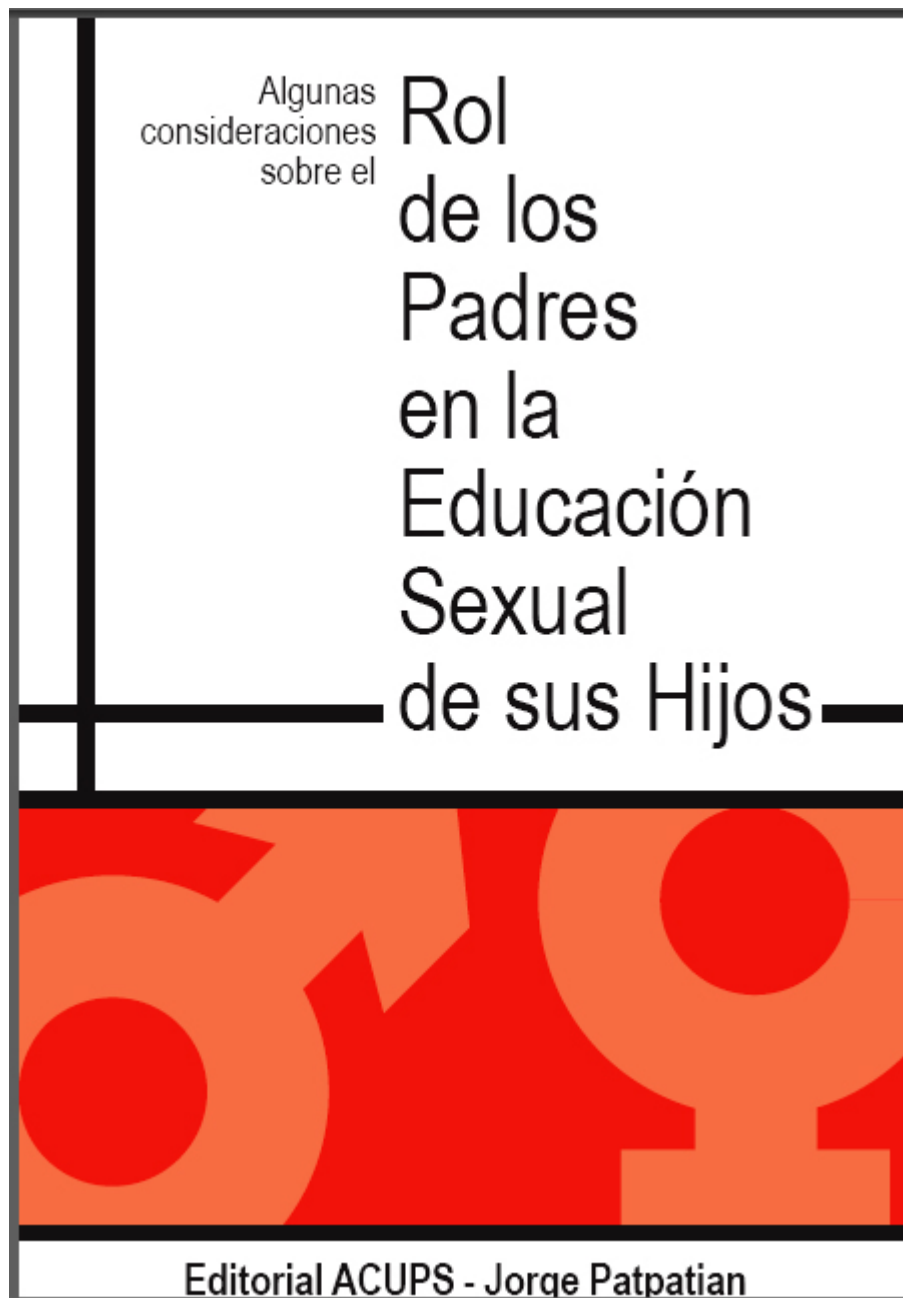


Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

Este documento llega gratuitamente por cortesía del autor, de la editorial ACUPS, Del buscador cristiano Amén –Amén y de [www.panamae.com](http://www.panamae.com) que hace hoy posible su lectura desde este documento para usted.

Dios lo Bendiga por bajar a su computador y leer este documento que será de utilidad para guiar y educar a nuestros hijos en estos tiempos difíciles en que está la humanidad.

DISFRUTE ENTONCES DE ESTA JOYA LITERARIA



## **INFORMACIÓN**

Editorial ACUPS. Setiembre 2004.

Asociación Cristiana Uruguaya de Profesionales de la Salud

Bvar. Batlle y Ordóñez 5003

Casilla de Correo 23034 Dist. 10. Montevideo – Uruguay

Tel. (598-2) 355 6830

Fax (598-2) 312 0621

e-mail: [acups@chasque.net](mailto:acups@chasque.net)

Derechos Reservados por Editorial ACUPS

D.L. 328719-04

## **PRESENTACIÓN**

La Asociación Cristiana Uruguaya de Profesionales de la Salud (ACUPS) tiene el agrado de presentar y editar esta publicación que forma parte del programa Sexualidad para la Vida que la Institución promueve.

Su autor es médico y director de ACUPS. Actualmente cursa estudios en Educación Sexual y Sexología en la Sociedad de Estudios Superiores de Sexualidad (SESSEX) y ha tenido en los últimos años una intensa actividad con la comunidad a lo largo del país brindando charlas a adolescentes, jóvenes, padres y docentes sobre temas de sexualidad y aspectos conexos.

Este trabajo aporta a los padres y adultos en general, una guía y orientación sobre actitudes, conductas y respuestas que debemos tener en cuenta para la formación sexual de nuestros menores.

Estimulamos a la reflexión de los conceptos vertidos en esta obra con la seguridad de que los mismos contribuirán al enriquecimiento del desarrollo integral de los niños y adolescentes. Esto motiva la realización y edición de esta publicación.

ÍNDICE

Introducción.....	7
2. Educación Sexual. Definición y conceptos. Rol de la familia.....	11
3. Sexualidad Infantil y Adolescente.....	15
4. Mitos de la educación sexual.....	21
5. ¿Cómo transmiten los padres los conceptos sexuales?.....	25
6. Algunas pautas para hablar de sexo con los hijos. ....	35
7. Factores de riesgo que demandan la intervención de los.....	39
. Preguntas frecuentes que hacen los niños.....	45
9. ¿Qué hacer en diferentes situaciones? .....	51
10. Masturbación.....	55
11. Abuso sexual .....	59
12. Sobre Iniciación Sexual.....	65
13. Cómo empoderar a los adolescentes a decir que no cuando aun no están preparados.....	69
14. Bibliografía Consultada.....	73

### INTRODUCCIÓN

Los temas sexuales en sus múltiples expresiones están en constante transformación. Son numerosas las evidencias que así lo permiten constatar. Por ejemplo, el auge mundial de movimientos de liberación femenina, los grupos gays y/o lesbianas que reivindican derechos, las personas que voluntariamente desean cambiar su sexo y solicitan la rectificación quirúrgica de sus órganos genitales así como de su partida de nacimiento para que se reconozca su nueva identidad sexual. Estas son algunas expresiones de un tema que está cubierto de un gran manto de inquietudes y desconcierto.

Por otro lado el advenimiento del SIDA a partir de la década de los 80 ha producido temores que han contribuido a modificar conductas. Así también, el culto a las expresiones estrictamente físicas de la sexualidad ha exagerado en forma desmedida la inclinación hacia todo lo que rodea al cuerpo y a su búsqueda placentera, limitando el enfoque sexual a lo corporal, descontextualizando el sexo de la totalidad del ser. La búsqueda de placer sexual a través de la exhibición: “mírame y no me toques” es una nueva forma de disfrutar el erotismo y de derivar la energía sexual a otras formas sutiles de placer.

Sumado a estos elementos las estadísticas denuncian el incremento de abuso sexual, violencia y prostitución particularmente en niños y adolescentes. Hoy también somos testigos del creciente número de embarazos en adolescentes, llevando a un claro aumento de madres a muy temprana edad.

El sistema familiar también ha cambiado en forma vertiginosa. En Uruguay de acuerdo a lo revelado en algunas estadísticas hay un incremento de hogares constituidos por familias mono parentales, generando otras formas y conductas de vida familiar y sexual a las que antaño no estaba acostumbrado.

Todo demuestra que la sexualidad humana es un fenómeno complejo, donde convergen una serie de consideraciones que van más allá de lo biológico. De lo que estamos seguros hoy, es de la falta de un marco de referencia. ¿Qué es lo más adecuado en materia sexual?...

La gente cada vez lo sabe menos. La sociedad contribuye a la ignorancia a través de los medios masivos de comunicación. Los medios muestran frecuentemente un tipo de sexualidad irreal y tergiversada que empaña una correcta formación y que deforma aun más conceptos y actitudes sexuales.

También existe un exceso de producción comercial de libros y revistas que pretendiendo aportar conceptos sexuales, no son más que formas enmascaradas de pornografía, que producen un daño potencial sobre el crecimiento y desarrollo sexual del menor que es imprevisible.

Para muchos menores, el grupo de amigos ha sido la forma más común de información y aprendizaje sexual, siendo la mayoría de las veces inadecuada. La novedosa incorporación de internet y su utilización como fuente de pornografía sexual es un elemento no menos preocupante.

## **Los Padres y la educación sexual de sus Hijos**

El acceso que puede tener un menor a material sexual y pornográfico explícitos de texto y fotos, se convierte en un gran tema de peligro y discusión que deberá regularse muy estrictamente.

Esta realidad transita en una población joven que la mayoría de las veces es ignorante y no bien informada del tema, con carencias de comunicación y sobre todo una gran dosis de soledad a la hora de evacuar dudas y preocupaciones.

Estas evidencias confirman la necesidad de que los padres, intervengan más activamente en la formación sexual de sus hijos. Estamos convencidos que la familia es el ámbito básico de la educación sexual y el lugar más propicio para realizar una actividad preventiva. El papel de los padres en el hogar es insustituible y de ello debemos ser muy conscientes.

¿Qué actitud tenemos que tomar los padres frente a la sexualidad de nuestros hijos? ¿Cómo hablar con ellos? ¿Qué decir como respuesta a las frecuentes preguntas e inquietudes que surgen en la vida del menor? ¿Cómo ayudarles para que en el futuro tengan los mínimos errores que los adultos a menudo tienen?. En algún momento estas son algunas de las interrogantes que aparecen y responderlas no es una tarea fácil.

Muchos temores y prejuicios se levantan como barreras para hablar de sexo con los hijos. La historia personal de los padres no siempre es satisfactoria y dificulta aún más una docencia adecuada. La repulsión, el miedo y otros sentimientos negativos afloran en algún momento. Se trata de disimular por medio de las conversaciones que salen por las tangentes. Decirle a un niño “cuando seas grande ya vas a saberlo”, ”otro día te lo voy a contar” son respuestas que en este tiempo están totalmente fuera de lugar.

Estas páginas pretenden abrir respuestas y reflexionar sobre algunas de las inquietudes que particularmente los niños tienen hasta su pubertad. No solo que contemple los aspectos anatómicos y fisiológicos de la sexualidad sino también que incluya una dimensión ética y moral basada en la libertad así como en la responsabilidad y el respeto hacia los demás.

No puedo negar mi concepción cristiana de la que vuelco muchos de los conceptos sobre la vida y la familia. Es imprescindible aclarar que este posicionamiento y valoración ética sobre el tema es el eje principal que sustenta este trabajo. Aun sostengo firmemente que la sexualidad y el matrimonio es obra del Creador y, que la pareja estable, fiel y permanente es el modelo más adecuado de convivencia familiar. Hacia este ideal es al que debemos aspirar.

Debo agradecer sinceramente a quienes han contribuido y corregido este material. En forma especial a la Lic. Juanita Vallejo Latessa y a la Psic. Graciela Gares, quienes han aportado su ayuda desde sus respectivas disciplinas. Si la presente publicación despierta la reflexión y facilita una mejor comprensión sobre el compromiso que tienen los padres y quienes trabajan con niños y adolescentes para la construcción sexual de los mismos habrá logrado con creces sus objetivos.

