

CONSEJOS SOBRE DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE

A medida que crecen, los niños empiezan a descubrir las partes de su cuerpo y lo que les hace sentir bien. Aquí tienes algunos consejos sobre comportamientos sexuales saludables y cómo facilitar conversaciones sobre desarrollo sexual sano.

CONDUCTAS SALUDABLES PARA LOS 0 - 2 AÑOS

- Aprender a través de las relaciones con los cuidadores
- Centrarse en desarrollar un sentimiento de confianza
- Aprenden sobre el cuerpo a través del sentido del tacto
- Puede ser capaz de hacer una distinción básica entre géneros
- Puede explorar los genitales
- Pueden tener relaciones espontáneas que parezcan sexuales, como una erección
- Sin inhibiciones ante la desnudez

CONDUCTAS SALUDABLES PARA LOS 2 - 5 AÑOS

- Desarrolla un lenguaje para describir las partes privadas
- Conoce la diferencia entre sexos
- Puede conocer aspectos básicos de la reproducción humana (por ejemplo, los bebés crecen dentro de la barriga de la madre).
- Puede tocarse a sí mismo o parecer que se masturba; normalmente se utiliza con técnica para tranquilizarse.
- Puede participar en la exploración genital consentida con sus compañeros de su misma edad
- Puede mostrar curiosidad por los genitales de los adultos (por ejemplo, puede intentar ver a sus padres desnudos).
- No tiene inhibiciones respecto a la desnudez

CONDUCTAS NO SALUDABLES

- Hablar en detalle de actos sexuales propios de adultos
- Uso de lenguaje sexual explícito
- Contactos sexuales de tipo adulto con adultos u otros niños, especialmente los que implican contacto oral o genital, penetración anal o vaginal.

CONSEJOS PARA FACILITAR UN DESARROLLO SEXUAL SANO

Usar términos correctos para referirse a las partes del cuerpo

Modele formas de contacto cómodo (por ejemplo, abrazos no forzados)

Hable al niño sobre los límites cuando surja la oportunidad (por ejemplo, durante el cambio de pañales y el baño, decirle que los genitales sólo le pertenecen a él o ella y que están fuera del alcance de los demás, excepto cuando sea necesario por motivos de salud e higiene).

CONSEJOS PARA FACILITAR UN DESARROLLO SEXUAL SANO

Anime a su hijo a utilizar la terminología correcta para describir las partes del cuerpo.

Enseñe a los niños la diferencia entre el tacto cómodo/apropiado y el tacto incómodo/inaceptable; evite «el tacto bueno/el tacto malo», ya que los niños de esta edad pueden asociar el tacto de los genitales con algo que les hace sentir bien.

Modele el contacto cómodo no forzando abrazos o besos.

Hazles saber que pueden tener intimidad con su propia desnudez. Enséñales la importancia de la intimidad durante el baño y el aseo.

Aproveche las oportunidades cotidianas para enseñar los fundamentos de la sexualidad y ver si tienen alguna pregunta sobre el sexo; dar respuestas sencillas y directas.

Enséñale que tocarse está bien y puede hacerse en privado.

Háblale de los límites y de cómo respetar la intimidad de los demás.

CONSEJOS SOBRE DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE

A medida que crecen, los niños empiezan a descubrir las partes de su cuerpo y lo que les hace sentir bien. Aquí tienes algunos consejos sobre comportamientos sexuales saludables y cómo facilitar conversaciones sobre desarrollo sexual sano.

CONDUCTAS SALUDABLES PARA LOS 5 - 8 AÑOS

- La identidad de género se solidifica y estabiliza (comprenden las distinciones físicas, conductuales y emocionales entre los géneros)
- Deben tener conocimientos básicos sobre la pubertad (algunos niños, especialmente las niñas, mostrarán signos tempranos de pubertad)
- Deben tener conocimientos básicos sobre la reproducción humana
- Puede comprender las diferencias de orientación sexual
- Pueden masturbarse en privado
- Desarrollarán amistades más estables
- Pueden participar en la exploración genital consentida con compañeros de su misma edad (y, a menudo, del mismo sexo)
- Empezarán a ser pudorosos con la desnudez

UNHEALTHY BEHAVIOR:

- Interacciones sexuales similares a las de los adultos
- Excesivamente sexual y/o utiliza lenguaje específico o debate sobre actos sexuales maduros
- Masturbación en público

CONSEJOS PARA FACILITAR UN DESARROLLO SEXUAL SANO

- **Respetar** la necesidad de intimidad del niño/a
- **Sea claro** sobre el respeto de los límites y la necesidad de intimidad de las personas
- **Hablar** sobre las respuestas corporales y lo que es apropiado
- **Modelar** relaciones adultas íntimas y saludables caracterizadas por una comunicación eficaz
- **Enseñar** a los niños/as sobre la pubertad en todos los géneros (a los 7-8 años)
- **Aprovechar** las oportunidades cotidianas para enseñar a los niños/as la sexualidad, incluso la mecánica de la reproducción
- **Enseñe** a los niños sobre el sexo a los 8 años; alrededor de esa edad otros niños empezarán a hablar de sexo y usted querrá ser la persona a la que acudir para cualquier pregunta.