

La sexualidad en nuestr@s hij@s

Escuela para padres

Saltillo, Coahuila, 3 de octubre de 2014



Tu hij@ te pregunta:

Mamá, papá...

- ¿...qué es sexo?
- ¿...qué es homosexual?
- ¿...por qué esa señora tiene novia?
- ¿...de dónde vino mi hermanito/a?



**Cuando era niñ@ o joven, ¿cómo resolvía
mis dudas con respecto a la sexualidad?**



Introducción

Comprender lo que es un desarrollo sexual saludable de niñas y niños juega un papel fundamental en la **prevención del abuso** sexual, promueve un **concepto positivo** de sí mismos en ell@s, mejorando su **confianza** y **autoestima**.

Como adultos, no siempre sabemos qué esperar a medida que l@s niñ@s crecen y se desarrollan sexualmente, lo cual puede dificultar saber cuál es la diferencia entre conductas sanas y no saludables.



¿Qué es la sexualidad?

La sexualidad es mucho más que relaciones sexuales.

Son nuestros valores, actitudes, sentimientos, interacciones y conductas. La sexualidad es emocional, social, cultural y física.

Niñas y niños pueden no pensar en sexualidad de la misma manera como lo hacen las personas adultas, pero **aprenden e interpretan** mensajes relacionados con la sexualidad que moldearán sus futuras acciones y actitudes.

Ejemplo

¿Qué reacción tienen en casa cuando un niño o niña se desviste frente a otras personas?

Respuesta saludable:

Mamá o papá, le dicen: “está bien que te desnudes a la hora del baño o en tu dormitorio, pero no cuando tus primos o primas están aquí”.

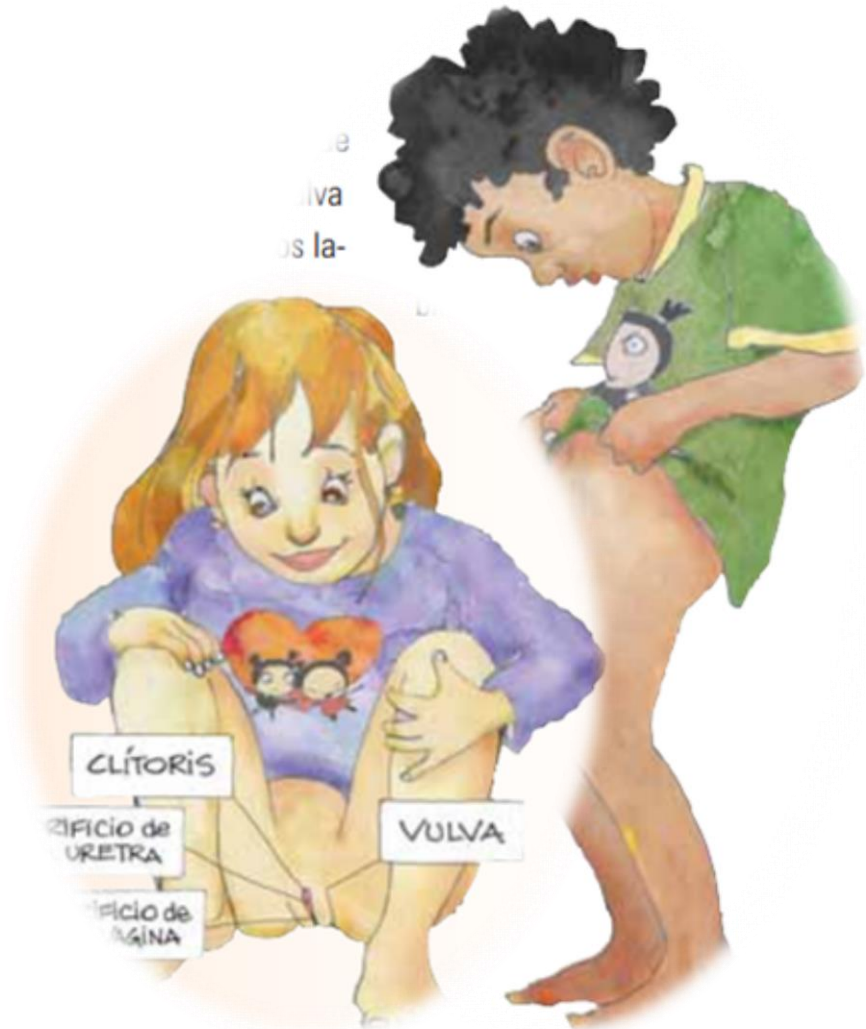
Así aprenderá que en ciertos momentos está bien desvestirse, pero no en otros.