**Jorge Patpatian**

### Educación Sexual

#### Definición y conceptos:

La educación sexual es un proceso vinculado a la transmisión y formación de conceptos sexuales que producen a lo largo del tiempo actitudes, expresiones y conductas sexuales definidas, cuyos principales objetivos a nuestro juicio son los siguientes:

1. Estimular el desarrollo de actitudes positivas hacia sí mismo y la aceptación de la propia sexualidad. Incluye descubrir, conocer y desarrollar una imagen positiva de sí mismo.
2. Aceptación del sexo opuesto, en un plano de igualdad y respeto. Los procesos discriminatorios que la sociedad históricamente ha incorporado, particularmente a la mujer produce daño y deben ser desterrados.
3. Incorporar valores como compromiso, respeto, fidelidad y amor con el objetivo de que el vínculo entre dos personas de distinto sexo pueda ser enriquecedora, complementaria, madura, perdurable, responsable y fiel.
4. Incluir la preparación para los cambios físicos y psicológicos que pronto ocurrirán con el devenir de la pubertad. Los menores no deben sorprenderse cuando ocurra la menarca o las primeras emisiones nocturnas. Las características sexuales secundarias descolocan al menor y son fuente de incertidumbres y miedos. ¿Seré normal?, ¿Qué me está pasando?. Son preguntas que angustian. El niño debe reconocer que todos estos cambios son normales. La educación sexual debe proporcionar seguridad y contribuir positivamente en su desarrollo.
5. Advertir la existencia de abuso sexual. La información adecuada y a tiempo podrá protegerlo de situaciones nefastas a las que no está preparado. El menor debe aprender que tiene partes íntimas que le pertenecen y sobre las cuales nadie tiene derecho sino solo él.
6. Brindar educación sexual para satisfacer su natural curiosidad. La curiosidad sexual en los primeros años de vida es normal. El sexo es un tema como cualquier otro. Las actitudes negativas comienzan a surgir cuando tiene dudas y nadie sacia su necesidad de información. En suma podemos indicar que el desarrollo sexual del menor y su construcción educativa deben desembocar en el logro de su madurez. La Profesora. Dra. Irma Gentile-Ramos en su libro Puericultura y Pediatría Social menciona que “la maduración sexual no es solamente un acontecimiento orgánico ligado a cambios morfológicos y psicológicos ni a determinadas aptitudes”, “es fundamentalmente un logro afectivo y social: la aceptación de la sexualidad corporal, la interiorización de los conceptos, las actitudes y el comportamiento acordes con un “rol” sexual determinado (masculino o femenino), la capacidad de dar y producir amor, la aptitud de formar pareja con un ser de otro sexo y de la misma generación y de unirse “para la felicidad y el infortunio”, con un sentido maduro de responsabilidad individual y social y la potencial capacidad de concebir y criar hijos”. Los padres y la familia a través de su gestión educativa tienen el privilegio y la responsabilidad de contribuir con este rol.

### Rol de la familia

Diversos son los factores que intervienen en la educación sexual, pero son los padres quienes a través de su conducta, actitudes y transmisión de conceptos influyen sobre el menor, aunque no siempre de la forma más adecuada.

Los padres siempre brindamos educación sexual desde el momento que el niño nace. Nuestras acciones u omisiones, los gestos y expresiones al momento de encarar el tema, son factores que influyen y determinan nuestra intervención educativa. La valoración del sexo y el cuerpo de nuestros hijos, las actitudes que tenemos hacia sus genitales, la forma como manejamos el control de sus esfínteres, la aceptación o no de toda su persona son algunos de los múltiples factores por los cuales los padres influirán en sus conductas sexuales. Los padres tenemos derecho a no saberlo todo, pero debemos ser para nuestros hijos.

Ya veremos que las primeras impresiones de solidaridad, honradez, respeto por su vida, aceptación y estima adecuada serán bases sólidas para desarrollar buenas actitudes sexuales. Si por el contrario las primeras experiencias familiares están cargadas de maltrato, abuso, discriminación de género, violencia familiar u otras expresiones de patologías sociales y familiares, serán un caldo de cultivo para que en su vida adulta reproduzca los mismos males que ha evidenciado.

Si medimos la educación sexual en términos de resultados concluimos que aun queda mucho camino por recorrer. Los indicadores de desajuste personal y social, son el producto de factores multicausales que se agravan ante una inadecuada intervención familiar. Ejemplo de ello son enfermedades de transmisión sexual, abortos, embarazos en adolescentes, madres niñas, familias mono parentales, aumento de prostitución infantil, violencia, abuso sexual, etc. La lista es muy vasta. Esto motiva a buscar brechas que faciliten una correcta docencia con relación al tema.

Diversas ventajas sobrevienen a partir de una educación sexual que tiene una participación positiva de los padres:

1. Si un menor maneja suficiente información, no la buscará en otras fuentes como la pornografía, medios de comunicación, de sus pares, etc.
2. Hablar de sexualidad con los hijos es demostrarles que la misma es un aspecto normal de la vida humana. Esta es una forma de desmitificar la sexualidad, ella forma parte de la cotidianeidad.
3. La educación sexual está atravesando una importante crisis. La información sexual que proviene de profesionales o docentes especializados está siempre sesgada por la filosofía de quien lo imparte y es natural que puedan tener una manera de pensar distinta de la que tienen los padres. Cuando éstos imparten información sexual están transmitiendo valores que según entienden son los más apropiados para sus hijos. Nuestra intervención adecuada impide que los menores estén a merced de vientos y tendencias que los confundan.

### Sexualidad Infantil y Adolescente

A partir de las investigaciones de Freud se conoce la existencia de la sexualidad infantil como una condición humana presente aun antes del nacimiento. A partir de la concepción se suceden una serie de procesos cromosómicos, hormonales, gonadales y genitales que determinan biológicamente nuestra sexualidad. William Masters en 1980, descubrió la existencia de respuestas sexuales en el medio intrauterino con la comprobación de erecciones reflejas. En las niñas se comprobó a partir de las primeras horas de vida la existencia de erecciones clitorídeas. Desde el nacimiento se añaden los factores psicológicos, familiares y socio-culturales que sumados a los factores genéticos y hereditarios determinan las conductas sexuales del ser humano.

De las múltiples expresiones de la existencia de sexualidad infantil destacamos la preferencia que tienen los niños por el progenitor del sexo opuesto. La niña puede amar más al padre y tiene sentimientos parecidos a los celos frente a su madre. Estas preferencias constituyen importantes eventos del desarrollo infantil denominado “complejo de Electra” para la niña y “complejo de Edipo” para el varón. Habitualmente estos complejos son superados y no originan alteraciones en la conducta sexual.

El buen desarrollo de la sexualidad infantil pre genital es base y sostén de una sexualidad adulta saludable. Siguiendo los conceptos de la escuela psicoanalítica podemos señalar que la sexualidad infantil se caracteriza por ser auto erótica, es decir, no se orienta hacia otras personas, sino que se satisface en el propio cuerpo. Por lo tanto no tiene finalidad de coito. Las zonas erógenas no son necesariamente las genitales, estando éstas vinculadas con una función física importante, tales como, la alimentación, defecación y la micción. Freud ha destacado la existencia de zonas placenteras que marcan una serie de etapas diferenciales en la sexualidad infantil. A partir de las teorías psicoanalíticas se distinguen básicamente tres etapas en la evolución de la sexualidad infantil y un cuarto periodo denominado de latencia, hasta iniciar la adolescencia.

Sucintamente pasamos a describir cada una de ellas:

#### **Etapa oral (0 A 18 meses)**

Constituye la primera etapa de la vida afectiva del niño y está ligada a sus necesidades básicas, fundamentalmente la alimentación. El contacto con el mundo se realiza a través de la boca convirtiéndose ésta en centro del placer y de conocimiento. La satisfacción que produce el contacto cuerpo a cuerpo, las caricias que recibe y la seguridad del regazo materno proporcionan al menor una buena base para su evolución psicoafectiva. Allí encuentra las primeras experiencias que lo harán sentirse amado, aceptado y seguro.

Podrá sentir placer también con la introducción de otros objetos en su boca, así como su mano o dedos. Durante esta etapa el niño descubrirá también sus genitales a partir de la manipulación que de ellos realice.



## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

Durante este periodo los padres deberán tener en cuenta algunos aspectos que contribuyen a una adecuada educación sexual:

- Aceptar el sexo biológico del niño.
- Contribuir lentamente al desprendimiento de conductas orales como uso prolongado del chupete, succión del pulgar, etc.
- Valorar todo el cuerpo, inclusive sus órganos genitales.
- Utilizar un vocabulario correcto hacia los genitales.
- No censurar al niño cuando manipula su región genital.

### **Etapa anal (18 meses a 3 años)**

A partir de los 18 meses el niño comienza el control y conciencia del esfínter anal. Las sensaciones placenteras se producen por la regulación y la eliminación de las heces. El niño descubre las diferencias sexuales entre adultos y niños y adquiere en esta etapa su identidad sexual y el rol de género, es decir, el papel que juega su sexo en la sociedad.

En esta etapa es importante el aprendizaje del control de esfínteres y su manejo adecuado que requiere mucha paciencia y tranquilidad.

### **Etapa genital o fálica (3 a 5 años)**

Durante este período aumenta el descubrimiento y la exploración del propio cuerpo y se incrementa la curiosidad sexual así como las actividades masturbadoras. La escuela psicoanalítica ha insistido que esta es una etapa importante en el contexto de la sexualidad infantil ya que entra en juego la triangulación edípica que pasamos a describir.

La etapa fálica en el varón se caracteriza por una identificación con el padre y un amor del niño por su madre. En consecuencia se pone celoso de su padre a quién percibe como un rival. Esta situación en la que el niño anhela la posesión sexual exclusiva de su madre y siente antagonismo hacia el padre recibe el nombre de complejo de Edipo.

La etapa fálica en la niña se caracteriza por un debilitamiento del amor hacia su madre (su primer objeto amoroso, característico de las etapas anteriores) y una mayor preferencia hacia su padre. Ella ama a su padre y esta celosa de su madre. Este es el complejo de Electra. Este complejo es superado con la madurez y por el reconocimiento de la imposibilidad de poseer al progenitor del sexo opuesto.

Este período se caracteriza también por interrogantes relativas a las diferencias que existen en el varón y las niñas y que será necesario canalizar. La transmisión de información de los padres debe incluir el concepto de la igualdad de derechos y oportunidades de cada sexo. Aparecen en esta etapa otras manifestaciones comunes tales como, masturbación, curiosidades sexuales, exhibicionismos, juegos sexuales, etc.

### **Etapa de latencia (6 años hasta la pubertad)**

El periodo de latencia no significa que no tenga manifestaciones sexuales pero es en este período donde la ampliación de los intereses del niño, coincidiendo con el período escolar, disgrega sus manifestaciones sexuales.

Los intereses sexuales están centrados en curiosidades sobre el nacimiento de los niños, los embarazos, rol de los padres en la reproducción, etc. Los padres deben satisfacer la necesidad de conocimiento e información sobre estos temas.

El período de latencia culmina con la aparición de la menarca en la niña y las primeras eyaculaciones en el varón, dando inicio a la etapa pubertad.

En suma para el psicoanálisis la sexualidad:

- Es mucho más amplia que la genitalidad.
- Tiene una historia personal cuando llega a la pubertad, iniciándose ya desde el nacimiento o antes.
- La energía libidinal pasa por distintas zonas en diferentes momentos del desarrollo.

### **Desarrollo de la sexualidad en la adolescencia**

La adolescencia comienza con los cambios puberales que consisten en la aparición de los caracteres sexuales secundarios. Este desarrollo se inicia más temprano en la niña y un poco más tarde en el varón.

La pubertad es la etapa que da lugar al desarrollo de las características sexuales secundarias que marcan el inicio de la adolescencia, un periodo más o menos prolongado, de límites imprecisos que comienza a partir los 10-11 años y se prolonga según algunos autores hasta los 20 años. Un periodo crítico de cambios significativos a nivel corporal y psicosocial. Los rápidos cambios corporales que se producen en su organismo descolocan al adolescente, lo inquietan y angustian, sobre todo en los aspectos corporales que hacen referencia a su sexualidad. Busca respuestas pero no siempre encuentra. Su deseo de independencia y emancipación y sus cuestionamientos sobre la autoridad de sus padres hacen que la relación con ellos no siempre sea fluida y abierta, además de que los padres mismos comienzan a desconcertarse y a rechazar muchas de sus conductas y reacciones. Si la comunicación no ha sido fluida hasta entonces la tormenta podrá ser mayor.

Una actitud comprensiva, empática y tolerante por parte de los padres contribuirá para mejorar los canales de comunicación y poder intervenir positivamente en la vida del adolescente. El asincronismo de estos cambios produce una serie de problemas emocionales que habitualmente ceden en el comienzo de la edad adulta.

