde:

1. Hay un equilibrio entre los resultados y el proceso de aprendizaje.
2. Entrenadores, padres y madres escuchan y toman decisiones conjuntas en beneficio de los y las deportistas.
3. Sienten que hay igualdad de oportunidades.
4. Perciben que cada deportista es tratado/a con respeto.
5. Confían en las personas responsables de su entrenamiento.
6. Sienten que pertenecen a un equipo donde se les quiere más allá de sus resultados deportivos.
7. Se sienten seguras/os.
8. Se divierten haciendo deporte.
9. Aprenden y mejoran con sus entrenamientos.
10. Competir es un objetivo más, no es el único objetivo.

Padres, madres y entrenadores son quienes tienen mayor influencia sobre la naturaleza y la calidad del entorno donde los menores de edad practican deporte. Influyen significativamente en las decisiones que toman, incluida la decisión de seguir entrenando o dejar de hacerlo.

La calidad de las sesiones de entrenamiento y la participación positiva de su entorno son indispensables para que los menores de edad tengan una **experiencia sana y segura** en el deporte.



3. ¿QUÉ ENTENDEMOS POR ENTORNO DEPORTIVO SEGURO?

La Carta Internacional de Educación Física y Deporte adoptada por la UNESCO en 2015 establece que "todo ser humano tiene el derecho fundamental a la educación física, la actividad física y el deporte sin discriminación por motivos étnicos, de género, de orientación sexual, de idioma, de religión, políticos o de cualquier otra índole".

Juego Limpio

El juego limpio es un concepto positivo. Es una forma de pensar, no sólo una forma de comportarse. Incorpora cuestiones relacionadas como el respeto de las normativas, dopaje, negligencia, violencia física, psicológica o sexual, acoso o ciberacoso explotación, desigualdad de oportunidades, comercialización, amaño de competiciones y corrupción contra niños, niñas, adolescentes, hombres o mujeres.

El deporte es una actividad social y cultural que, practicada de manera justa, enriquece la sociedad y la amistad entre las naciones. Es una actividad individual o grupal que, jugada con respeto, favorece el autoconocimiento, la toma de decisiones, autorrealización, adquisición de habilidades, interacción social, compromiso, responsabilidad, felicidad, buena salud y bienestar.

Protección del menor de edad

Conjunto de actividades necesarias orientadas a proteger a menores específicamente en riesgo de sufrir daño o que ya lo estén sufriendo. Para ello se generan una serie de acciones de salvaguardia donde se aseguran que cualquier niño, niña o adolescente está a salvo de sufrir un daño no accidental mientras realiza su actividad dentro del marco de la escuela o club deportivo.

Valores

Es necesario el fomento de valores para el desarrollo integral de cada gimnasta. Son las convicciones profundas de los seres humanos que determinan su manera de ser y orientan su conducta. Son parte esencial del ser humano, sin estas normas de conducta las personas no serían capaces de relacionarse, puesto que los valores son los que dan vida y armonía a la interacción dentro de las sociedades.





Profesionalidad y humanidad

La formación continua de los equipos técnicos favorece el uso de metodologías constructivas y positivas aplicables a las necesidades educativas y deportivas del presente. Son indicativos del interés y la calidad profesional del equipo. Esto ha de ir ligado a unas condiciones laborales dignas, a una contratación segura y al uso de un espacio deportivo con las medidas de protección y seguridad actualizadas. De esta forma tanto deportistas como entrenadores disfrutarán de un entorno deportivo óptimo y sano, donde poder desarrollar los talentos y así alcanzar los objetivos que se propongan.

4. CUANDO UN ENTORNO DEPORTIVO NO ES SEGURO

"Los Estados miembros adoptarán todas las medidas legislativas, administrativas, sociales y educativas necesarias para proteger a niños, niñas y jóvenes de todas las formas de violencia física o mental, lesiones o abusos, negligencia o trato negligente, maltrato o explotación, abuso sexual, mientras esté al cuidado de los padres, madres o tutores legales o cualquier otra persona que tenga al menor a su cuidado." (Artículo 19 de la Convención sobre los Derechos del Niño.)

