

DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE

A medida que los niños crecen, comienzan a descubrir las partes de su cuerpo y lo que les resulta agradable. Estos son algunos consejos sobre conductas sexuales saludables y cómo facilitar conversaciones abiertas sobre el desarrollo sexual.

0 A 2 AÑOS

COMPORIAMIENTOS SALUDABLES:

- Aprenden de las relaciones con los cuidadores.
- Se concentran en desarrollar un sentido de confianza.
- Aprenden sobre el cuerpo mediante el sentido del tacto.
- Pueden ser capaces de distinguir básicamente los sexos.
- Pueden explorar los genitales.
- Pueden tener reacciones espontáneas que parezcan sexuales, como una erección.
- No tienen inhibiciones con respecto a la desnudez.

2 A 5 AÑOS

COMPORIAMIENTOS SALUDABLES:

- Desarrollan el lenguaje para describir las partes íntimas.
- Conocen la diferencia entre los sexos.
- Pueden conocer los aspectos básicos de la reproducción humana (por ejemplo, los bebés crecen dentro de la panza de mamá).
- Pueden tocarse o parecer que se masturban; generalmente se usa como una técnica para tranquilizarse.
- Pueden participar en una exploración genital mutua con otros niños de su edad.
- Pueden mostrar curiosidad sobre los genitales de los adultos (por ejemplo, pueden intentar ver a sus padres desnudos).
- No tienen inhibiciones con respecto a la desnudez.

CONSEJOS PARA FACILITAR UN DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE:

- Aliente al niño a que utilice la terminología correcta para describir las partes del cuerpo.
- Enseñe a los niños la diferencia entre el contacto cómodo/apropiado y el contacto incómodo/inaceptable; evite referirse a un "contacto bueno/malo", ya que los niños de esta edad pueden asociar que el contacto en los genitales es algo bueno porque les resulta agradable. (continuación)

CONSEJOS PARA FACILITAR UN DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE:

- Use las palabras correctas para referirse a las partes del cuerpo.
- Dé ejemplos de un contacto "cómodo" (por ejemplo, abrazos que no son impuestos por la fuerza).
- Hable con los niños sobre los límites a medida que surjan las oportunidades (por ejemplo, durante el cambio de pañales y el momento del baño, díales que los genitales les pertenecen solo a ellos y están fuera de los límites para los demás, salvo en lo que sea necesario para su salud e higiene).

COMPORIAMIENTO NO SALUDABLE:

- Hablan en detalle sobre actos sexuales adultos.
- Usan lenguaje sexual explícito.
- Tienen contacto sexual (imitando a los adultos) con adultos u otros niños, especialmente aquellos que involucran el contacto oral o genital, o la penetración anal o vaginal.

CONSEJOS PARA FACILITAR UN DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE (CONTINUACIÓN):

- Dé ejemplos de un contacto cómodo no imponiéndoles abrazos ni besos por la fuerza.
- Dígalos que pueden tener privacidad con respecto a su propia desnudez.
- Dé ejemplos de la importancia de la privacidad al bañarse o ir al baño.
- Use las oportunidades diarias para enseñar los fundamentos de la sexualidad y vea si los niños tienen alguna pregunta sobre el sexo; responda de manera simple y directa.
- Enséñele al niño que está bien tocarse y que pueden hacerlo en privado.
- Hable sobre los límites y cómo respetar la privacidad de los demás.

5 A 8 AÑOS

COMPORIAMIENTOS SALUDABLES:

- La identidad sexual se afianza y se estabiliza (se comprenden las diferencias físicas, emocionales y de comportamiento entre los sexos).
- Deben tener una comprensión básica de la pubertad (algunos niños, especialmente las niñas, pueden mostrar señales tempranas de la pubertad).
- Deben tener una comprensión básica de la reproducción humana.
- Pueden comprender las diferencias en la orientación sexual.
- Pueden masturbarse en privado.
- Desarrollarán amistades más estables.
- Pueden alentar la exploración genital mutua con otros niños de su edad (y habitualmente, del mismo sexo).
- Comenzarán a ser pudorosos en relación con la desnudez.

COMPORIAMIENTO NO SALUDABLE:

- Interacciones sexuales imitando a los adultos.
- Conversaciones o lenguaje abiertamente sexuales y/o específicos sobre actos sexuales adultos.
- Masturbación pública.

CONSEJOS PARA FACILITAR UN DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE:

- Respete la necesidad de privacidad del niño.
- Sea claro con respecto a los límites y la necesidad de privacidad de las personas.
- Hable sobre las respuestas corporales y qué es apropiado.
- Dé ejemplos de las relaciones íntimas saludables entre adultos, caracterizadas por una comunicación efectiva.
- Enséñele a sus niños sobre la pubertad en todos los géneros (a los 7 u 8 años).
- Use las oportunidades diarias para enseñarles a los niños sobre la sexualidad, incluso la mecánica de la reproducción.
- Enséñele a los niños sobre el sexo a los 8 años; a esa edad otros niños comenzarán a hablar sobre el sexo y usted desea ser la persona a la que recurran si tienen alguna pregunta.