### Se distinguen varias etapas:

1) Aislamiento. Esta etapa comprende entre los 12 y 14 años y es aquí donde ocurren los cambios puberales más significativos que desconciertan al menor. En el aspecto social hay una tendencia en el varón a compartir con amigos de su propio sexo. La niña por el contrario tiene la tendencia de buscar el sexo opuesto. En este periodo aparecen burlas relacionadas con el sexo, lenguaje obsceno y prácticas masturbadoras.

2) Incertidumbre. Durante esta etapa comprendida entre los 14 y 15 años, el adolescente comienza a buscar figuras identificadoras fuera de las parentales. Es un tiempo de idealización, de buscar al amigo íntimo. Lo sexual se manifiesta a través de cuentos, chistes, confidencias, masturbación, entre otras.

3) Apertura a la heterosexualidad. Entre los 15 y 17 años hay una afirmación de su identidad sexual y un fuerte narcisismo. Aparecen las relaciones entre ambos sexos que son ambivalentes, con mucha intensidad pero poco comprometidas y fugaces.

4) Consolidación. Más allá de los 17 años la identidad es lograda. Comienza una mayor estabilidad emocional, con la perspectiva de un objeto amoroso único, con capacidad de dar y recibir amor. La elección de pareja puede comenzar a ser de largo plazo y definitiva.

### Mitos de la Educación Sexual

El Diccionario de Sexología del Dr. Flores Colombino define un mito sexual como un relato fabuloso con apariencia de realidad que contiene información sexual equivocada o carente de valor científico aunque sea de gran predicamento popular. Por generaciones existen estas falsas verdades. Los mitos dificultan la enseñanza de la sexualidad y multiplican la ignorancia. Veamos algunos de ellos.

**\*La educación sexual consiste en brindar información sobre anatomía y fisiología sexual.**

Esto no es totalmente cierto. La educación sexual no se limita exclusivamente a impartir información sobre aspectos anatómicos o fisiológicos de la reproducción. Este solo es una parte de la educación sexual. El aspecto formativo que se transmite a través de las actitudes de los padres comienza mucho antes que el niño formule sus interrogantes y tienen un importante papel en su formación. La información puede omitirse en el proceso educativo, pero las actitudes de los padres se transmiten siempre y dejan huellas sobre el menor.

**\*La sexualidad tiene que ver solo con el coito.**

Es un error reducir la sexualidad a lo estrictamente genital. No podemos confinarla exclusivamente a la procreación así como tampoco a su función erótica. La sexualidad es una dimensión más amplia que incluye todo nuestro ser siendo resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. Nuestra sexualidad se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos.

**\*En la actualidad los niños y los adolescentes están informados sobre sexo.**

No siempre es así. El sensacionalismo sexual que presentan los medios de comunicación vende la idea que todos conocen el tema.

Lo cierto es que muchos carecen de información que provea elementos para tener una conducta sexual apropiada. La desinformación es más pronunciada cuando los padres evitan hablar sobre el tema. El menor buscará saciar su curiosidad en fuentes no fieles. Posiblemente de sus amistades, de revistas pornográficas y en los ejemplos que observe de la TV o del ambiente que lo rodea. En esta situación el menor tiene mayor riesgo de cometer errores que podrán marcar su futuro.

**\*Estimular a un adolescente para acelerar experiencias sexuales contribuye a su madurez sexual.**

Es un error apurar a los hijos para que asuman roles y conductas sexuales activas en una edad en la que no están preparados. Aun si el menor tiene las condiciones biológicas para ejercer su genitalidad, esto no significa que tenga la madurez suficiente para hacerlo. Se debe prestar especial cuidado de las primeras relaciones sexuales, muchas de las cuales crean frustración e inseguridad y no se realizan en las mejores condiciones.

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

**\*Los encuentros sexuales constituyen siempre una experiencia gratificante.** La idea que muchos individuos tienen, particularmente los adolescentes, es que las relaciones sexuales constituyen siempre una experiencia emocional sumamente gratificante. En realidad así tendría que ser pero la experiencia demuestra que esto no siempre ocurre. En ocasiones el encuentro sexual está envuelto de una serie de circunstancias que se acompañan de frustraciones, temores, miedos, dolor, amargura, resentimientos, etc. Debemos tener en cuenta estos sentimientos y conocer aquellas conductas que pueden desembocar en consecuencias negativas. Lo que las telenovelas y otros medios nos venden, que la sexualidad es solo amor, romance, fascinación y placer es también un mito que debemos desterrar. Una relación sexual satisfactoria requiere un buen preludio, inicio y desarrollo satisfactorio, un final también gratificante, seguido de la satisfacción que produce el recuerdo. No siempre todas estas etapas se cumplen y cuando esto ocurre, el encuentro sexual no ha sido realmente una experiencia gratificante.

**\*La sexualidad es solo tema para adultos.** A partir de los aportes del psicoanálisis se sostiene que la sexualidad humana existe mucho antes de la maduración y la aparición de los caracteres sexuales secundarios. La influencia de los padres sobre la sexualidad de los hijos comienza desde el momento que se acepta el embarazo y el nuevo ser y la aceptación sea cual sea su sexo. Luego del nacimiento el aprendizaje es continuo y permanente y se funda mucho antes de comenzar la edad adulta.

**\*La curiosidad es morbosa.** Esto también es un falso concepto. El interés que un niño tiene sobre asuntos sexuales forma parte de la curiosidad normal y de su crecimiento. Esto no representa ningún signo de anormalidad. Lo que no es aconsejable para el niño es dejarle dudas o no responder sus interrogantes. Por este motivo uno de los objetivos de la educación es satisfacer su normal curiosidad.

**\*Hablar de sexo con los menores estimula la actividad sexual y aumenta la promiscuidad.** En realidad es lo contrario. Está demostrado que la falta de una educación adecuada es una de las causas por las que muchos tienen un mal manejo de su sexualidad, lo que frecuentemente se traduce por disfunciones sexuales, embarazos precoces, abortos, enfermedades de transmisión sexual, etc. El desconocimiento sobre sexualidad y reproducción, sumado a conceptos populares falsos, estimulados por los medios masivos y agravados por modelos negativos, traen como consecuencia que las primeras exploraciones sexuales sean inesperadas, irresponsables y negativas. Diversos estudios han demostrado que los adolescentes bien informados tienen mayor habilidad de postergar las actividades sexuales y comportarse con mayor responsabilidad. Cuanta más información maneje un niño y adolescente sobre temas sexuales proveniente de su hogar, menos la buscará en otras fuentes, y probablemente el inicio de su vida sexual se postergue para ser realizado en condiciones más seguras y responsables.

**\*Se debe aprender de la experiencia.** La experiencia no siempre es el mejor camino para aprender sobre sexo. Por el contrario, una experiencia negativa que ocurre inesperada y precozmente suele falsear el conocimiento y dar una idea equivocada sobre lo que es la sexualidad dejando huellas que marcarán su conducta futura.

## ¿Cómo transmiten los Padres los Conceptos Sexuales?

Los padres siempre comunican conceptos sobre sexualidad a sus hijos y básicamente ésta transmisión depende de cuatro variables:

### 1) Depende de cómo sienten y experimentan su propia sexualidad.

Los sentimientos y emociones que tengan los padres sobre el sexo son determinantes. Una actitud positiva hacia el sexo redundará en beneficio para el menor. Por el contrario los sentimientos de fracaso, prejuicios, tabúes, miedos, culpas, etc., afectan la función educativa dejando también huellas en los hijos.

### 2) El niño recibe formación de acuerdo al modelo que percibe de sus padres.

Aun aquellos que no hablan sobre temas sexuales con sus hijos, imparten educación sexual. El modelo que el niño percibe diariamente, las actitudes de los padres hacia sus propios cuerpos, los roles que cada uno de ellos cumple, la relación afectiva y sus manifestaciones, son el principal modelo que consciente o inconscientemente seguirán o rechazarán los hijos en el futuro.

Todos estos aspectos se inician mucho antes de que los padres brinden información verbal. Este modelo que se transmite nutre diariamente su vida. Esto es lo que “respira en el ambiente familiar” y es la base sobre la cual, los demás elementos de socialización (escuela, amigos, medios de comunicación social) intervienen y producen sus efectos.

### 3) Los padres transmiten a través de sus actitudes y gestos.

La actitud que tienen los padres a la hora de brindar información es primordial. La comunicación no verbal que acompaña lo expresado en palabras trasluce aprobación o rechazo y otorgan determinados valores a la información.

La motivación, el tono de voz, el contacto visual, ya sea directo, evasivo, etc.; la postura relajada o tensionada; los silencios, omisiones o indiferencia; así como el miedo o el nerviosismo frente a las inquietudes y preguntas, son elementos fundamentales.

### 4) Transmisión de conceptos que dependen de la comunicación verbal.

Los elementos verbales y la forma de expresarnos que acompañan nuestros sentimientos, gestos y actitudes son factores determinantes. Las palabras que están impregnadas de honestidad, apertura al diálogo cuando hay inquietudes, coherencia entre lo que se hace y lo que se dice, confianza, respeto, seriedad, la naturalidad con que encaramos el tema son también factores que influyen en la transmisión de conceptos sexuales.

Entre los elementos negativos que debemos evitar, destacamos por ejemplo: ignorancia simulada, indiferencia, ridiculez, jactancia cuando hace preguntas sobre el tema, o repudio o intimidación, entre otros. Seguidamente ahondaremos con más detalles algunas actitudes positivas y otras negativas por parte de los padres.

### Actitudes Positivas de los Padres

#### 1. Modelo conyugal

La relación de pareja y lo que el niño percibe de ella es el ejemplo más importante que seguirá. Las características personales del padre del mismo sexo, la forma de vincularse con su cónyuge, el manejo y cumplimiento de sus roles, entre otros factores, son las bases que marcarán la conducta sexual del menor. El niño imitará o rechazará lo que él vea de esta relación y del ejemplo que haya percibido de cada uno de ellos.

La relación de la pareja, el amor, el respeto mutuo, la tolerancia, condiciona la conducta de los hijos en el futuro. Un niño que ha visto y experimentado el amor de los padres entre sí y hacia él, tendrá un camino llano y seguro para creer y experimentar el amor que otros puedan tener por él en la vida adulta.

La presencia de conflictos familiares que no se pudieran resolver o manejar en forma adecuada, actuarán como elementos negativos y tendrán la marca de lo que no se desea para la vida. La falta de confianza y seguridad de que a él podría ocurrirle lo mismo será una realidad latente. Todo esto condiciona la elección y la convivencia en su vida de pareja, sus prácticas sexuales y la relación que él tendrá con sus hijos en los siguientes años, porque estará marcado por el sello que ha recibido.

Cada niño reacciona de manera distinta cuando los vínculos afectivos de la pareja no son las mejores y no podemos generalizar porque esta reacción dependerá de otros múltiples factores. Entre ellos, el momento evolutivo donde el conflicto aparece, de la posibilidad de afecto que el niño observa a través de otras personas, etc. Ante esta situación siempre debemos evitar críticas y juicios de pareja delante de los hijos. Esto menoscaba la imagen de los padres y es perjudicial para el menor.

Una familia estable que tiene adecuados vínculos afectivos, cuyos miembros se valoran garantiza el desarrollo de un niño y adolescente más sano, libre y sexualmente responsable.

#### 2. Buena comunicación padres-hijos

A no menos que exista una buena relación padres-hijos y diálogo adecuado, será difícil encarar el tema en forma satisfactoria. Diversas situaciones impiden una comunicación abierta intergeneracional. Un estudio realizado a estudiantes de secundaria en Perú indicó que sobre diez mil alumnos entrevistados con la pregunta: ¿A quién acudes cuando tienes un problema serio?, el 37% de los adolescentes entre 11 y 15 años dice no acudir a nadie. Esta investigación revela la gran soledad que sufren los menores. Muchos de los menores que consultan no lo hacen con sus padres cuando tienen dificultades. Por esta razón es necesario enfatizar la importancia de tener una mayor comunicación familiar. Esto no se adquiere de un día al otro. Cuesta mucho trabajo crear y mantener buenos canales de comunicación familiar. Es un proceso complejo que requiere esfuerzo.

**Los especialistas indican algunas pautas para mejorar la comunicación familiar: entre las que se destacan:**

- a)- Las reglas que los padres imponen sin una correcta relación pueden derivar en rebelión de los hijos. Antes de dar reglas es necesario una buena relación.
- b)- Compartir tiempo y espacio con ellos.
- c)- Escuchar en forma adecuada, atendiendo sus emociones y sentimientos.
- d)- Dar confianza. Tener por norma de relación que el niño es inocente. Hasta que se demuestra lo contrario, no es culpable.
- e)- Cuando se necesite corregir, hacerlo en privado. La crítica pública humilla y daña la comunicación ulterior.
- f)- Ser consecuente pero flexible y aprender a ceder en determinadas circunstancias.