Violencia no accidental

Un comportamiento violento que se considera parte integral de un deporte (por ejemplo, una caída fortuita de la barra de equilibrios) de un comportamiento violento que no es parte integral de un deporte (las ceremonias violentas de iniciación). Es importante señalar que el contexto cultural de la violencia no accidental **casi siempre está arraigado en la discriminación basada en las diferencias de poder** y en una serie de factores sociales y personales.

Discriminación

Es el trato injusto y perjudicial de diferentes categorías de personas, especialmente por razón de género, potencial deportivo, longevidad deportiva, etnia, clase social, edad, orientación sexual, religión, nivel socioeconómico o discapacidades. Debido a su menor tamaño y relativa falta de poder, a menudo es difícil para los niños, niñas y jóvenes desafiar las prácticas discriminatorias.





Bullying

Es un comportamiento no deseado, repetido, intencional y agresivo, generalmente entre iguales, que puede implicar un desequilibrio de poder real o percibido. Incluye: amenazas, acoso verbal, físico o emocional, insultos, gestos, burlas, graffitis ofensivos, humillaciones, exclusión, rumores o falsedades maliciosas, trato injusto y exclusión deliberada a alguien de un entorno.

Abuso y maltrato

Es la violación de los derechos humanos y civiles, la acción o inacción deliberada que resulta en negligencia y/o daño físico, sexual y psicológico. El abuso puede ser perpetrado por una o más personas (ya sea conocidas o desconocidas para la víctima), de forma presencial o por redes sociales, o puede tomar la forma de abuso institucional dentro de una organización.

Las formas más comunes de abuso infantil son:

Abuso físico:

- Sobrecarga excesiva de entrenamientos.
- Exposición a entrenamientos no aptos para la etapa de crecimiento o desarrollo del joven o la joven deportista.
- Entrenamiento incompatible con la salud general del o la menor.
- Uso de recomendaciones dietéticas que afectan negativamente al crecimiento y el rendimiento del niño, niña o adolescente.

Abuso psicológico:

- Críticas constantes, burlas, gritos e insultos
- Intentos persistentes de manipular y controlar
- Uso de lenguaje ofensivo y humillante
- Insultos y comentarios degradantes
- Uso de la indiferencia como castigo
- Amenazar constantemente con el castigo
- Permitir que un niño, niña o joven sea testigo de abuso físico o psicológico de otra persona (ya sea adulto o menor)
- Hacer o permitir que el niño, niña o joven sea objeto de bromas, o usar el sarcasmo para hacer daño.
- Bullying
- Menosprecios constantes

Abuso sexual:

- Obligar o inducir al menor de edad a participar en actividades sexuales
- Las actividades pueden incluir contacto físico, incluyendo agresión, masturbación, besos, o tocar por fuera de la ropa.



- Actividades sin contacto: participación en la producción de imágenes sexuales, comportamientos sexualmente inapropiados, manipulación para para el abuso o el acoso (incluido por redes sociales).

Negligencia:

- Falta de protección a un niño/a y joven que lo deja expuesto a riesgos o peligros por parte del entorno del deportista (padres, madres, entrenadores, servicio médico o psicológico y voluntariado).
- Negación de acceso a atención médica adecuada,
- Falta de implementación de equipos y normas de seguridad deportiva en los entornos de entrenamiento y competición
- Prevención ante lesiones por sobreentrenamiento o entrenamiento con lesión.

Explotación sexual.

- Coacción, manipulación o engaño a un niño, niña o joven para que participe en actividades sexuales a cambio una mejora de las condiciones deportivas (una beca, un resultado, una convocatoria, un mejor trato en los entrenamientos) para beneficio financiero o aumento de prestigio de la persona que abusa.
- Puede ser a través de redes sociales o de forma directa en espacios compartidos.
- La participación en relaciones de explotación se caracteriza en mayor parte por la limitada disponibilidad de elección del niño, niña o joven como resultado de su vulnerabilidad social, económica y/o emocional.