¿Qué es la sexualidad?

El término sexualidad se sigue asociando únicamente a la dimensión erótica y genital. Sin embargo es mucho más que eso.

Abarca el sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la procreación y la orientación sexual.

Se vive y se expresa por medio de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales.



¿Qué es la sexualidad?

En la niñez se aprende de sexualidad inicialmente en la **familia**, y por esto es fundamental que haya manifestaciones de afecto e intimidad para aprender que son **comportamientos sanos que producen felicidad.**



Reflexión

**¿Cuál es el mensaje implícito que damos a
nuestr@s hij@s cuando los obligamos a abrazar o
besar a otra persona, aunque sea un familiar?**

¿Qué es la sexualidad?



Desarrollo sexual saludable en la niñez

Edad: 0 a 2 años.

Conductas comunes	Cómo alentar un desarrollo saludable
• Curiosidad respecto a su cuerpo, incluidos los genitales. • Tocar sus genitales, incluyendo masturbación, en público y en privado. • Ninguna inhibición en torno a la desnudez.	• Enseñar los nombres correctos del cuerpo, como pene y vagina. • Explicar información básica sobre las diferencias entre las anatomías masculina y femenina. • Ayudar a niñas y niños a empezar a comprender cómo interactuar respetuosamente con otras y otros de su misma edad. • Dar respuestas muy sencillas sobre el cuerpo y las funciones corporales.

Edad: 0 a 2 años.



Para tener en cuenta

Muchas familias retamos a chicos y chicas cuando los descubrimos masturbándose, porque eso fue lo que nos enseñaron. De esta manera, sin darnos cuenta, transmitimos que el placer es algo malo, impuro y peligroso, cuando en realidad es parte de nuestra intimidad y un aspecto más de nuestra sexualidad.

Niñez temprana: 3-5 años de edad

Conductas comunes	Cómo alentar un desarrollo saludable
• Masturbación ocasional. Suele ocurrir como conducta calmante y no para obtener placer sexual. Puede suceder en público o en privado. • Exploración consensual en ámbitos de juego e con niñas y/o niños de la misma edad. Podría incluir “jugar casita” o “jugar al doctor”. • Preguntas sobre la sexualidad o la reproducción, como “¿de dónde vienen los bebés?” • Curiosidad respecto a cuerpos adultos (por ejemplo, querer ir al baño con mamá o papá, tocar los senos de las mujeres, etc.). • Continua exhibiendo inhibición en torno a la desnudez. • Uso de jerga para nombrar partes del cuerpo o funciones corporales.	• Brindar información básica sobre la reproducción (por ejemplo, los y las bebés crecen en el útero de la mujer). • Motivar una comprensión básica de la privacidad y de cuándo las cosas son apropiadas e inapropiadas. • Explicar la diferencia entre caricias deseadas y no deseadas; por ejemplo, un abrazo que es bienvenido y positivo, en comparación con uno que es incómodo y no bienvenido. • Explicar los límites. Hacerles saber a niñas y niños que su cuerpo les pertenece y pueden decir ‘no’ a una caricia no deseada.