**3. Amor incondicional**

El amor incondicional de los padres hacia los hijos es fundamental en fomentar bases sólidas para su autoestima y salud emocional. Esto significa aceptarlo por lo que es y no por lo que tiene o hace. El niño no debe ganarse el amor de los padres, debe ser tácito, por derecho de ser hijo. Si un niño presenta carencias afectivas precoces tendrá un terreno propicio para cultivar enfermedades mentales y patologías sexuales. Se describen cuadros psiquiátricos graves como depresión y esquizofrenia, en estas situaciones. Carencias afectivas que se desarrollan más tardíamente, ya sean por disgregación familiar, ruptura, abandono o deserción de uno de los padres, entre otras múltiples situaciones, tienen su expresión en trastornos en la esfera afectiva con inmadurez para establecer vínculos sociales estables, satisfactorios y duraderos.

La ausencia de afecto y amor incondicional, sumada a la percepción que él es un estorbo para los padres puede crear serias frustraciones con riesgo de desembocar en trastornos emocionales y sexuales en el futuro.

**4. Fomentar su autoestima**

La autoestima es el valor y la aceptación adecuada de sí mismo. Según tenga ésta capacidad podrá valorar y aceptar a los demás. Quien se siente amado y valorado desde los primeros años de su vida, experimenta la sensación de aprecio y adquiere una saludable sensación de importancia y valía personal. Todo esto contribuye para que en el futuro, tenga la sensación y la seguridad de que otros lo amarán a él. Cuando hay una baja autoestima, aparecen sentimientos de rechazo cuyas manifestaciones se hacen ostensibles en múltiples áreas de su vida, entre ellas la sexual.



La ausencia de manifestaciones positivas por parte de la familia hacia el menor, pueden traducirse tarde o temprano en trastornos de conducta o en desconexiones afectivas. La pérdida de confianza en sí mismo también es un factor de riesgo para buscar sustitutos como el alcohol y la droga con la ilusión de encontrar un sentido y seguridad que su familia no ha podido brindar. La autoestima adecuada en un menor es una vacuna que inmuniza y que otorga anticuerpos frente a estas situaciones.

### **5. Contacto físico adecuado**

El amor incondicional y una buena comunicación se expresan a través de un adecuado contacto físico. Necesitamos expresar afectos a través de abrazos, caricias y besos. El menor necesita ser abrazado y acariciado por los padres. Esto no constituye en seres responsables y con adecuadas intenciones ninguna forma de abuso sexual. Es más, la comunicación y la transmisión de afectos a través del contacto adecuado estimula la confianza y la autoestima y es una base adecuada para su futuro rol sexual.

### **6. Aceptar el sexo biológico del niño**

El niño debe ser aceptado cualquiera fuere su sexo y debe ser tratado y educado con los roles culturales de su género. Cambiar esta norma, es confundir al niño. También debemos tener en cuenta una diferenciación al elegir su nombre. Es mejor no dar lugar a confusiones.

### **7. Aceptar todo el cuerpo como algo natural**

Con especial referencia aludimos a los órganos y funciones sexuales. Cuando un padre tiene la convicción de que hay partes del cuerpo que son malas, sucias y ocultas, y distintas al resto, es un falso concepto que no contribuye a una educación sexual adecuada. Las actitudes correctas que un menor tenga de su propio cuerpo y de todos sus órganos, dependerán de lo que los padres hayan transmitido a través de sus miradas, actitudes, respuestas y explicaciones recibidas. El cuerpo humano no tiene partes buenas y malas, limpias ni sucias. Una aceptación adecuada de todo el cuerpo y del ser es una base firme para transmitir conceptos sexuales positivos.

### **8. Transmitir valores y no solamente información biológica**

Hay conceptos que los padres deben transmitir acerca de lo que se espera del hombre y de la mujer. Una actitud positiva en la educación sexual que los padres construyen pasa por la transmisión de valores que trasciende lo anatómico o fisiológico. El niño necesita orientación y límites. Los padres debemos compartir valores morales que respondan en forma positiva y contrarresten la crisis sexual que vive nuestra sociedad.

### **Actitudes Negativas de los Padres**

#### **Reprimir y no hablar del tema**

Propiciar silencio es una situación tan común como dañina. Algunos especialistas refieren que esta actitud confunde a los niños acerca de sus inquietudes sobre sexualidad. El niño tiene la sensación de que sus interrogantes no pueden ser satisfechas por lo que lo sexual se transforma en un tema tabú y vergonzante.

Frecuentemente esto es producto de que los padres se sienten inseguros cuando se trata de dar a los niños información sobre sexo. Los padres justifican esta actitud y señalan que no han hablado del tema porque el niño no se los ha preguntado. En realidad es una contradicción a la buena educación sexual ya que en otras funciones humanas los padres tendemos a tomar la iniciativa. El niño se percata de ello cuando alguna vez ha intentado satisfacer sus inquietudes y han aparecido respuestas, tales como: “eso no se pregunta, son cosas de grandes”, “en otro momento te lo diré”. Estadísticamente está comprobado que la mayoría de los niños ha recibido mayor información sobre sexualidad fuera de su hogar que de sus propios padres.

#### **Actuar con falsedad e incoherencia**

Es una actitud que los padres debemos evitar. El niño tarde o temprano se dará cuenta de la manera que actuamos y sabrá la verdad de que ha sido engañado por aquellos de quienes confiaba y esperaba más sinceridad.

#### **Adelantarse a su madurez sexual**

Algunos padres se adelantan a la sexualidad de sus hijos. Todos hemos sido testigos de adultos ansiosos por el comportamiento sexual de sus hijos y que consideran que ya les ha llegado la hora de hacerse hombres o mujeres. Llevarlos al prostíbulo o adelantarse para estimularlos a comprar anticonceptivos no debe formar parte del repertorio de la educación sexual.

#### **Inseguridad y temores acerca del comportamiento sexual futuro de los hijos**

Muchos padres temen sobre el comportamiento sexual de sus hijos en el futuro. La mayoría de las veces sin ningún fundamento, pero los temores repercuten en las reacciones y actitudes de los padres hacia los hijos.

#### **Reírse y festejar sobre actividades relacionadas con la sexualidad**

Los padres deben cuidarse de no utilizar los comportamientos y actitudes sobre asuntos sexuales como si los tales fueran trofeos para sus hijos y/o para ellos. La contrapartida de ridiculizar o rebajar al niño frente a sus actitudes también es perjudicial.

### **Mantener otros conceptos falsos sobre sexualidad**

La mayoría de las personas abrazan mitos falsos referentes al sexo. Varios de ellos han sido ya citados. Debemos revisar constantemente nuestros conceptos y consultar ante dudas que surjan, para no perpetuarlos en nuestros hijos.

### **Factores de riesgo familiar**

Existen situaciones familiares que pueden interferir el desarrollo adecuado de la sexualidad en el menor. Citemos algunos ejemplos:

- Los conflictos en la pareja que se expresan por descalificación hacia la imagen del otro progenitor, o cuando estos son manipulados por uno de ellos con o sin negación del contacto con el otro.
- Familias con historia de prostitución, alcoholismo, drogadicción.
- Mala relación padres-hijos, fundamentalmente con el padre del sexo opuesto.
- La sobreprotección que no permite el crecimiento y desarrollo madurativo de los hijos implica una situación de riesgo que dificulta una vivencia y un aprendizaje armónico de su sexualidad.
- Absentismo de uno de los padres. Las familias uniparentales con hijos en edades tempranas que falta una figura de identificación sin otros modelos cercanos adecuados, es un factor de riesgo en la identificación sexual. En el caso de progenitores fallecidos la identificación sexual puede completarse sanamente cuando el padre o madre fallecido queda integrado al imaginario familiar (tu padre era muy trabajador, a tu padre le gustaba la lectura) y el hijo/a hará su identificación con ese ser ahora ausente.
- Hijos no deseados. Esta condición es factor de riesgo porque implica rechazo.
- Hijos que son el producto de uniones frágiles, efímeras.
- Cohabitación de la madre con sucesivos compañeros que deja como consecuencia un embarazo por un simple intercambio sexual.
- Niños nacidos con enfermedades perinatales que por circunstancias patológicas tuvieron que ser alejados con separaciones muy prolongadas de los padres dificultando el apego.
- Inmadurez en los padres, que no asumen adecuadamente su rol parental. La relación padres-hijos que se caracteriza por la rigidez, inflexibilidad, con uso excesivo de castigos físicos.

## Factores de riesgo socioculturales

### Machismo

Nuestra sociedad está impregnada de conceptos machistas. El mito que propone la superioridad masculina está arraigado en nuestra sangre, deformando los conceptos sexuales. Los medios de comunicación y la publicidad que la acompaña basan con frecuencia sus mensajes en este concepto.

Históricamente el machismo ha perjudicado nuestra sociedad y sobre todo a la mujer que ha sido víctima de todo tipo de atropellos y sus derechos sexuales no han sido considerados.

Cuando los padres perpetúan actitudes machistas en el hogar se sobredimensiona el problema; seguramente en su futuro el niño repetirá lo que ha visto.

### Sobredimensión de la maternidad

Las expresiones tales como ¡¡madre hay una sola!! Pueden impresionar y sobre valorar a la mujer pero no es necesario hacerlo al precio de minimizar la paternidad ya que no favorece la formación de adecuados conceptos. La mujer debe cuidar esta actitud frente a sus hijos y valorar el rol de la paternidad.

**“Como no hay escuela para padres, muchos de ellos han aprendido de lo que han visto en los de ellos. Por lo general los pecados de los padres son transferidos a los hijos y estos a sus siguientes hijos, causando traumas, y hasta heridas físicas sin querer hacerlos. Por lo que se recomienda en estos casos: Orar y buscar ayuda idónea para mejorar las relaciones entre padres primero, luego entre padres e hijos y así lograr que el abismo de incomprensión crezca y pueda dañar más de lo que beneficie tanto a la pareja como a sus progenitores. Por lo tanto recomendamos que además de orar, buscar la dirección de Dios, que exista una real y efectiva comunicación entre las parejas, sus familias y en entorno que lo rodea. Esto hace del hogar un magnetismo cerrado en contra de influencias externas que puedan manifestarse por envidia en algunos casos, por incapacidad en otros, pero los más comunes provienen de la propia familia de las parejas por lo que deben evitar comentar sus problemas entre estas y resolverlos en el interior de su hogar. Nadie conoce mejor los problemas que uno mismo, por lo que es útil resolverlo hablando y hablando. Esto es comunicación íntima entre la pareja y así se consolida mejor la familia, primera institución con propósito formada por Dios sobre la tierra” Juan Quintero (un divorciado doble- Si quieres conocer más al respecto, te invito a leer el libro gratis: Hay esperanza después de un divorcio y apocalipsis. Ambos lo puedes leer en [www.panamae.com](http://www.panamae.com) )**

### **Algunas Pautas para hablar de Sexo con los Hijos**

¿Cómo contestar sus preguntas? Responder sus inquietudes no es tarea fácil. El desconocimiento y el temor rodean a los padres menoscabando las posibilidades de un diálogo adecuado. Estas resistencias deben ser superadas y requieren reflexión y esfuerzo a la hora de encarar los temas sexuales con los niños. Describimos algunas sugerencias y recomendaciones que pueden ser útiles:

#### **Encarar el tema con naturalidad**

Un ambiente sereno y abierto que canalice el tema con naturalidad y confianza, sin tabúes y prejuicios es la situación ideal. Es necesario recalcar que para los niños los temas sexuales son como cualquier otro. Cuando ellos preguntan por curiosidad sobre alguna inquietud, lo hacen con total naturalidad. Para los padres debiera ser lo mismo. En principio el niño no tiene la carga emocional que arrastran los adultos cuando se hablan estos temas.

Por este motivo los padres debemos aprender a hablar de sexo con nuestros hijos. El silencio, las explicaciones oscuras, la evasión, hacen creer al niño que ha tocado un tema del cual le hubiera sido mejor haberse callado. Sus dudas e interrogantes seguirán pero no será fácil comunicarlas cuando percibe que no tiene un terreno familiar propicio.