Silencio Cómplice o Bystanding

Se refiere a los individuos que tienen sospechas o conocimiento sobre bullying, acoso y/o abuso hacia una persona, pero guardan silencio y no hacen nada al respecto. Las actitudes pasivas, la no intervención, la negación y/o el silencio por parte de compañeros y personas en posiciones de poder en el deporte agravan el daño psicológico causado por cualquier tipo de violencia no accidental.

En España es obligatorio, por ley, informar a las autoridades competentes de cualquier sospecha o conocimiento de maltrato o abuso hacia un/a menor.





5. Pautas de prevención para deportistas

Desde el CGA Pozuelo promovemos las buenas prácticas y fomentamos valores como el respeto, la felicidad y el trabajo en equipo con el fin de crear un entorno deportivo sano y seguro para los menores de edad.

Los y las gimnastas deben conocer sus derechos y compromisos al formar parte de un equipo deportivo. Desde el club les ayudamos a reconocer cualquier forma de violencia o abuso para así poder prevenirla o detenerla lo antes posible.

Para conocer dónde están los límites y poder así denunciar el abuso y el acoso en el entorno deportivo les informamos de estos 10 puntos:

1. El respeto es uno de los valores fundamentales en el deporte.
2. El éxito o el fracaso no te definen como persona ni como deportista.
3. La disciplina no se enseña con castigos ni chantajes.
4. El abuso sexual es un abuso de poder de un adulto o un igual hacia otra persona.
5. Tú cuerpo es tuyo y puedes decir NO.
6. El deporte debe ser un espacio seguro donde poder desarrollar las capacidades físicas y psicológicas.
7. Cualquier situación de abuso o acoso que sufras, no es tu culpa.
8. Hay secretos que hacen daño y puedes compartírselos con alguien de confianza.
9. La comunicación con el equipo técnico es fundamental para tu bienestar.
10. Si te insultan, aíslan, acosan o pegan puedes pedir ayuda a alguien del equipo.

6. Código de conducta para entrenadores

El equipo técnico desempeña un papel fundamental por su contribución al desarrollo deportivo y social de los niños/as en la gimnasia artística. Como tales, tienen el deber de procurar un entorno seguro, inclusivo y positivo para los menores de edad. Es importante que entrenadores, directivos, personal médico, voluntarios, padres/madres, y todas aquellas personas que participan en



actividades o programas relacionados con este deporte respeten los derechos y el bienestar de los menores de edad. Al firmar este código de conducta, usted confirma su compromiso absoluto con estos valores.

El equipo técnico fomentará las buenas prácticas y el deporte seguro:

- ✓ hará que el deporte sea una **experiencia formativa y positiva**;
- ✓ completará la formación básica de **sensibilización en materia de protección y salvaguardia**;
- ✓ **respetará los derechos, la dignidad y el valor** de cada menor de edad, sin discriminación por motivos de edad, raza, color de piel, procedencia étnica, nacional o social, sexo, discapacidad, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, situación económica, nacimiento o cualquier otra condición, orientación sexual o cualquier otro motivo;
- ✓ **comunicará siempre de forma inmediata al delegado de protección** o a las autoridades que corresponda cualquier caso de maltrato o abuso.
- ✓ informará de cualquier inquietud que pueda tener. **La inacción no es una opción**
- ✓ **predicará con el ejemplo** cuando se trate de mostrar deportividad y ser un modelo a seguir para los niños, niñas y jóvenes; esto incluye no consumir drogas y no emplear un lenguaje soez, racista, homófobo u otro tipo de lenguaje discriminatorio en presencia de ellos/as.
- ✓ respetará su posición de confianza y **mantendrá unos límites apropiados** con los niños, niñas y jóvenes;
- ✓ trabajará en un ambiente abierto y **evitaré pasar tiempo a solas** con los menores de edad, alejados de los demás;
- ✓ preparará con anterioridad las actividades planteadas durante la temporada favoreciendo así las evaluaciones de riesgo necesarias para todas las actividades, programas y eventos en los que participen menores de 18 años;
- ✓ **garantizará la seguridad** en los/as gimnastas a través de la debida supervisión y aplicando métodos y técnicas de capacitación seguros;
- ✓ nunca mostrará un comportamiento intimidatorio;
- ✓ **combatirá cualquier forma de comportamiento intimidatorio** entre los menores de edad (bullying, amenazas, humillaciones, chantaje, rechazo).
- ✓ **se comunicará con los/as gimnastas de manera constructiva** y adecuada a su edad, sin someterlos a humillaciones o vejaciones;
- ✓ generará **espacios para la comunicación** bidireccional y la escucha de las necesidades emocionales de los/as gimnastas.
- ✓ no consentirá el incumplimiento del reglamento interno, cualquier forma de violencia o el uso de sustancias prohibidas;





