



HABLEMOS DE SEXUALIDAD, AFECTIVIDAD Y GÉNERO



No dar a los hijos una adecuada educación sexual puede significar que crezcan con una mentalidad deformada sobre estos temas, que vivan momentos de angustia que se les debería evitar, que desconfíen de sus padres al ser estos incapaces de aclararles sus dudas...

ALGUNOS ASPECTOS A CONSIDERAR

1. La educación sexual ha de ser clara
2. La educación sexual ha de ser gradual
3. La educación sexual ha de ser completa.

CUANDO DEBE DARSE LA EDUCACION SEXUAL

1. En la infancia
2. En la adolescencia
3. En la juventud

ALGUNOS TEMAS QUE ES IMPORTANTE HABLAR Y COMPARTIR CON LOS HIJOS

• ¿Qué es la sexualidad?

La sexualidad involucra varios aspectos, entre estos: **la identidad** (se refiere a la manera en la que uno se siente acerca de su sexo, si uno se identifica como hombre o como mujer), **la orientación sexual** (se refiere a que si te atraen hombres o mujeres), **los gustos** y como uno **expresa** su femineidad o masculinidad en su entorno; entre otros igual de importantes.

• Roles de género.

Es la práctica de estereotipos de géneros, estos estereotipos son un prejuicio generalizado sobre lo que las personas deben desempeñar o poseer según su género, por ejemplo: que las mujeres deben cocinar y quedarse en casa, y los hombres sustentar el hogar.

Estas creencias afectan de forma negativa al desarrollo de los niños y limitan sus gustos y opciones de vida. Es importante aclarar a los niños y niñas que ellos pueden elegir libremente sus gustos y futuras profesiones sin límites algunos.

• Cuidado y respeto hacia el cuerpo propio.

El respeto y el cuidado del cuerpo pueden ayudar a prevenir problemas como la violencia o el abuso sexual infantil.

Se recomienda cuidar la intimidad de los adultos (a partir de los 2 años los niños tienen que ir aprendiendo a golpear la puerta de los padres si está cerrada, no entrar al baño si está ocupado, pues esto servirá de modelo para cuidar su propia intimidad), enseñarles a los niños que pueden decir NO a las cosas que no le gustan, a reconocer el miedo y la incomodidad, a pedir ayuda, que respetar a los mayores no significa obedecerlos en TODO, que con papá y mamá se puede hablar de TODO, que el cuerpo tiene zonas privadas, entre otras temas igual importancia.

• Estar atento a resolver dudas e inquietudes en el plano de la sexualidad.

La educación sexual requiere un ambiente de paz, de confianza y de cariño con los hijos, pues si surge alguna risa o burla puede avergonzar y alejar a los hijos para futuras dudas sobre el tema o de la vida en general. Es importante establecer una comunicación nutritiva, de confianza y respeto.

¡MAMÁ, PAPÁ SI TIENES DUDAS ACERCATE A NOSOTROS!