Niñez temprana: 3-5 años de edad



Niñez intermedia: 6-8 años de edad

Conductas comunes	Cómo alentar un desarrollo saludable
• Uso continuo de jerga o palabras no apropiadas, humor respecto a la baño o chistes para describir partes del cuerpo y sus funciones. • Mayor comprensión sobre los roles de género. Niñas y niños pueden actuar de maneras esperadas de su sexo a medida que aprenden conductas y normas asociadas a éste. • Juegos o actividades sexuales que exploran los cuerpos con amistades de su mismo sexo o el opuesto. • Masturbación. Algunos niños y niñas pueden tocar sus genitales para sentir placer. Esto ocurre más frecuentemente en privado que en público.	• Promover una sólida comprensión del género y de cómo niñas y niños viven su identidad de género. • Explicar los aspectos básicos de la reproducción humana, incluyendo el rol del coito (relación) vaginal. • Hablar sobre los cambios físicos que ocurrirán durante la pubertad. • Explicar que hay diferentes orientaciones sexuales tales como heterosexual, homosexual y bisexual. • Enseñar que la masturbación es algo que ocurre en privado. • Educar respecto a los derechos individuales (por ejemplo, “tu cuerpo te pertenece”) y las responsabilidades personales (tales como tratar a niñas y niños por igual) con respecto a la sexualidad.

Niñez intermedia: 6-8 años de edad



Preadolescencia: 9-12 años de edad

Conductas comunes	Cómo alentar un desarrollo saludable
• A medida que inicia la pubertad, con frecuencia se expresa una mayor necesidad de privacidad e independencia. • Interés en las relaciones interpersonales. Se puede tener interés en tener novia o novio. • Curiosidad respecto a los cuerpos adultos. El niño o la niña podría tratar de ver a personas desnudas o desvistiéndose, o buscar medios de comunicación (como televisión, películas, sitios en internet y revistas) con contenido sexual. • A medida que las normas en torno a la masturbación se hacen más claras, ésta probablemente ocurra en privado.	• Brindar a niñas y niños información continua sobre los aspectos físicos de la pubertad y los cambios en sus cuerpos. • Ayudarles a ver como normales las nuevas emociones y necesidades que pueden estar experimentando. • Proporcionarles información pertinente a su edad sobre la sexualidad, así como información básica acerca de las conductas sexuales, infecciones de transmisión sexual, etc. • Fomentar su pensamiento crítico y desarrollar sus habilidades para que puedan diferenciar entre los hechos y la ficción de las imágenes de los medios de comunicación y las representaciones sobre la sexualidad en los medios de comunicación. • Apoyarles para que comprendan que tienen tanto derechos como responsabilidades en sus amistades y relaciones.