También debemos preguntarnos: ¿Cuándo debemos comenzar a abordarlo? El mejor momento para iniciar el tema es cuando el niño demuestra interés y cuando inicia el diálogo sobre alguna inquietud. También nosotros los padres podemos conducir una conversación en situaciones especiales, como por ejemplo, la presencia de un nuevo embarazo en la madre o en algún integrante de la familia o amigos cercanos. La Prof. Irma Gentile-Ramos en su libro Puericultora y Pediatría Social señala lo sorprendente que es la naturalidad con que los niños aceptan las explicaciones cuando también las respuestas a sus preguntas son explicadas en forma clara y sin sentido de culpa.

#### **Hablemos sin complicaciones**

Es conveniente responder a sus inquietudes sin complicaciones. Contar historias imaginarias de semillas y jardineros, el cuento de la cigüeña o responder que los bebés vienen de París o que se encargan y adquieren desde un supermercado si bien eran respuestas de antaño, hoy sabemos que no constituyen una adecuada docencia. Esto conduce a una información no solo errónea sino nociva a largo plazo porque estamos perdiendo la confianza.

Es más recomendable hablar abiertamente, sin rodeos ni complicaciones.

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

**Siempre la verdad** Debemos tener franqueza cuando hablamos de sexualidad. No debemos mentir ni engañar, Las mentiras pueden llegar a producir desconfianza e inseguridad sobre el tema y lo que es peor hacia los mismos padres. Igualmente el menor buscará las respuestas, pero en otra parte y no siempre serán las más adecuadas y beneficiosas para su formación. Las verdades a medias dichas a sus oídos sumados a los recursos de su imaginación no son herramientas adecuadas para su formación.

**Usar terminologías correctas** Cuando hablamos de sexualidad, debemos usar la terminología adecuada. Esto significa que debemos llamar las cosas por su nombre. Un vocabulario correcto demuestra naturalidad y otorga sensación de seguridad al niño que nos está escuchando. El uso de palabras y terminologías que sustituyen los nombres correctos se ha hecho una costumbre muy popular y esta costumbre, lejos de ser productiva conduce a imaginaciones erróneas, produciendo inseguridad y confusión. Particularmente, para las niñas es peor aun no dar nombres a sus órganos femeninos. Citar la vulva como “la cosa” y no asignarle una nominación es perjudicial, ya que en el esquema corporal, el órgano femenino es interno, escondido y secreto y es muy importante para toda niña su identificación.

**Responder sus inquietudes y no adelantarse a su posibilidad de comprensión** La información sexual que impartimos debe ser limitada a sus inquietudes y preguntas. No debemos ir más allá, pero tampoco quedarnos cortos. Debemos atender sus inquietudes y preguntas. Es saludable mantener su capacidad natural de preguntar y explorar aquello que le intriga e inquieta. Para esto, es necesario responder de acuerdo a su madurez satisfaciendo su necesidad de conocimiento. Cuando reconocemos que el niño queda conforme puede ser una señal que respondimos en forma adecuada.

**Respuestas breves** Las explicaciones muy extensas tienden a confundir a los niños. Es adecuado dar respuestas concisas y dejar el espacio y el ambiente para que el menor se sienta libre para seguir preguntando de acuerdo a su interés.

**Volver hablar del tema** Hablar de temas sexuales es importante pero no debemos olvidar la necesidad de retomar la conversación al cabo de un lapso de tiempo. ¿Cómo procesó la información? ¿Entendió lo que le explicamos o generó durante ese lapso nuevas interrogantes? Los chicos pudieron haber cambiado, las conversaciones con sus compañeros pueden producir nuevas inquietudes. Sus propias fantasías pueden generar nuevas dudas y preocupaciones que serán necesarias evaluar y disipar. Es apropiado preguntarle al chico qué otra cosa quiere saber y que nos cuente cómo se imagina las situaciones que le están preocupando.

Estas son algunas de las actitudes que pueden ser útiles cuando deseamos encarar en forma adecuada nuestro rol y compromiso educativo. Cada padre puede buscar o crear otras estrategias.

En suma, una respuesta clara, sincera, honesta y natural, coherente a las interrogantes e inquietudes del menor, teniendo la capacidad de volver al tema cuando sea necesario, darán los mejores resultados y beneficios para el crecimiento y desarrollo de sus conceptos sexuales.

## Otros Factores de Riesgo que demandan la Intervención de los Padres

### Sexualidad y TV

Estamos saturados con programas de TV que contienen una carga erótica no pertinente. Viendo el erotismo como una faceta de la expresión de nuestra sexualidad y que puede tener su lugar legítimo en el ámbito privado, extrapolado al ámbito público y a relaciones de cualquier naturaleza resulta una distorsión al ideal para el cual mejor puede ser utilizado que es nutrir y recrear el vínculo de la pareja estable.

La pantalla chica imparte una imagen distorsionada de la realidad. Un saber temprano que no es el más adecuado. Así como la represión sexual crea frustraciones y conductas sexuales inapropiadas, la exageración de imágenes sexuales impulsada por los medios brinda una información sexual que deforma. ¿Cuáles son algunas de las tendencias sexuales que la TV señala y exagera?

1) En el lapso de un año un menor que mira habitualmente la TV, puede llegar a observar más de diez mil relaciones sexuales simuladas o reales. Estos encuentros sexuales son en más del 90 % extramatrimoniales, irresponsables, frecuentemente con personas desconocidas, sin ninguna protección y cuyos protagonistas tienen múltiples y variadas parejas. Esto demuestra que la TV promueve la promiscuidad. Este lastre de conceptos se exageran en el menor por ser realizados por personajes profesionales cargados de hermosura, elegancia y omnipotencia.

2) A través de la publicidad, la TV muestra frecuentemente una imagen distorsionada de la mujer. La reduce a un objeto sexual atractivo y descartable.

3) El discurso televisado presenta mensajes contradictorios con respecto a la homosexualidad. Por un lado promueve y exalta las conductas homosexuales no solo como alternativa de vida sexual, sino con frecuencia también como preferible. Pero por otro lado y en forma lamentable, también la TV transmite mensajes que discrimina, menoscaba y degrada a niveles muy bajos a la persona homosexual.

4) La TV vende la idea que existen mecanismos para aumentar el vigor y la atracción sexual. Tal es el caso de la publicidad de ciertos medicamentos, bebidas alcohólicas y tabaco, que siendo mentiras se dan por cierto en la mentalidad infantil.

5) La TV dice muy poco sobre las consecuencias que produce la conducta sexual que promueve. ¿Qué dice acerca de las enfermedades de transmisión sexual que produce la promiscuidad sexual?. ¿Qué enseña de los embarazos precoces e inesperados que cada día más aparece en los adolescentes?, que por supuesto no es responsabilidad de los medios, pero sí de la conducta sexual que promueve. La situación se agrava cuando reconocemos que el niño no tiene aún una maduración sexual desarrollada y se expone a escenas y situaciones en forma prematura, sin tener una adecuada capacidad crítica y reflexiva ante los medios. Con excepción de programas referidos a la naturaleza o de tipo científico como los similares a los de Cousteau, que son formativos para la educación sexual del menor, afirmamos que globalmente la TV es nociva y deforma los conceptos sexuales en los niños y adolescentes.

6) La TV muestra personajes que otorgan una desmedida preocupación por todo lo que sea estético y corporal reemplazando el ser, por el tener o parecer. Esto afecta la atracción entre los sexos. El énfasis en lo corporal lleva a la obsesión de la estética, dejando de lado aspectos emocionales, intelectuales y éticos que la pantalla chica no promociona. Por ende la frivolidad y el hedonismo invaden el pensamiento adolescente promocionando actitudes categóricamente perjudiciales para la sexualidad y la conducta humana.

Sea útil esta reflexión para marcar una vez más la urgencia que los padres tenemos en responder a estas nuevas realidades con una participación más comprometida, madura y responsable frente a la pantalla chica y a lo que se observa en ella.

### **Internet y Sexualidad**

El fácil acceso a imágenes y literatura sexual que se cuenta a través de Internet son en su mayoría de bajo valor científico y alto poder pornográfico. El acceso a grupos de discusión sobre temas sexuales, el contacto con personas desconocidas por chat, el material sexual en CD que ofrece distintas opciones individuales o con parejas que aparecen en la pantalla y que con el mouse puede hacer un clic en algún lugar del cuerpo y satisfacer todo tipo de curiosidad, se constituye en una ventana sin límites. Los niños y adolescentes están expuestos en forma permanente y sus consecuencias son imprevisibles. Esto constituye un caldo de cultivo para la adicción a la pornografía.

### **Algunas recomendaciones**

1. Reconocer el tiempo de inversión que los niños y adolescentes dedican en Internet y discutirlo con ellos. Para esto es conveniente, si fuera posible, que el estado de cuenta de gastos telefónicos que origina el uso de Internet en los niños, venga aparte del resto de los integrantes de la familia que lo utilizan.
2. Si encontramos a nuestros hijos con imágenes que pueden ser inadecuados, busquemos esta oportunidad para conversar sobre el tema.
3. Es recomendable no tener acceso a los programas “chat” e instalar un programa con filtro que impida el acceso a páginas pornográficas.
4. Mantener la computadora en un área pública del hogar y no en el dormitorio de los menores.
5. Es necesario indicar a los niños que no den información personal: nombre, dirección, número de teléfono, tarjeta de crédito de algún familiar, ni otros datos que alguien se los solicite por computadora. etc.
6. Estimular a que hable de lo que ve o lee en Internet y discutirlo juntos.
7. No alentar la práctica de “surfear” durante períodos prolongados por Internet sin objetivos claros y sin supervisión.



Es asombroso el enorme salto tecnológico que ha significado Internet. No obstante los peligros son reales. Todo depende del uso que los menores tengan de este instrumento.

### **Música y Sexualidad**

A lo largo de la historia la música siempre ha sido expresión de la cultura y de los sentimientos de los pueblos y su gente. No cabe duda que es una forma de comunicación importante y fuente de aprendizaje de modelos y comportamientos humanos. Cuando analizamos la música que escuchan nuestros niños y adolescentes y, fundamentalmente su contenido, comprobamos un lamentable deterioro en los temas musicales principalmente, aunque no en forma exclusiva, en la música rock. Algunos de estos temas son perjudiciales para el crecimiento y desarrollo del menor y deforman su educación, por ejemplo:

- La promoción del uso de drogas y alcohol.
- Los temas relacionados con el suicidio presentado como una posible salida a los problemas de la vida.
- Los asuntos que tienen que ver con ocultismo, canciones relacionadas con poderes satánicos y sacrificios humanos que se representan en sus conciertos.
- En lo que se refiere a los temas sexuales y sus aspectos conexos, son también argumentos habituales.

La sexualidad para nada está ajena al tipo de música que generalmente más atrae. Es lamentable que se exalten asuntos sexuales negativos: el sadismo y masoquismo, el incesto, el menosprecio de la mujer, la superficialidad en las relaciones y los vínculos. Por el contrario, los afectos, el amor maduro, adulto, responsable y comprometido que genera realmente satisfacción para nada está presente.

Con frecuencia se citan partes del cuerpo en forma totalmente despectiva. Las cosas no se llaman por su nombre por el contrario abundan las groserías cargadas de expresiones agresivas, violentas y fuera de lugar. Muy poca música se escucha en la cual se promueva el respeto, el compromiso y el amor maduro. ¿Cuál es el resultado? Qué otra cosa sino más deformación, superficialidad y deshumanización de la sexualidad a un contexto puramente pasajero, efímero que se viste de placentero pero que nada de esto tiene a largo plazo, promoviendo la falta de valorización del cuerpo, la falta de compromiso y la inestabilidad en las relaciones.

Estos motivos son más que suficientes para que los padres tengan una activa participación en los intereses musicales de sus menores.

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

### Algunas recomendaciones podemos citar:

- Debemos prestar atención a los deseos musicales, lo que quiere que se le compre, lo que escucha y lo que ve.
- Es importante conversar con ellos sobre sus gustos y preferencias musicales.
- No criticar, sino interpretar su música desde su punto de vista, con una actitud abierta y comprensiva, manteniendo fluida la comunicación que en estos temas muy fácil puede perderse y producir distanciamientos.
- Promover una actitud reflexiva y crítica con respecto a la música y fundamentalmente a la letra y al contenido.
- Ayudarles a identificar las tendencias destructivas en los temas musicales.
- Conocer la vida privada de quienes son los autores y protagonistas de esta música puede ayudarles a no dejarse engañar.

Si un niño o adolescente demuestra tener una preocupación desmedida con música de contenido destructivo y tiene cambios en su comportamiento, como aislamiento, depresión y/o uso de sustancias adictivas como alcohol y drogas se debe hacer una evaluación profesional.

