

¿Por qué debo hablar de sexo con mis hijos?



Ilustración: MIGUEL ÁNGEL MARTÍN

A los padres les sigue costando hablar de sexualidad con sus hijos
Sin embargo, reciben todo tipo de mensajes sexuales en el entorno

¿Y tú, hablas de sexo con tus hijos? ¿Qué recursos utilizas?

[http://www.elmundo.es/sociedad/2016/05/25/573b3ece22601de0048b4630.html#ancla_comentarios]

ELENA MENGUAL Madrid

@elenamengual

25/05/2016 16:53

En una cafetería, dos niñas de siete años cuchichean y se ríen. Se dan codazos y por fin una de ellas lanza una pregunta a su madre, al otro lado de la mesa: "Mamá, ¿qué es follar?". Tras un primer momento de estupefacción, la madre mira alrededor y por fin encuentra una respuesta. Tan previsible, como escasamente útil: "¿Y por qué habláis tan alto?".

En la misma calle, unos metros más allá, una **modelo en ropa interior** presume de gafas en un cartel que cubre toda una pared de una óptica. "¿Por qué va desnuda, papá?", pregunta Pablo, de seis años. El padre se pone tenso y no responde. Cambia de tema. El niño no vuelve a preguntar. Ni cuando pasan ante una marquesina donde dos jóvenes en actitud erótica se abrazan en torno a un frasco de colonia.

PUBLICIDAD

Al llegar a casa, pone la televisión. Son las dos de la tarde y, junto a la mosca de la cadena televisiva, las siglas "TP", indicativas de que el espacio -al menos en teoría- es apto para todos los públicos. Una joven enfundada en cuero dedica un sensual baile a un joven sentado en una especie de trono, hasta que en un momento dado decide acompañarla y juntos ofrecen toda una lección de *twerking*. Pablo no quita ojo, incluso se sonríe. Pero no pregunta. ¿Qué tienen en común estas situaciones? Que **todas son oportunidades perdidas para hablar de sexo con los niños**. Porque, en contraste con la sobreadundancia de información y del **exhibicionismo** [<http://www.elmundo.es/tecnologia/2014/11/06/544a5fae268e3ec9028b4592.html>] en las redes sociales que reina en esta era, en la familia siguen pesando muchos tabúes y falsas creencias que llevan a que la **educación sexual** en casa continúe siendo una asignatura pendiente, especialmente cuando los niños son pequeños.

"No hay una edad concreta para empezar a hablar de sexualidad con nuestros hijos. Es desde siempre. Quizás una de las cosas que diferencia a los pequeños de los mayores es que **simplemente tienes que responder a lo que te pregunten en el momento que te pregunten con una respuesta que sean capaces de entender**", explica **Francisca Molero** [<https://www.linkedin.com/in/francisca-molero-rodriguez-70a37727>], vicepresidenta de la Federación Española de Sociedades de Sexología. "Lo que sucede es que no tenemos interiorizado realmente qué es la sexualidad para las personas, por eso es difícil transmitirlo".

La **Organización Mundial de la Salud** [<http://www.who.int/es/>] recomienda educar en esta materia **desde sus primeros años de vida**, pero es frecuente que los padres eludan el tema y no lo traten hasta que la preadolescencia, con las primeras señales del desarrollo. Craso error.

"Normalmente no hablamos de ello, y el problema es que a los niños les llegan estímulos por todas partes", comenta la psicopedagoga **Jessica Vivas** [<https://www.linkedin.com/in/jessica-vivas-a54280b1>] mientras muestra algunos de esos estímulos. Lo hace en un colegio madrileño, donde imparte un taller para padres titulado *Cómo hablar de sexo con los hijos*, organizado por el **Instituto Madrileño de Formación y Estudios Familiares** [<http://imfef.org/>] y la **Mancomunidad THAM** [<http://www.mancomunidad-tham.es/>]. Por eso, "si se educa desde el inicio, los niños se van familiarizando y evitamos crear la 'nube negra', que lo vean como algo prohibido o negativo", continúa. O asuman patrones insanos.

Se para en un **anuncio** [<http://www.elmundo.es/elmundo/2007/03/07/comunicacion/1173262096.html>] -ya retirado- de una marca de lujo que recrea una escena que evoca una violación. "Nosotros, como adultos, lo tenemos asumido, y **no somos conscientes del patrón afectivo-sexual y de género que están recibiendo los menores**". Un patrón con frecuencia insano, machista, frívolo, que fomenta el culto al cuerpo y el **sexo como competición y sinónimo de éxito**. Les llega a través de la publicidad y lo ven también en la televisión, con programas como **Mujeres y hombres y viceversa** [<http://www.telecinco.es/mujeresyhombres/>], "con el problema de que los chavales ven a sus protagonistas como ídolos y pueden emularlo en sus relaciones".



