

INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 62

(2/98) Traducido 6/98

HABLELE A SUS NIÑOS ACERCA DEL SEXO

Una función importante de los padres es hablarle a los niños acerca del amor, la intimidad y el sexo. Los padres pueden ayudar mucho si crean una atmósfera positiva en la cual se pueda hablar con sus hijos acerca de estos temas. Sin embargo, muchos padres evitan o posponen esta discusión. Cada año cerca de un millón de niñas adolescentes queda embarazada en los Estados Unidos y tres millones de adolescentes se contagia con una enfermedad transmitida sexualmente. Los niños y adolescentes necesitan información y dirección de sus padres para ayudarlos a tomar decisiones saludables y apropiadas con respecto a su comportamiento sexual, ya que pueden estar confundidos y estimulados en exceso por lo que ven y escuchan.

Hablar acerca del sexo puede ser muy incómodo tanto para los padres como para los niños. Los padres deben de responder a las necesidades y al nivel de curiosidad de cada niño en particular, ofreciendo ni más ni menos información de la que el niño pregunta y tiene la capacidad para aprender. Puede ser de mucha ayuda el pedir consejo a ministros o sacerdotes, pediatras, médicos de familia o cualquier otro profesional de la salud. Los libros que usan ilustraciones o diagramas pueden ayudar en la comunicación y el entendimiento.

Los niños tienen distintos niveles de curiosidad y de entendimiento dependiendo de su edad y nivel de maduración. A medida que crecen, los niños frecuentemente preguntarán más detalles acerca del sexo. Muchos niños tienen sus propias palabras para las partes del cuerpo. Es importante hacer uso de las palabras que ellos conocen y con las que ellos se sienten más cómodos, de manera que se haga más fácil hablarles. Un niño de 5 años puede conformarse con la contestación sencilla de que los bebés vienen de una semilla que crece en un sitio especial dentro de la madre. El papá ayuda cuando esta semilla se combina con la semilla de la mamá y hace que el bebé comience a crecer. Un niño de 8 años puede querer saber cómo la semilla del papá llega hasta la semilla de la mamá. Los padres pueden entonces hablar acerca de cómo la semilla del papá (o espermatozoide) que viene de su pene se combina con la semilla de la mamá (o huevo) en su útero. Entonces el bebé crece en la seguridad del útero de la mamá por nueve meses hasta que está suficientemente fuerte para nacer. Un niño de 11 años puede querer saber aún más y los padres pueden ayudar hablandole acerca de cómo un hombre y una mujer se enamoran y entonces pueden decidir tener relaciones sexuales.

Es importante hablar acerca de las responsabilidades y consecuencias de tener una vida sexual activa. El embarazo, las enfermedades transmitidas sexualmente y los sentimientos o emociones acerca del sexo son temas importantes que deben de ser discutidos. Hablar con sus hijos puede ayudarlos a tomar las mejores decisiones para ellos sin sentirse presionados para hacer algo antes de que estén listos. Si se ayuda a los niños a que entiendan que éstas son decisiones que requieren madurez y responsabilidad, se aumenta la probabilidad de que escojan las decisiones buenas o correctas.

Hablele a sus niños acerca del sexo, “Información para la Familia” No. 62 (6/98)

Los adolescentes tienen la capacidad para hablar acerca de amoríos y del sexo en términos de sus citas (“dating”) y relaciones amorosas. Ellos pueden necesitar ayuda para lidiar con la intensidad de sus emociones sexuales, su confusión con respecto a su identidad sexual, y su comportamiento sexual en una relación. Las preocupaciones acerca de la masturbación, la menstruación, las medidas contraceptivas, el embarazo y las enfermedades transmitidas sexualmente son comunes. Algunos adolescentes también batallan con los conflictos acerca de los valores familiares, religiosos o culturales. La comunicación abierta y la información precisa que brinden los padres aumenta las probabilidades de que los adolescentes pospongan el sexo y de que usen los métodos apropiados de control de la natalidad una vez que comiencen su vida sexual.

- Estimule a su hijo a hablar y a hacer preguntas.
- Mantenga una atmósfera calmada y libre de críticas para sus discusiones.
- Use palabras que se entiendan y hagan que el niño se sienta cómodo.
- Trate de determinar cuál es el nivel de conocimiento y entendimiento del niño.
- Mantenga su sentido de humor y no tenga temor de hablar acerca de su propia incomodidad.
- Establezca la relación entre el sexo y el amor, la intimidad, el hacerse cargo de los otros y el respeto propio y por su pareja.
- Comparta abiertamente sus valores y sus preocupaciones con su niño.
- Discuta la importancia de la responsabilidad al escoger y tomar decisiones.
- Ayude a su hijo a considerar los puntos a favor y en contra de sus alternativas.

Al desarrollar una comunicación abierta, sincera y continua acerca de la responsabilidad, el sexo y las alternativas, los padres pueden ayudar a sus hijos a aprender acerca del sexo de una manera positiva y saludable.

Para más información acerca de temas relacionados, vea otras hojas sueltas de *Información para la Familia*: #09 – El abuso sexual a los niños, #30 – Los niños, los adolescentes y el VIH/SIDA, #31 – Cuando los adolescentes tienen hijos, #63 – Los adolescentes homosexuales

#

El desarrollo de la serie *Información para la Familia* es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP *Campaign for America's Kids*”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America's Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiátras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiatria general (adultos) y siquiatria de niños y adolescentes,

La *Información para la Familia* ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF’s”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131