- ✓ garantizará que **la información confidencial no sea revelada**, a menos que cuente con la autorización expresa de todas las personas interesadas o cuando un caso justifique su revelación a las autoridades pertinentes.

7. Código de conducta para madres, padres y tutores

Los padres, madres y tutores pueden promover los aspectos positivos del deporte mostrando un comportamiento tolerante en todo momento, fomentar la participación de sus hijos/as en los eventos del club y mostrar respeto por el equipo técnico, personal (sanitario, limpieza, conserjes) y jurado. Las infracciones continuadas del código de conducta pueden dar lugar al cese de participación en eventos y competiciones, y a que sus hijos/as sean apartados de los programas del club.

Los padres, madres y tutores favorecerán un entorno deportivo positivo y seguro:

- ✓ **animarán a sus hijos/as a respetar las normas** descritas en el Libro del club y en el reglamento propio de cada competición o evento. Le enseñaré el valor de la deportividad y el juego limpio;
- ✓ fomentarán la participación en el deporte de los menores de edad para **su propio disfrute y bienestar**;
- ✓ **colaborarán y mostrarán respeto** hacia el equipo técnico, equipo médico, personal de la instalación, voluntarios, padres, madres y el resto de gimnastas tanto en el día a día como en los eventos deportivos donde participe el CGA Pozuelo;
- ✓ serán realistas y **nunca presionarán** o trasladarán expectativas desmesuradas a los hijos/as o a otros/as gimnastas;
- ✓ **elogiarán el esfuerzo y la participación**, en lugar de centrarse únicamente en el rendimiento y los resultados;
- ✓ **se comportarán de forma responsable** en los eventos aceptando las decisiones tomadas por el jurado, aunque no sean siempre justas, y haciendo uso de una comunicación no violenta hacia ningún/a deportista, técnico, juez o equipo;
- ✓ **harán un uso apropiado de las redes sociales** (esto incluye no publicar comentarios que puedan causar daño a gimnastas y entrenadores del CGA Pozuelo y otros clubes);
- ✓ **comunicarán con detalle cualquier cuestión de salud** e informarán al entrenador/presidenta en caso de que su hijo/a haya estado enfermo/a o siga un tratamiento médico;





- ✓ harán entrega de los **formularios de consentimiento** relacionados con la participación de mi hijo/a en los eventos deportivos de la temporada.

Los padres, madres y/o tutores tienen derecho a:

- ✓ saber que sus hijos están a salvo y protegidos de cualquier forma de abuso o maltrato;
- ✓ ser informados de cualquier sospecha que tenga que ver con sus hijos/as;
- ✓ hablar con el personal y expresar cualquier inquietud relacionada con sus hijos/as;
- ✓ que sus inquietudes sean tratadas de forma adecuada.

El incumplimiento de los códigos de conducta dará lugar a la adopción de las medidas oportunas. Estas pueden consistir en apartarle de la actividad o evento durante un período mientras se lleva a cabo una investigación, y pueden conllevar acciones disciplinarias o legales.

Este es el email de contacto para cualquier consulta o sospecha de una situación de violencia hacia un/a deportista del CGA Pozuelo:

prevencioncgap@gmail.com

En Pozuelo de Alarcón a 7 de enero de 2022

1ª Revisión y adaptación: diciembre de 2023