Lo escuchan también en las letras de **canciones** que hablan de celos, posesión y hasta maltrato, a cuyo son a veces bailan con actitud altamente erotizada niñas que aún no han cumplido los nueve años.

Y los permanentes **estereotipos de género en la literatura y el cine**. Cuentos clásicos en los que el príncipe es valiente y la princesa, la más bella, y él es el único que puede salvarla y será suya para siempre. Como en tantas historias de Disney. O la saga **Crepúsculo** [<http://www.elmundo.es/elmundo/2013/10/19/espana/1382178782.html>]: "Si lo piensas", explica Vivas, "ella tiene que dejar a su familia para irse con él, las relaciones entre ellos son agresivas porque él es un vampiro, ella ha de darlo todo por amor...". Por eso, anima a deconstruir el amor romántico: acabar con la idea de que por amor todo se aguanta, que si no se sufre no se ama... "Los padres deben transmitir que no basta con que la persona te atraiga físicamente, sino que tienes que pasarlo bien con ella, reírte... Educar en que la pareja ha de gustarte a nivel intelectual".

No se trata de censurar contenidos -"entonces nos quedaríamos sólo con los documentales de La 2 [y a veces ni eso], bromea-, sino de hablar y cuestionar ese modelo. Las familias a veces no le dan importancia, y la tiene, porque **esos mensajes y modelos calan profundamente en los niños**", que aún no tienen la madurez para cuestionarlos.

"Es como poner a aprender integrales a un niño de tres años. Como personas necesitamos etapas para madurar psicológica y psicosexualmente, y **el desarrollo del niño no le permite valorar bien los estímulos y puede tener efectos perniciosos**", explica Molero. Desde su punto de vista, el problema es que "cuando trabajamos en educación sexual, la basamos en una educación higienista, de riesgos, y no trabajamos la parte positiva. Hasta que no cambiemos el planteamiento del beneficio que la sexualidad tiene para nosotros como seres humanos, tendremos distorsiones a la hora de comunicar y educar", añade.

Félix López Sánchez es catedrático de Psicología de la Sexualidad en la Universidad de Salamanca y autor de '**Educación sexual de los hijos** [<http://www.edicionespiramide.es/libro.php?id=1039503>]', entre otros muchos **manuales** [<http://www.todostuslibros.com/autor/felix-lopez-sanchez>] que sirven de base para talleres como el mencionado. "Exponer a los niños a estos estímulos es dejarles sin infancia, ofreciéndoles una mirada morbosa de la sexualidad y una visión muy negativa de las relaciones sexuales y amorosas", afirma.

En su opinión, no sólo se puede, sino que **se debe hablar con los hijos desde que empiezan a mostrar su curiosidad**, ya sea haciendo preguntas, tocándose o incluso masturbándose, algo que -muchas veces para horror de los padres- no es raro desde que son muy pequeños. "La fisiología del placer sexual se puede activar desde el nacimiento, y en torno a un tercio se masturba antes de los 11 años". Así, el profesor aboga por hablar desde muy temprano -finales del segundo año de vida o tres años-.

Se trata, por tanto, de **ir incorporando información a cada situación o momento**. Incluso si no preguntan, porque hay niños que no lo hacen. "Cada vez que un niño pregunta es una oportunidad. Si no respondemos, la duda permanece y buscarán resolverla en otro lado", explica Vivas a los padres devenidos en alumnos. Por eso, siempre hay que dar una respuesta, aunque sea un "no lo sé", y aunque nos incomode.

Se trata de hablar para fomentar modelos de conducta más sanos, relaciones igualitarias y aportar una **visión más humanizada de la sexualidad**. En el caso de los más pequeños, aprovechando cada situación y utilizando recursos adaptados a su edad: juegos, fantasías o cuentos. Incluso series de los 80 como '**Érase una vez la vida** [<https://www.youtube.com/watch?v=6dxr9RAndKM>]', a la que una de las madres asistentes dice haber recurrido para explicar la **reproducción**. En su introducción, una pareja desnuda se abraza hasta fusionarse, dando como fruto un cigoto que después se convierte en bebé.

Hablar desde que son bebés

Pero nunca un "no tienes edad para estas cosas". Lejos del temor manifestado por muchos padres de si hablar tan pronto de sexualidad con los niños implicará **incitarles** o adelantarse, López Sánchez cree que hablar es importante porque se trata de **responder a una curiosidad natural**. "Los niños observan diferencias anatómicas. Además, los medios, la forma de vestir y comportarse de los adultos, hablan de sexualidad. No puede ser que padres, educadores y sanitarios guarden silencio, mientras el mercado habla continuamente de sexualidad". Para el catedrático, la familia "es la única que puede dar a los niños la oportunidad de vivir una experiencia positiva, formando un **apego** seguro, aprendiendo que hay personas en las que se puede confiar, y aprendiendo el código de la intimidad". Un apego que "va a marcar las relaciones que va a tener ese niño cuando vaya siendo adulto con las personas que tiene alrededor", explica Molero. "Por eso es tan importante".