### Preguntas Frecuentes que hacen los Niños

Los hijos pueden enredar a sus padres cuando preguntan sobre asuntos sexuales. A continuación señalamos algunas preguntas y respuestas. Son aproximaciones que no agotan el tema pero son útiles para la reflexión y para estar mejor preparados cuando enfrentemos las siguientes situaciones.

#### **Los varones pueden preguntar: ¿porque las niñas no tienen pene?**

Los preescolares hacen esta pregunta. Se debe señalar que justamente esta es la diferencia que existe entre las niñas y los varones. Esta respuesta puede satisfacer la curiosidad del menor y generalmente en estos momentos no será necesario dar más detalles. El momento del baño es oportuno para responder esta interrogante. Debemos aclarar algunas nociones equivocadas que comienzan a gestarse en esta edad. Por ejemplo, el varón puede suponer que perderá su pene en algún momento y la niña puede creer que lo tuvo o lo tendrá en su futuro. Estas nociones deberán ser aclaradas.

#### **¿De dónde vienen los niños? ¿Cómo se forman los bebés?, ¿Cómo nací yo?**

Para muchos niños es un misterio pensar como entró y salió del vientre de su madre. Pero también para los padres estas preguntas desconciertan y se tornan difíciles de responder. Debemos hacerlo con honestidad, en forma clara y evitando todo tipo de fantasías. Tampoco se trata de entrar en complejas explicaciones. Para responder estas interrogantes debemos tener en cuenta el grado de conocimiento que tiene el menor. Debe quedar lo más claro posible que el vientre de la madre tiene un lugar apropiado y especial para alojar a los niños que se están formando.

Se sugiere en primera instancia, responderle con la misma pregunta: y a ti... ¿qué te parece? Una vez conocido su grado de entendimiento nuestra respuesta podrá ser más acertada. Por ejemplo, las primeras respuestas pueden ser: tu papito y yo nos amamos mucho, un día decidimos tenerte y así fue que él puso dentro de mí algo como si fuera una semillita que se unió a mi cuerpo y como resultado de esto te fuiste formando en mi cuerpo hasta los 9 meses. Una vez crecido el médico me ayudó en el hospital a que nacieras. Nuestra respuesta debe dejar en claro los siguientes aspectos:

- El niño debe conocer que los dos padres intervienen en la formación del bebe. Los dos son necesarios e indispensables para su formación.
- La unión de ambos forma el bebe.
- Dicha unión es fruto del amor y del placer que esto origina.
- Por lo tanto, su llegada ha sido esperada y aceptada por los padres.

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

Siempre debemos cuidar el tono, la expresión y el grado en que se comunican los sentimientos en relación con sus antecedentes de gestación. Tal vez no haya significado una buena experiencia, muy dolorosa física o afectivamente. Pero una niña que oye a su madre hablar con calma, tranquilidad y alegría otorgará elementos positivos para su hija. Esto no significa que debemos ocultar el grado de sufrimiento que significa el parto y otras situaciones eventuales que puedan ocurrir. Pero puede explicarse con claridad, que la alegría del producto de gestación es mayor que el sufrimiento transitorio que pudo experimentar.

### **Una vez que los niños se forman en el vientre de mamá, ¿por dónde sale?**

Claramente debemos decir la verdad. Mamá tiene un orificio, al igual que todas las niñas y mujeres, por donde salen los niños, un orificio distinto por donde se orina o se defeca. El nombre de dicho orificio se llama vagina (recordamos que siempre se debe decir los órganos y las funciones únicamente por su nombre correcto) y se dilata cuando el bebe esta pronto para salir y luego vuelve a su tamaño habitual. Recalcamos cuidar los sentimientos que acompañan esta explicación ya que frecuentemente esta asociada con la descripción de dolores, molestias y sufrimientos que atemorizan desmedidamente este acto.

### **Preguntas sobre el acto sexual**

Se puede explicar que mamá y papá se quieren mucho por lo que además de abrazarse y besarse, pueden unir estrechamente sus cuerpos y ambos sentir mucho placer. Por este motivo este acto se llama hacer el amor, dejando bien claro que justamente es un acto de amor que ambos tienen entre sí.

### **En cuanto al papel del padre, ¿cómo pone papá la semilla para formar el bebe?**

Es importante señalar la acción masculina en la formación de los hijos. El niño tiene derecho de saber que el padre también tiene un rol decisivo en la gestación. La explicación que un hijo es el resultado también de la existencia de la erección, penetración y eyaculación del hombre acompañado de mutuo amor y placer y que esto trae como resultado un nuevo ser, será muy enriquecedor.

### **Cuando papá o mamá no están (Caso de divorcio o muerte de alguno de los dos)**

El menor debe entender claramente que tiene papá o mamá. Jamás se debe negar al padre o la madre. Debe saber que hubo razones por las que ambos padres no pudieron vivir juntos, pero que nunca lo han dejado de amar. Es bueno decirle al hijo o a los hijos que el padre o la madre no tienen ninguna responsabilidad sobre las causas que originaron que ahora no estén con ellos, debe abrazarlo y darle un beso en este caso, ya que el niño o la niña, sienten el amor de la pareja aunque estén lejos uno del otro. Es importante aquí hacer que los hijos se comuniquen con los dos, interferir en eso, traerá dificultades posteriores graves y hasta traumas a los seres que decimos que amamos (En esta sección se le ha introducido cambios por parte de Juan Quintero, director de [www.panamae.com](http://www.panamae.com) para aclarar y mejorar las relaciones entre hijos y padres)

### **¿Cómo puede una mujer que no está casada y sola, tener un bebe?**

Cuando tienen esta curiosidad será necesario aclarar que tanto el hombre como la mujer están aptos para la procreación sin necesidad de que ambos estén casados.

Sin embargo es necesario comunicar el concepto que todo niño tiene el derecho de tener padre y madre y ambos con un compromiso amoroso y legal para que él pueda crecer y desarrollarse en las mejores condiciones.

### **Inquietudes que comienzan en la pubertad**

A partir de esta edad las inquietudes pasan por muy diversas temáticas. Es necesario dar información para adquirir conocimientos que mitiguen sus inquietudes e ignorancia. En esta etapa es fundamental la transmisión de actitudes y el desarrollo de valores que sustentarán su conducta. Acompasar nuestra docencia con nuestro ejemplo y coherencia darán los mejores resultados a la hora de encarar todas sus interrogantes.

Las siguientes son algunas de las inquietudes que tarde o temprano estarán en su conciencia y sobre las cuales giraran sus dudas:

- Sobre lo que sucede en mi cuerpo. Cambios puberales. Clarificación de ideas sobre menstruación y eyaculación. Tamaño de sus genitales. Aparición de vello, tamaño del crecimiento mamario. Variaciones normales en el desarrollo humano ¿Seré normal?
- Conceptos de sexualidad. Soy mujer. Soy hombre. Diferencias de uno y otro sexo.
- Sensaciones Sexuales. Deseo sexual. Masturbación. Clarificación de ideas.
- ¿Podré formar pareja?
- ¿Porqué se vive en familia?
- ¿Podré procrear? Características de la reproducción. Embarazo. Edad ideal para la procreación.
- ¿Qué es la relación sexual? ¿Cuáles son sus objetivos? La función afectiva, de comunicación, de placer y reproducción.
- ¿Qué es la homosexualidad? ¿Cómo se produce?
- Enfermedades de Transmisión Sexual. ¿Cómo prevenirlas? Formas de contagio. Conductas de riesgo. El VIH/SIDA.

Estas son algunas de las múltiples interrogantes que los adolescentes comenzarán a tener. Los padres tendrán que manejar estos temas y pedir asesoramiento.

### **Acercas de su menarca y menstruación**

Entre las múltiples interrogantes descritas citamos algunas consideraciones sobre la menarca y menstruación. La menstruación es un hecho biológico normal en toda mujer en edad genital y se denomina menarca a la primera menstruación. Habitualmente ocurre entre los 9 y 12 años. A pesar de ser un hecho fisiológico sigue teniendo connotaciones de prejuicio, vergüenza y oscuridad en muchos sectores de la población, inclusive en los propios niños y adolescentes.

Estos son algunos elementos que se deben tener en cuenta a la hora de transmitir información sobre la menstruación en las niñas:

- Reflexionar como vive la madre su propia experiencia menstrual y qué es lo que está transmitiendo con sus gestos, actitudes, sentimientos cuando habla sobre el tema.
- Aclare todas sus posibles dudas y curiosidades sobre el sangrado menstrual. Existen fantasías, tabúes, ignorancia, prejuicios y falsos conceptos que seguramente sus pares le mencionaron y que será necesario responder.
- Explicar que la menarca constituye una señal de que esta transitando por el camino que lleva de la niñez a la adultez. y que durante los primeros meses el ciclo podrá ser irregular como una “señal de ajuste” de su aparato reproductor y que luego seguramente su ciclo se regularizará.

### **Con relación a las emisiones nocturnas en los varones**

Antes que llegue la pubertad los niños debieran saber qué les sucederá llegado este tiempo. Los cambios físicos y emocionales pueden ser descritos con anterioridad para que no los tome desprevenidos. Con relación a las emisiones espontáneas nocturnas de semen deberán conocer el hecho como totalmente natural y fisiológico durante este tiempo. Esto les dará tranquilidad y evitarán temores y desconcierto. Manchar su ropa interior o su cama no le debe engendrar culpabilidad ni temor a ser descubierto. Un ambiente natural sobre el tema le ayudará a tener un concepto adecuado.

### **Masturbación**

La palabra masturbación deriva del latín, *masturbare*, que significa procurar por sí mismo la satisfacción sexual, a través de la manipulación de los órganos genitales y/o regiones erógenas. Las actividades auto eróticas existen desde los primeros días de vida. Ejemplo de ello es la succión del chupete o del dedo pulgar que constituye una forma de placer auto erótico. Alfred Kinsey afirmó a través de sus estadísticas que 9 de cada 10 hombres y 6 de cada 10 mujeres pasan por períodos que practican la masturbación. Son diversas las formas de realizar este acto, entre las que se destacan:

- Caricias o frotamientos de genitales utilizando manos u objetos como almohadones, Introducción de objetos en la vagina y Juegos y fantasías sexuales individuales o compartidas, utilizadas como estímulo sexual.

### **Consideraciones históricas:**

En algunos diccionarios la palabra onanismo figura como sinónimo de masturbación. La palabra onanismo se origina en Onán, un personaje bíblico que realizó un acto que en realidad no respondió a lo que entendemos por masturbación. El texto bíblico nos relata que la tradición judía tenía una ley que cuando dos hermanos habitaban juntos y uno de ellos moría sin dejar descendencia, la mujer del muerto debía tener descendencia con su cuñado y el primogénito que de ella tenga debía llevar el nombre del hermano muerto. Esta era la ley del levirato (del latín *levir*, cuñado), que ordenaba que el hermano del que murió sin hijos se casase con la viuda, así no se interrumpía la continuidad de la familia. (Deuteronomio 25: 5-6). El caso de Onán fue que al recibir el mandato de fecundar a Tamar, la mujer de su hermano muerto, se negó volcando su semen en tierra y dice la Biblia que “El Señor se disgustó mucho por lo que Onán hacía”. ¿Qué fue lo que en realidad disgustó? Se ha interpretado este acto de verter en tierra como sinónimo de masturbación. De las diversas interpretaciones teológicas compartimos que en realidad la condenación no fue tanto verter en tierra o de cometer un acto sexual sino la desobediencia de Onán al mandato del levirato. Es decir su negación y voluntad de no querer dar descendencia a su hermano. (Génesis 38: 8-10). Su error fue no obedecer la ley, no la de verter en tierra su semen. En realidad, este no ha sido un acto masturbatorio, sino un coito interrumpido para evitar la procreación.

### **Mitos y conceptos falsos acerca de la masturbación**

La masturbación con frecuencia ha sido entendida como una actividad patológica, enfermiza y vergonzosa. Su práctica se ha asociado con consecuencias que van desde trastornos físicos y emocionales hasta la imposibilidad de establecer una relación heterosexual satisfactoria en el futuro. Estos conceptos son tan falsos como frecuentes. Los temores son múltiples y variados que van desde la aparición de ojeras y de acné, hasta volverse ciego, sin pelo en el cuero cabelludo o estéril.

**La recriminación de esta práctica y los juicios** que se emiten hacia los adolescentes aún se puede seguir escuchando: En el varón por ejemplo: “Si te masturbas te vas a

volver tartamudo”, “te puedes volver loco”, “no creces y te quedas petiso”, “puedes quedar ciego” “Eres un vicioso”.