Preadolescencia: 9-12 años de edad

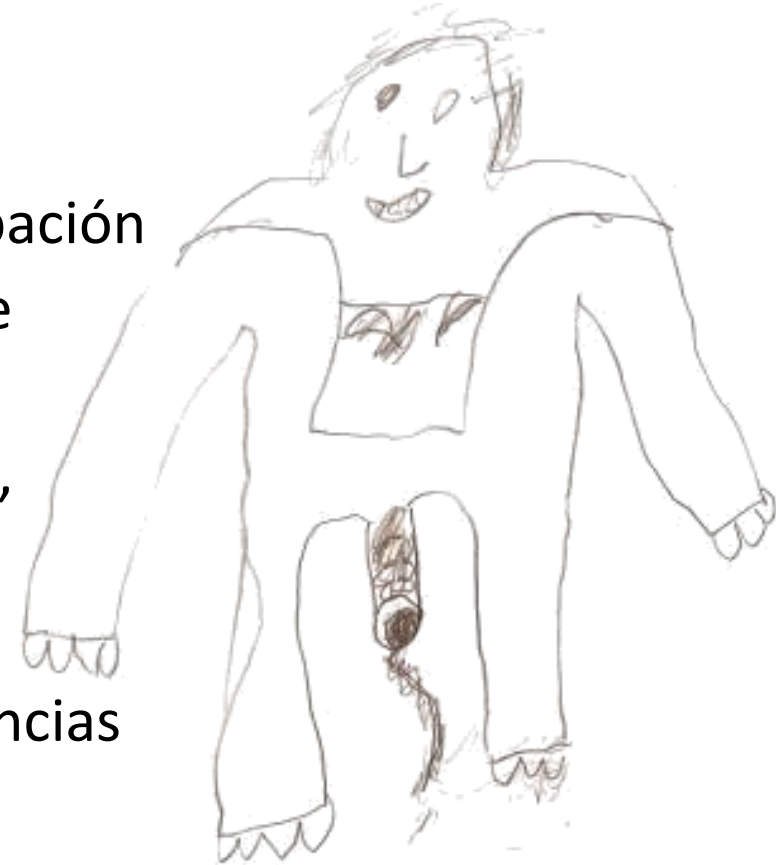


Características que deben presentarse:

- Niñas y niños actúan de manera juguetona y/o con curiosidad, **no agresivamente o con enojo**.
- Los juegos que involucran la sexualidad (por ejemplo, jugar al doctor, “muéstrame tú y te mostraré yo”) deberían darse con un niño o una niña de **edad y nivel de desarrollo similares**, no con alguien mucho mayor o menor.
- Niñas y niños **escuchan** cuando las personas adultas les piden dejar de hacer algo **o ponen límites** a conductas inapropiadas.
- La conducta no causa daños físicos o emocionales a la niña o el niño ni a otras/os.

Cuándo debo preocuparme:

- **Cambios bruscos** en el rendimiento escolar.
- Problemas con **figuras de autoridad** o excesiva sumisión frente al adulto.
- Muestra **temor y ansiedad** ante el hecho de cambiarse de ropa delante de otras personas.
- Área sexual:
 - **Conductas sexuales impropias de la edad**: masturbación compulsiva, caricias bucogenitales, conductas sexualmente seductoras, exhibe un comportamiento de seducción o "erótico" con adultos ("comportamiento pseudomaduro"), agresiones sexuales a otros niños más pequeños o iguales, conocimientos sexuales impropios de su edad, afirmaciones sexuales claras e inapropiadas, expone evidencias sexuales en sus dibujos o fantasías.



Cuándo debo preocuparme:

- **Psicosomáticos.** Trastornos del sueño y alimentación: dolor abdominal, de cabeza, respiratorios, etc., que originan intenso consumo médico sin conocer la causa.
- **Problemas emocionales.** Depresión, ansiedad, aislamiento, fantasías excesivas, conductas regresivas, falta de control emocional, fobias, labilidad afectiva, culpa o vergüenza extremas.
- **Problemas de conducta.** fugas, fracasos escolares y profesionales, violencia.
- **Problemas en el desarrollo cognitivo.** Retrasos en el habla, problemas de atención, fracaso escolar, retraimiento, etc.



Cuándo debo preocuparme:

Síntesis:

- **En edad preescolar:** somatizaciones, regresiones y sexualización de la conducta.
- **Entre los 6 y los 12 años:** baja autoestima, problemas escolares, trastornos del sueño, reacciones psicósomáticas, dolor abdominal.
- **En adolescentes:** baja autoestima, fugas de casa, depresión, embarazo, automutilaciones, agresividad y aislamiento.

Límites sanos:

- Desarrollar una comunicación positiva y abierta en torno a temas relacionados con la sexualidad.
- Infundir límites respetuosos cuando se trata de caricias y afecto. No forces a niñas o niños a que den abrazos o muestren afecto de otras maneras **si no quieren hacerlo**. Enséñales que tienen derecho a fijar límites en torno a su espacio personal y su cuerpo desde una temprana edad, así como la responsabilidad de respetar los límites de otras personas.
- Empodérales para que busquen ayuda cuando algo les hace sentir incomodidad.

Actualidad

Hoy, a los 11 o 12 años de edad, **algunos niños son sexualmente activos**, corriendo el riesgo de caer en la promiscuidad.