Sin embargo, la idea parece no calar: **sólo el 7% de los niños aprende educación sexual de sus padres**. ¿Y el 93% restante? De medios de comunicación, internet y de amigos. "Algo así como el ciego guiando al ciego", bromea Vivas, que alerta de cómo informarse a través de los iguales da lugar habitualmente a falsos mitos, temores, además de dejar a los críos expuestos a riesgos como el **grooming** [<http://www.elmundo.es/elmundosalud/2010/12/30/psiquiatriainfantil/1293706629.html>], al no haber sido instruidos en cuáles son los límites de la privacidad.

Un problema este último aparejado al uso de **teléfonos móviles y otros dispositivos electrónicos con acceso a Internet** por parte de niños que aún no tienen interiorizados estos límites. Pequeños de siete años que utilizan juegos *online* en la *tablet* de sus padres, en cuyo chat puede hablarles cualquiera. O el móvil como regalo de comunión sin que vaya acompañado de un 'adiestramiento' en materia de privacidad e intimidad para que comprendan la importancia de no publicar o enviar fotos de carácter erótico. Por eso, las redes sociales están llenas de adolescentes, y a veces **preadolescentes**, en esas actitudes.

"¿Y la presión del entorno? Si todos los niños lo hacen y el tuyo no, al final se sentirá diferente", plantea una madre. "Si tienen valores arraigados", contesta Vivas, "la presión del entorno les influirá menos, le darán menos valor a lo que diga el resto. Nuevamente la importancia de la información. **A menudo pensamos que es suficiente con que nuestro hijo sepa que debe tener 'cuidado', pero es importante que sepa cómo**, por qué, qué puede pasar si no lo tiene".

Y tan importante como lo que se dice, lo que se hace. Mucha gente jamás ha visto besarse a sus padres o muestras de cariño entre ellos. "Los niños saben que sus padres no son amigos, sino pareja. Y los niños copian modelos. Y esa influencia es mucho mayor que las palabras que les puedas decir", explica Molero.

Dudas constantes

Igual que el asunto del acceso a **internet**, en este tipo de talleres para adultos aparecen como una constante las **conductas de autoplacer de los niños** cuando son tan pequeños. Muchos se agobian porque su hijo se toca y no saben cómo abordarlo. Especialmente con las niñas, ya que la masturbación masculina sigue estando "mejor vista" socialmente que la femenina. Ese "Niña, no te toques ahí" coartará a la pequeña y puede fomentar el tabú, que al final deriva en que algunas mujeres lleguen a las relaciones de pareja con un absoluto desconocimiento.

"Sin reprimir, **deben hacerle entender que hay cosas íntimas que forman parte de uno**. Como cuando usas el lavabo en lugar de hacerlo en medio del salón", explica Molero. "Debemos asumir que la sexualidad es algo que tenemos desde que nacemos y que tiene que ver con los sistemas de recompensa. Que fisiológicamente implica una sensación de bienestar: tenemos esa capacidad, la utilizamos y la vamos desarrollando porque su función es estar bien y equilibrarnos emocionalmente". Por eso, explica la sexóloga, en épocas en las que estamos más ansiosos se pueden tener conductas más compulsivas. Incluso pueden ser reveladores de problemas: "Sucede que niños de tres y cuatro años, sin sexualidad consciente, de repente usan los tocamientos de forma compulsiva. Puede ser un indicativo de un conflicto en casa o en el colegio, porque esa práctica les ayuda a disminuir la ansiedad".

La **educación sexual** en familia también es fundamental ante los **cambios en el cuerpo**, que a menudo a los niños les pillan desprevenidos. "Por ejemplo, hay niñas a las que les viene la regla con 10 años, no saben que deben llevar una compresa por si acaso, que el ciclo es de 28 días, ni que es el motivo de la tristeza o malestar que sienten, porque nadie se lo ha contado", afirma Vivas, que subraya la importancia de explicárselo también a los chicos y así evitar el tabú y respuestas típicas como "no me hables de eso" o "qué asco". En España, 134 niñas menores de 14 años fueron madres en 2014, según la Estadística del Movimiento Natural de la Población del INE.