### **Los Padres y la educación sexual de sus Hijos**

**En la mujer los mitos también ocurren:** “vas a terminar prostituta, ningún hombre te va a poder calmar”, “tu marido se va a creer que te estuviste acostando con muchos hombres”, “se agranda la vagina y después vas a tener problemas para tener hijos”. “Eres una loca”. Todos estos juicios y conceptos son falsos, y no hacen más que generar incertidumbre, temor y complejos que los padres debemos evitar. Por el contrario, nuestra intervención debe contribuir para mitigar sus inquietudes y ansiedades.

### **Algunas consideraciones sobre la masturbación**

**Existen tres períodos en el desarrollo de la sexualidad** en que la masturbación es más frecuente.

1- Etapa de Lactancia. La manipulación de los órganos genitales puede originarse en forma accidental, percibiendo una sensación agradable que tiende a repetirlo.

2- Etapa Preescolar. Entre los 3 – 5 años puede darse también con frecuencia esta práctica.

3- Período Puberal y Adolescente. Desde el punto de vista médico, el hábito en sí mismo no produce ninguna repercusión. La excepción a esta verdad es que su práctica aun sigue ocasionando culpabilidad y ansiedad, siendo esto la mayor consecuencia negativa sobre las personas.

En el entendido de ser una etapa transitoria, pasajera, salvo situaciones especiales no debe considerarse un acto patológico. Por lo tanto los padres no deben tener una actitud punitiva frente a este acto. Cuando un niño pequeño recibe esta prohibición, el acto puede convertirse en un acto de rebeldía, oposición y llamada de atención hacia ellos en el futuro. En algunos casos el menor puede depositar en ésta acción, su culpa, ansiedad y evasión frente a sus frustraciones. En el adolescente la masturbación también puede ser considerada un acto a través del cual se liberan tensiones constituyéndose en algunas situaciones una manifestación de conflictos, donde la práctica actúa como alivio de cargas internas y se constituye en una “salida limpia a sus tensiones”. Así el adolescente puede recurrir a esta práctica en situaciones de estrés, depresión, aburrimiento y soledad, presiones en sus estudios, conflictos con los padres, etc.

**Helen Kaplan en su libro “La nueva terapia sexual”** resume este tema señalando que: “En realidad, la masturbación representa un solo peligro: la culpabilidad y la vergüenza que sienten algunas personas debido a ella. Si un individuo se siente culpable por el hecho de masturbarse, si ello le provoca un conflicto, si se preocupa por las fantasías que acompañan a este acto, estos sentimientos negativos pueden quedar asociados con todas sus ideas y emociones y esto, evidentemente, no puede ser bueno para su vida sexual” Frente a esta situación los padres deben evitar el error de castigar, asustar o amenazar al menor. En tanto que estas situaciones pueden alterar su psiquis, una actitud comprensiva, que imparte un clima de seguridad afectiva será un medio propicio para atravesar este período sin mayores consecuencias. Por este motivo, cuando sea posible,



los padres deberían conversar este tema con sus hijos ayudándoles a aliviar sus tensiones y angustias sobre esta práctica.

## **Los Padres y la educación sexual de sus Hijos**

### **Abuso Sexual**

El abuso sexual a un menor es toda forma de encuentro sexual ejecutado por un adulto en posición de poder. Tiene como único objetivo la utilización del menor para su gratificación sexual. Su real significado es incomprendido por el menor por la falta de capacidad para consentir y elegir voluntariamente el acto al que está siendo sometido.

Es un atentado violento a toda la estructura emocional del niño que aunque aparente ser superado, es difícil su cicatrización. En la mayoría de los casos el abuso no se revela. La persona muere en el secreto.

Todo abuso sexual debe considerarse siempre una responsabilidad del adulto que lo comete. Los menores no están en condición de maduración suficiente para saber con exactitud el significado y las consecuencias que estos actos implican.

Los actos abusivos pueden ir desde formas menores de tocamiento y manoseo hasta la violación y no son siempre producidos por la fuerza. Los engaños, halagos, chantajes, amenazas, temores, secretos, o cualquier otra forma de violencia psicológica, son ejercidos con frecuencia por el abusador.

Según datos internacionales aportados por el Programa Claves publicados en el libro *Ingresando al Terreno de la Esperanza*, las estadísticas muestran que hasta un 40% de menores han sufrido alguna forma de abuso, predominando las niñas en una relación de 2 a 1 sobre los varones.

Los padres deben estar alertas ante esta lamentable problemática humana y advertir a sus hijos sobre el peligro del abuso sexual sin crear desconfianza y falsos temores, siendo vital su prevención por el daño emocional y psicológico que a largo plazo provoca.

La mayoría de los niños, no reciben información sobre la posibilidad de ser víctimas de abuso sexual por parte de los adultos. Si son advertidos la mayoría de los padres lo hacen en relación con el cuidado que deben tener hacia los extraños. Sin embargo, las estadísticas dan cuenta que son los propios familiares y allegados del niño los que cometen los mayores atropellos. Es frecuente el abuso sexual dentro de la familia con familiares directos, padrastros u otros parientes. Puede ser un vecino, niño/a, profesor, etc. El 85% de los abusadores son conocidos por la víctima y el 95% de los abusadores son de sexo masculino. Estos pueden hacer que el niño se sienta temeroso y culpable por hablar y será difícil que se abra el tema con libertad.

De lo dicho se desprende que frecuentemente el abuso no es un hecho aislado sino que deviene de una serie de conductas graduales y prolongadas en el tiempo. Las situaciones aisladas y únicas ocurren ante extraños al niño y son solamente el 15% de los abusos sexuales.

### Prevención del abuso sexual

Una labor preventiva es indispensable y requiere que el niño internalice una serie de conceptos sobre sí mismo y los demás.

1. El niño debe conocer su cuerpo y sus regiones genitales con sus nombres y terminologías correctas. Debe saber que tiene partes íntimas o privadas. Enseñarles que las mismas son las que están cubiertas por la ropa interior. Debe aprender que las partes íntimas solo le pertenecen a él. Nadie tiene derecho a tocar o realizar actos sobre él que lo hagan sentir extraño y culpable.
2. Debe aprender a respetar a las demás personas pero esto no significa una obediencia ciega a la ejecución de actos pedidos o solicitados por otros. Por esta razón no debemos enseñar a un niño que siempre tiene que hacer lo que le ordene un mayor, la maestra, cuidadora o cualquier otra persona. El niño también debe tener la noción que hay adultos que no tienen una buena conducta. Asimismo, debe aprender a cuestionar lo que los adultos hacen por lo que será necesario capacitarlos señalando que pueden haber adultos que él conozca que quieran jugar o acariciar sus partes íntimas y aprender que esto no está bien. Puede y debe decir que no ante tales invitaciones.
3. Los adultos no debemos decir al niño “sos un tarado” “no sabés nada”. Esta es una forma de despreciar su valor como persona. Si para los padres, lo que dice el niño no tiene importancia, su autoestima será distorsionada y será difícil que se abra ante una situación de abuso.
4. Enseñar al niño a expresar sus emociones libremente. Aprender a discriminar aquellos que son ambivalentes. Así ocurre en el abuso, donde se mezclan emociones de placer con otros sentimientos extraños que lo perturban. Estas emociones no deben estar en el secreto, sino deben expresarse.
5. Los padres debemos estar preparados para escuchar en forma adecuada. Debemos crear el ambiente para que comente en forma inmediata todo acto que pueda hacer sospechar algún tipo de abuso sobre su cuerpo. Para esto se requiere una actitud comprensiva, calma y sin juicios ni prejuicios a la hora que el menor se abre frente a estos temas.

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

### **Síntomas de abuso sexual**

Los síntomas de abuso sexual en los niños están relacionados con una variedad de sentimientos angustiosos que se expresan a través del cuerpo y de sus emociones. Los siguientes síntomas, aunque no son exclusivos del abuso, pueden encontrarse con frecuencia:

- Cambio de conductas. Debe hacer sospechar una situación de abuso, lo que no significa que sea la única causa.
- La culpabilidad es frecuente y aparece reforzado por las siguientes situaciones:
  - Cuando hubo respuesta sexual al estímulo provocado por el abuso.
  - Por sentir que rompió la promesa de mantener el secreto del abuso.
  - Por no haberlo dicho antes.
  - Cuando existen reacciones adversas luego de conocerse los hechos.
- La baja autoestima está presente en el abusado y provoca desconfianza en sí mismo modificando sus conductas sociales. Muchos se vuelven tímidos y apocados. Puede llevar al auto castigo y la autoagresión,
- Sentirse dañado físicamente o miedo de tener un daño futuro.
- Puede desarrollar retraimiento y desconfianza con los adultos.
- Demasiado interés o por el contrario evitan todo lo relativo a la sexualidad.
- Depresión, con o sin tristeza, llanto, trastornos del apetito, alteraciones del sueño.
- No querer ir a la escuela y/o bajo rendimiento escolar.

### **Signos físicos de abuso sexual**

Los signos físicos dependen de la edad del niño y del tipo y frecuencia a los que ha sido sometido. Algunos posibles signos son: - Ropa interior manchada o rota que no puede explicarse por otra razón.- Sangrados, fisuras en zonas erógenas.- Signos físicos inexplicables.- Conductas de regresión: Enuresis, Encopresis.- Comerse las uñas sin haberlo hecho anteriormente.- Olores extraños en la zona genital.- Dolor en la vulva, pene o ano.- Dificultad para caminar o sentarse.

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

### Consecuencias del abuso sexual

- Aceptación de la culpa por los hechos cometidos por el abusador.
- Ocultar y mantener el secreto de lo que ha acontecido.
- Tendencia de protección hacia quien ha perpetrado el hecho.
- Incapacidad de sentir placer por temor a que la satisfacción devenga en tragedia.
- Disfunciones sexuales en el futuro.
- Miedo a intimar con otra persona
- Manifestaciones de alteración de algunas conductas:
- Comportamientos compulsivos.
- Conflictos con su sentido de pudor y privacidad. - Trastornos psicossomáticos.

### ¿Qué hacer cuando nos enfrentamos con un niño abusado?

1. Debemos tener en cuenta que no es fácil para un niño abrirse frente al abuso que ha producido alguien que seguramente es querido por él o muy conocido.
2. Cuando el niño se abre debemos afirmarle que hizo bien en contarlo. En estas circunstancias, debemos mostrarle afecto, cariño y amor.
3. El enojo y la ira que el hecho produce a los padres no debe ser dirigido hacia el niño.
4. Cuando los niños se animan a hablar sobre este tema, salvo situaciones excepcionales no están mintiendo. Debemos confiar en lo que dice. No debemos responder con preguntas que ponen en duda lo que el niño expresa. Por ejemplo: ¿me estás diciendo la verdad o me estás mintiendo? ¿Estás seguro?
5. El niño debe saber que no es culpable de esta situación y no tiene responsabilidad sobre lo que le ha acontecido. Incluso detrás de este acto el niño puede sentirse asustado por las amenazas que el abusador le haya indicado y el chantaje puede ser frecuente. Debemos sacar la culpa al niño y expresarle que el responsable ha sido el adulto.
6. Se debe animar al niño para hablar libremente sobre la situación que le ha ocurrido. Debemos estar dispuestos a escuchar. Pero no debemos presionar para que nos relate todos los detalles de lo sucedido.

7. No debemos recriminar al niño de porqué no lo contó antes. Esta es una enfermedad secreta que se oculta por mucho tiempo. Recordemos que muchos lo llevan consigo a la tumba sin haberlo compartido nunca con nadie.

8. La respuesta que los padres damos ante sus declaraciones es crucial para resolver la situación y mitigar las consecuencias del problema. Una actitud comprensiva que no añada vergüenza, culpa o castigo será más beneficioso. La recuperación del niño también dependerá de la reacción que tenga el entorno familiar, del apoyo que reciba o de las críticas o juicios que el niño perciba.

9. Se debe identificar el problema y terminar con el abuso y el niño debe recibir ayuda y asistencia profesional.

10. Debemos asegurar al niño que se encuentra bien y no tiene ningún trastorno físico. Es probable que se sienta dañado, enfermo o lastimado y una consulta con su médico o pediatra de confianza será de alivio para el menor.

11. También los padres del niño necesitan ayuda. Sus ansiedades, temores y preocupaciones sobre los hechos conocidos producen desequilibrios que no se deben descuidar.