¿Por qué?

Entre los factores predisponentes se encuentran: las reacciones ante el sentimiento de abandono de los propios padres, la baja autoestima, la **pérdida de la privacidad** como valor, el consumo de tóxicos y la ausencia de un proyecto claro de vida.



Foto: Getty Images

Actualidad

Encuesta sobre contenido en T.V.

El 57,7% dijo haber visto contenidos inadecuados para niños tales como vocabulario grosero, escenas de sexo, violencia, trato discriminatorio y contenidos de adultos **en horario para menores**.

Se estima que 5.6 millones de usuarios de Facebook son niños que según la compañía tienen prohibido el acceso al sitio.

La sociedad también cuenta

Los valores de la actual sociedad también influyen. Según Barbela, el precoz desarrollo físico y psicológico de los jóvenes de hoy se debe también a la actual sociedad, con cambios acelerados y no controlados, que los lleva a tener comportamientos de índole sexual en disonancia con su edad.

"Los niños y jóvenes de hoy viven en una sociedad con estímulos sexuales por todos lados. Los avisos publicitarios, las películas, las revistas y los shows televisivos tienen que ver con sexo. Y la realidad es que, ante esto, quiera o no, el **cuerpo joven o no joven se excita**", sostiene la psicóloga Rebecca Peterson, con consulta privada en Sherman Oaks.

El mundo 'on line' se suma

Los "nuevos adolescentes", usuarios del mundo "on line", **tienen un concepto de intimidad totalmente diferente.**

"Ellos están habituados a encontrarse imágenes de [parejas teniendo sexo](#) y personas solas desnudas, posando en el teléfono o por internet. **Exponer su cuerpo no es paralizante** y se vuelve fácil compartirlo con otra persona", dice Balbela.

"Son más incautos, no tienen percepción del riesgo, creen en lo que se les presenta virtualmente e **ignoran que la inmediatez de las nuevas tecnologías** les hace perder el control de su intimidad sin tener tiempo para la reflexión. El acto sexual pasa a ser algo divertido que se puede hacer público y con cualquiera".

Recomendaciones:

- La EDUCACIÓN SEXUAL debe hacerse desde la familia.
- Educamos continuamente, aunque no seamos conscientes de ello. Educamos a través de nuestros pudores, caricias, silencios u opiniones.
- Una educación sexual de calidad debe dirigirse a que nuestros hij@s aprendan a conocerse, aceptarse y expresar su sexualidad de manera saludable.
- Hay que educar siempre desde lo positivo, fomentando el autoestima del niñ@.
- Trate de encontrar oportunidades de enseñar, por medio de libros, tareas, videos, etc.

Recomendaciones:

- No espere a que su hij@ pregunte. Necesita decir lo que es importante que el menor sepa. L@s niñ@s en edad escolar reconocen los temas “incómodos” para los adultos y los evitan.
- Hay que estar dispuestos a dialogar. **Escuche.**
- No vea con ojos de adulto, sino de niñ@.
- No hacer juicios de valor. Intentar comprenderlos para saber interpretar.
- **Recuerde que es normal sentirse incómod@ cuando trata estos temas con sus hij@s.**

Fuentes:

Centro Nacional de Recursos contra la Violencia Sexual (2013). *Visión general del desarrollo sexual saludable en la niñez*. Disponible en línea en: http://nsvrc.org/sites/default/files/saam_2013_vision-general-del-desarrollo-sexual-saludable-en-la-ninez.pdf

Universidad de Antioquia (2002). *La sexualidad*. Disponible en línea en: http://www.udea.edu.co/portal/page/portal/bibliotecaSedesDependencias/unidadesAcademicas/FacultadMedicina/BibliotecaDiseno/Archivos/PublicacionesMedios/BoletinPrincipioActivo/120_desarrollo_Sexual_y_de_identidad_de_genero_en_ninos_ninos_y_adolescentes.pdf