También hay niños a los que comienza a salirles vello a los 7-8 años. Cuenta Vivas que muchos padres son reticentes a que se afeiten o depilen, porque les ven muy pequeños. "Si a ellos les da vergüenza, ¿para qué esperar un año más?", les pregunta. Recomienda también **ser cuidadosos con las bromas, por ejemplo, sobre el incipiente**

bigote. En la etapa preadolescente son muy sensibles a cómo les ven los padres, y puede devenir en complejos.

Llamar a las cosas por su nombre

Y, por supuesto, llamar a las cosas por su nombre: **el pene es el pene. La vagina es la vagina.** "Luego sucede que en el cole les hablan en estos términos y, como nunca los han usado, sino que han utilizado eufemismos, les da la risa, y les parece un tabú".

La psicóloga insiste en la importancia de educar en que cada cuerpo es diferente, que en contra de lo que parecen transmitirse en esos programas de televisión a los que antes nos referíamos, **no hay cuerpos mejores y peores.** "Cada persona tiene su público", dice Vivas, que recuerda que los complejos y la baja autoestima en la infancia pueden influir en las relaciones afectivas y sexuales. Una autoestima que también es importante para saber decir que no y prevenir los temidos **abusos sexuales.** "Hay que dejarles claro, siempre, que las relaciones se tienen porque se quiere, no porque nos lo digan o por presión grupal. Que nadie tiene que tocarte o verte cambiándote de ropa en un vestuario si tú no quieres".

En definitiva, contestar siempre, aportar información real con ejemplos e incluso tirar de la propia experiencia de uno, "para ellos es muy valioso". Tener claro que "no se trata de darle una conferencia, sino de responder a inquietudes y dudas, y trabajar la propia sexualidad del adulto desde un ambiente de salud y normalizado", agrega Molero, que invita a los padres a hacer un ejercicio: "Antes de nada, que hagan una reflexión de dónde ponen el tema sexual, cómo es la sexualidad en sus vidas. Cuando trabajen desde dentro, todo será más fácil".

¿Y tú, cómo hablas de sexo con tus hijos? ¿Qué materiales utilizas? Inicia sesión y compártelo con nosotros

17 Comentarios



JoseBF

25/05/2016 04:50 horas

#1

Vivo en Amsterdam con mi mujer Holandesa y mi hijastra desde hace unos años. A mediados de este curso (Recien cumplidos los 15) trajo a casa un "libro de sexo", donde le explicaban que es sexo oral (Con dibujos incluidos), como poner un preservativo (Ejercicio en clase con consoladores!), masturbacion, etc. Nos lo conto y en casa lo miramos entre los tres, le preguntamos si tenia alguna duda y todo genial, risas incluidas. Ahora le toca a las drogas. He mirado el material y no hablan de "drogas" en general. Hacen una separacion muy clara entre Cannabis, MDMA, LSD y psicodelicos en general con Cocaina, Heroina, etc. Muy interesante el enfoque que le dan. Nunca hable de ninguno de los temas con mis padres, como era lo mas normal en la epoca. Quiero rectificarlo por que se la gran importancia que tiene en mis propias carnes, nunca mejor dicho! :) Un saludo a todos!



Xavier Diez Serrat

25/05/2016 07:54 horas

#2

Para los niños pequeños (unos cinco años) hay un libro muy bueno para enseñarles a prevenir abusos y toqueteos, que es "la regla de Kiko"

Ver 17 comentarios

Lo más leído

- 1 24 horas en la mayor comuna hippie de España
- 2 Una morsa ahoga a un hombre que se tomó selfies con ella y al cuidador del zoo que intentó salvarle
- 3 ¿Por qué debo hablar de sexo con mis hijos?
- 4 Desaparecidos: Álex y Emilio, dos capitanes del mar
- 5 "Demasiado obesa" para Facebook

Destacados

Servicios

[Noticias Última Hora](#) · [Temas](#) · [Mejores colegios](#) · [Calendario laboral 2016](#)

En vivos

[Giro de Italia: La etapa 17ª en directo](#) ·
[Roland Garros, en vivo: Miércoles 25 de mayo](#)

[Orbyt](#) · [Traductor](#) · [Guía TV](#) ·
[Diccionarios](#) · [Horóscopo](#) · [El tiempo](#) ·
[Promociones](#) · [Lotería](#) · [Tarot](#) ·
[Comparador financiero](#) ·
[Comparador seguros](#)

OTRAS WEBS DE UNIDAD EDITORIAL

Clasificados

[Marcamotor](#)

[Su Vivienda](#)

Salud

[Correo Farmacéutico](#)

[Dmedicina](#)

[Diario Médico](#)

Moda y Ocio

[Tiramillas](#)

[Telva](#)

[El Búho](#)

Empleo

[Escuela Unidad Editorial](#)

[Unidad Editorial](#)

[Expansión y Empleo](#)