### Iniciación Sexual

Los padres debemos reflexionar sobre la iniciación sexual de nuestros hijos y tener algunos conceptos claros. Una vez comenzada la pubertad con la menarca en la mujer y la presencia de poluciones nocturnas en el varón, ambos están físicamente aptos para comenzar su vida genital. Sin embargo sabemos que el ejercicio de la sexualidad va más allá de la genitalidad y aquí encontramos algunos inconvenientes para el ejercicio precoz de las relaciones sexuales.

Tradicionalmente la sociedad ha estimulado al varón para que se inicie temprano porque “debe hacerse hombre” y “demostrarlo”, “no sea cosa que se haga homosexual”. Además “el varón tiene que tener experiencia”, porque la cultura del machismo le ha impuesto tener la responsabilidad de hacer docencia en el lecho conyugal. En cambio cuando la mujer ha demostrado experiencia la sociedad la ha condenado.

El varón ha tenido que pagar un alto precio para mantener este mandato cultural. Cuando iniciaba su vida sexual, la mayoría de las veces lo hacía con una prostituta. Esta experiencia suele producir tensión, ansiedad y apuro (y seguramente también lo apurarán). En las mejores condiciones el varón creerá que no solo él ha estado satisfecho sino también su circunstancial pareja. Es probable que adquiera la idea de que “todas las mujeres son así” y si no siguen su ritmo es porque la mujer falla. Con estos conceptos acuñados es probable que tenga dificultades sexuales en su futura relación de pareja. Un aprendizaje temprano de la sexualidad a través de la prostitución, ha sido relacionado, entre otros factores, a una eyaculación precoz, motivo de consulta muy frecuente en el varón.

Actualmente ésta noción ha sido relegada por otra y aunque parezca menos nociva tiene también sus dificultades. Muchos adolescentes comenzarán sus experiencias sexuales con su pareja de turno. Muchos jóvenes tienen el concepto de que practicar el sexo con una trabajadora sexual es de tipo mercantil y no un acto amoroso. Con frecuencia esto también sucede en forma prematura sin estar preparado para ejercer el acto sexual en las mejores condiciones. Es probable que el acto se realice en un lugar inadecuado sin la privacidad y seguridad necesarias. Habrá también apuros, tensiones y seguramente no faltarán los fracasos y la insatisfacción.

**El ejercicio de la genitalidad** que no está acompasado de responsabilidad, compromiso y madurez suficiente es potencialmente generador de consecuencias nocivas. El acto sexual es una expresión de entrega, pasión y sobre todo un acto de amor por lo que necesita un marco sólido para su plena realización.

Igualmente muchos adolescentes tendrán relaciones sexuales en forma precoz, por lo que debemos instruir acerca de la prevención de enfermedades de transmisión sexual y de evitar los embarazos. No somos partidarios de enseñar exclusivamente el uso de

preservativos o de anticonceptivos orales y luego que tenga relaciones sexuales, cuando quiera, como quiera y con quien quiera.

### **Los Padres y la educación sexual de sus Hijos**

**Esta es una de las razones por las que las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos no deseados son cada vez más frecuentes.** Pero si esta llega a ser su elección deberán prevenirse más complicaciones. Muchos sostienen que se debe prodigar la libertad sexual por derecho, pero se olvidan de que la verdadera libertad incluye no solamente la gratificación personal sino también la libertad del otro y el de posibles terceros que pueden surgir como fruto de esa relación y que también tienen su derecho.

Hay motivos para orientar a los adolescentes a la abstinencia y no estimular en forma precoz el inicio de las relaciones sexuales.

**El ejercicio de una vida sexual segura**, comprometida, fiel y permanente, condiciones que pueden desarrollarse sin límites en el contexto del compromiso matrimonial, es el camino ideal que debemos indicar claramente. Por este motivo, ayudar a los adolescentes a posponer las relaciones sexuales hasta que estén preparados y desarrollar en ellos actitudes que sirvan de resistencia frente a la presión de sus amigos es un Decir “no” a las relaciones sexuales y postergarlas puede llegar a ser una decisión muy difícil para ellos. La presión de los amigos, el bombardeo de los medios masivos de comunicación y los frecuentes mitos sexuales que ha incorporado poseen en muchas ocasiones una influencia negativa. El 73% de las chicas sexualmente activas y el 50% de los varones, dicen que la principal motivación para tener su primera experiencia sexual fue la presión de los compañeros.

**Por esto, se hace necesario habilitar a los adolescentes** para que asuman una actitud más crítica frente a sus presiones ambientales. En el siguiente capítulo compartimos un valioso material para fortalecer a los adolescentes para decir “no” si aún no están preparados.

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

### **¿Cómo podemos ayudar a los adolescentes a fortalecer su decisión para decir “no” si aún no están preparados?**

Podemos pedir a los adolescentes que piensen cómo responderían si alguien empleara los siguientes argumentos para tratar de convencerlos de tener relaciones sexuales:

- “Si tienes relaciones sexuales, gozarás de más simpatías”
- “No tienes que estar enamorado/a para tener relaciones; puedes tenerlas sólo por el placer físico.”
- Si no tienes relaciones sexuales, la gente pensará que eres homosexual.”
- “Todos tienen relaciones sexuales. Tú también deberías tenerlas.”
- “Debes tener tu primera relación sexual sólo para salir de eso.”
- “¿Te han dicho tus padres que no tengas relaciones sexuales? Si los escuchas, tienes que ser un bebé.”
- “No hay una buena razón para posponer las relaciones sexuales. Deberías tenerlas ahora.”
- “Si realmente me amaras, tendrías relaciones sexuales conmigo.”

Cuando analice estas situaciones hipotéticas con los adolescentes, usted puede ayudarles a reconocer lo siguiente:

- Las relaciones sexuales son una decisión muy personal. La decisión de tenerlas o no tenerlas está únicamente en manos de cada persona. Nadie puede tomar la decisión por otro.
- Es normal y natural desear ser amado, y es normal y natural tener sentimientos sexuales. Los jóvenes pueden decidir actuar basándose en sus sentimientos sexuales o esperar.
- El acto sexual tiene consecuencias físicas y emocionales, y no es la única manera de expresar amor.
- Existen buenas razones para posponer las relaciones sexuales. Es posible que deseen evitar un embarazo o una Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS), o que simplemente no estén preparados para tener relaciones sexuales ahora.



- Los jóvenes no deben sentirse presionados a pagarle a alguien con relaciones sexuales por una invitación, una comida o un regalo costoso.

- Es posible que otros adultos puedan ayudarles. Es posible que los jóvenes quieran hablar con sus padres, un docente o un líder religioso.

### **Los Padres y la educación sexual de sus Hijos**

- Deben ser conscientes de que las películas, la televisión, la radio o las revistas no siempre presentan una imagen muy realista de las relaciones sexuales. Los programas o los artículos hacen hincapié en que las relaciones sexuales son agradables, pero no siempre explican las consecuencias de dicha actividad.

- No deben tomar decisiones acerca de las relaciones sexuales cuando han bebido alcohol o usado drogas, puesto que estas sustancias dificultan pensar clara o racionalmente.

Para ayudar a los jóvenes a aprender a decir “no” a las relaciones sexuales, usted puede animarlos a adoptar los cinco pasos siguientes si alguien los presiona para que tengan relaciones sexuales:

Paso 1: Expresar claramente sus intenciones.

Paso 2: Diga “no” y determine el problema o la cuestión.

Paso 3: Diga “no” y determine las consecuencias.

Paso 4: Sugiera otras posibilidades

Paso 5: Impóngase.

Por ejemplo, si una persona propone tener relaciones sexuales porque “todos lo están haciendo”, a continuación se propone lo que un joven podría responder:

Paso 1: “No, no quiero tener relaciones sexuales.”

Paso 2: “¡No! No todos están teniendo relaciones sexuales. Algunas personas hablan de sexo, pero eso no quiere decir que tengan relaciones sexuales. Algunas personas no dicen la verdad acerca de sus experiencias.”

Paso 3: ¡No! Si tengo relaciones sexuales ahora, podría correr el riesgo de un embarazo no planificado, de contraer una ETS o el VIH. Un embarazo no planificado podría hacer que tenga que dejar de estudiar. Una ETS podría causarme problemas de salud graves. El VIH podría causarme la muerte.”

Paso 4: “Me voy a mi casa ya mismo”.

Paso 5: “No estoy preparado/a para tener relaciones sexuales ahora.”

## Los Padres y la educación sexual de sus Hijos

**Si alguien propone tener relaciones sexuales para que el joven o la joven le demuestre “el amor que le tiene”, se puede decir lo siguiente:**

Paso 1: “Te quiero pero no estoy preparado/a para tener relaciones sexuales.”

Paso 2: “No, si me amaras, te importaría lo que es conveniente para mí.”

Paso 3: “No, si tenemos relaciones sexuales ahora correríamos el riesgo de un embarazo no planificado de una ETS.”

Paso 4: “Hay otras formas de demostrarnos que nos amamos. Hablemos de ellas.”

Paso 5: “Me importas, pero también me importa lo que me pase a mí. Quiero esperar”.

Extraído y adaptado de la Guía para prestar servicios de salud reproductiva a los adolescentes: Barbara Barnett- Jane Schueller.

### **Importante:**

**Por favor si esta obra ha sido de interés a tu vida, para educar mejor la forma de cómo relacionarte con tus adolescentes hijos... Háblale a otros de Panamae.com el portal panameño que está transformando vidas alrededor el mundo y enseñándote a educar mejor a nuestros adolescentes a quien amamos mucho.**

**Dios Te bendiga**

**Recibe desde Panamá Puente del Mundo y Corazón del Universo, la bendición del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.**

**[www.panamae.com](http://www.panamae.com)**

# Transformará tu vida y tu hogar

## Bibliografía consultada

- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP). Special Friends of Children Fund. Información para la Familia. Revisado Abril 1998.
- Barnett, B, Schueller, J – Satisfacción de las Necesidades de los Clientes Jóvenes. Una guía para prestar servicios de salud reproductiva a los adolescentes. FHI. 2001.
- Berge, A – La Educación Sexual en la Infancia. Editorial Luis Miracle, Barcelona. 9ª Edición, 1971.
- Biblia de Referencia Thompson, Versión Reina – Valera, Revisión de 1960.
- Boletín Electrónico mensual: Sexualidad para la Vida. ACUPS. Uruguay. Sitio Web: [www.chasque.net/acups](http://www.chasque.net/acups) Casas, A ¿Es posible prevenir el Abuso Sexual? en: Piriz H. y Young R: Tiempo de Creer. Editorial ACUPS. Montevideo. 1998.
- Casas, A Goyret, M E. Ingresando al Terreno de la Esperanza. Juventud Para Cristo. Programa Claves. 2001
- Cerruti, S. y Col – Sexualidad Humana. OPS/OMS, 1990.
- Congreso Latinoamericano de Sexología y Educación Sexual. ANALES VIII CLASES 8-11 de Noviembre de 1996. Montevideo-Uruguay
- Despert, J L – Hijos del Divorcio, Ediciones Horme.
- Enfoque a la Familia – Guía para el Maestro de El Sexo, las Mentiras y... la Verdad, Recursos Educativos. Colorado Spring. 1994.
- Flores Colombino, A – Diccionario de Sexología. 1997.
- Flores Colombino, A – Disfunciones y Terapias Sexuales del 2000. 5ª Edición, A & M Ediciones, 2000.
- Flores Colombino, A – Sexo, Sexualidad y Sexología. 4ª Edición. Editorial Dismar. Montevideo. 1992.
- Gentile – Ramos, I – Puericultura y Pediatría Social.
- Giberti E, La Bruna de Andra, L – Sexualidades: De Padres a Hijos. Paidós. 1993.
- Hermida M, Alonso M. Adolescencia y Autoestima. Congreso Sudamericano de Profesionales Cristianos de la Salud. Punta del Este. 12 – 14 de Octubre 2001.
- Lueiro Marzano, C: Apuntes de clases dictadas en Curso de SESSEX, Montevideo. 2003.
- Paisner, D – Ser Padres, Argentina, mayo 1995, Año 7: N° 76.
- Patpatian J – La Televisión y sus Efectos en los Niños. Editorial ACUPS. Montevideo. 1998.
- Portillo, J – La Sexualidad de los Adolescentes, Ediciones Banda Oriental. Montevideo. 1992.

Serrés, M, Guerra M – Educación de la Sexualidad. Escuela de Padres y Madres en Educación Sexual. Congreso Sudamericano de Profesionales Cristianos de la Salud. 12 – 14 Octubre 2001.

Veraza, T – Apuntes de clases dictadas en Curso de SESSEX. Montevideo. 2003.