

## BLOG PARA PADRES DEL PESTALOZZI

Departamento Psicopedagógico

Nº 0015 – 13/08/2009

### ¿Cómo hablar de sexualidad con los niños?



En varias oportunidades nos puede haber ocurrido que cuando nuestros hijos nos preguntan algo referente a la sexualidad, nos quedamos mudos, titubeamos, pensamos qué vamos a decir o simplemente no tenemos una respuesta inmediata, encontrándonos en una situación incómoda.

La mayoría de padres queremos orientar a nuestros hijos sobre sexualidad pero no estamos seguros

de cómo y cuándo debemos hacerlo ni cómo afrontar sin vergüenza la conversación.

Ante todo, debemos tener presente que muchas veces los niños preguntan acerca de los temas sexuales antes de lo que esperamos y es nuestro deber darles una información correcta y transmitirles valores que tengan sentido para ellos.

Hacia los 4 años casi todos los niños han desarrollado interrogantes sobre el sexo. Pero *¿cuánto necesitan saber los niños?* Para ello, hay que averiguar primero qué piensan. De esta manera sabremos con qué información cuentan y qué es lo que realmente quieren saber. Algunas veces, los niños hacen las mismas preguntas en diferentes situaciones y es porque muchas veces quieren integrar esta información con otros conocimientos, teorías y fantasías.

Algunas pautas para abordar el tema de la sexualidad con los niños:

- Buscar un momento propicio.
- Crear una atmósfera adecuada para hablar sobre el tema.
- No evitar o posponer hablar de ello.
- Prepararse para la conversación usando libros con explicaciones e ilustraciones.
- Escucharlos sin juzgar y animarlos a que nos tengan confianza. Mantener la calma y no juzgar ningún comentario que puedan hacer.
- Usar palabras e información sencilla y fácil de entender con la que los chicos puedan sentirse satisfechos.
- Responder a sus preguntas directa, clara y honestamente según su nivel de comprensión.
- Evitar amenazar, ignorar, juzgar, criticar, culpar, avergonzar, humillar o ridiculizar.
- Lo más importante: relacionemos el sexo con el cariño, el amor, la intimidad y el respeto a sí mismos y a la pareja.



Si queremos profundizar algún tema en específico aquí hay algunas sugerencias:



Para hablar sobre las diferencias anatómicas, podemos aprovechar la hora del baño de los niños o cuando se cambian los pañales al hermanito, poniéndole nombre a las partes del cuerpo.

El embarazo de la propia madre o de una persona conocida es una buena oportunidad para que los niños puedan aclarar sus dudas. Se puede permitir, por ejemplo, que el niño sienta los movimientos del bebé dentro del vientre materno.

Para hablar del parto, puede explicarse a los niños que el bebé pasa por un canal especial llamado vagina. Se puede también presenciar el parto de cachorritos. Asimismo, se puede hablar de la cesárea como una alternativa de nacimiento del bebé. Serán de mucha ayuda los

libros con ilustraciones sencillas y películas educativas apropiadas para la edad de cada niño.

No debemos preocuparnos o asustarnos por los juegos que a veces tienen nuestros niños. Debemos tener presente que entre los tres y cinco años, tocarse el cuerpo, tratar de ver algún amiguito desnudo u observar genitales es producto de su curiosidad acerca de las diferencias de sexo y es parte del desarrollo normal de las personas. Más bien, debemos aprovechar para hablar con ellos sobre las diferencias entre niños y niñas y explicarles que los genitales son privados y que las personas usamos ropa para proteger nuestro cuerpo y nuestra intimidad.

Al respecto, el Dr. Lerner afirma que lo importante es que sepamos reconocer las inquietudes de nuestros hijos y estemos presentes para orientarlos. No existe una cantidad de información esperada para cada edad. Se trata de resolver sus preguntas con datos veraces conforme se vayan presentando.

Laura Sovero  
Departamento Psicopedagógico  
[laura@pestalozzi.edu.pe](mailto:laura@pestalozzi.edu.pe)



La educación sexual forma parte del valor "Autoconocimiento y Autocontrol" en nuestro "perfil del alumno.

Está ligado estrechamente con la valoración de la salud física y mental.

Los niños deben saber lo que daña, mantiene o mejora su salud. Deben tener adecuados hábitos de cuidado personal, y deben saber encauzar adecuadamente sus impulsos y reacciones.

Recordemos también que un ser humano tiene que atravesar por un crecimiento basado principalmente en los vínculos afectivos de los seres que lo rodean, y

depende principalmente de la importancia que los padres den al siguiente factor:

Saber amar correctamente, con cuidado, con respeto y sobre todo con responsabilidad.

Esto es lo que se debe plantear a los niños.

Nuestro lema para esta semana es:

**Mens sana en corpore sano  
Juvenal**