

¿Cómo hablar de sexualidad infantil con nuestros hijos?

Nadie duda ya de la imperiosa necesidad de una educación sexual temprana, sana y natural. Pero entorno al cómo, cuándo y dónde, reina confusión e inseguridad. La educación sexual comienza con el nacimiento: poco a poco, en función de su edad y capacidad de entendimiento, el niño va comprendiendo qué es la sexualidad, cómo funciona su cuerpo, sus sentimientos y las diferencias entre la sexualidad propia y la ajena.

¿Podemos evitar educar a nuestros hijos en la sexualidad infantil? Es imposible. Quiérase o no, los padres siempre estamos, de una u otra manera, educando sexualmente a nuestros hijos. Aun sin palabras, lo hacemos con gestos, actitudes, comentarios pasajeros y también con el «silencio» que indica «de esto no se habla». Los niños aprenden mucho más del comportamiento de quienes los rodean, que de las respuestas a sus preguntas.



Cómo contestar las dudas de nuestros hijos

Resolver una pregunta es abrir las puertas a un mundo lleno de posibilidades. Las preguntas del niño encierran curiosidad y mucha inteligencia. Desea y necesita saberlo todo: ¿Por qué sale el sol?, ¿por qué las estrellas no se caen?, ¿para qué sirve el ombligo?, ¿de dónde vienen los niños? Quieren aprender, quieren conocer el mundo.

Y a medida que lo van haciendo los niños quieren saber más cosas, entre ellas, todo lo relativo a la sexualidad. Y aquí comienzan los «problemas» (para los padres, por supuesto), aquí se pone en juego todo lo que nos enseñaron a nosotros sobre el tema, así como las vivencias que acumulamos.

Por eso es importante revisar, aclarar, informarse para actuar de la manera más adecuada y sana posible.

Aunque a los padres nos resulten incómodas «ciertas preguntitas», debemos valorar que, cuando los hijos nos interrogan, ponen de manifiesto una actitud natural frente a la sexualidad y que, por suerte, el tema aún no los inhibe. Y para que sigan actuando naturalmente es importante que los adultos reaccionemos también de una forma natural, sin alterarnos. A veces sus preguntas son tan desconcertantes que nos hacen tartamudear; lo fundamental es evitar frenar la curiosidad del pequeño: no debemos darle la impresión de que «hay cosas de las que no se habla».

Las primeras preguntas de los niños

Entre el año y medio y los tres años comienzan a surgir las primeras preguntas sobre sexualidad. Ellas están relacionadas con las diferencias anatómicas entre los sexos, entre el hermano y la hermana, el padre y la madre. Se interesan rápidamente por conocer el significado de estas diferencias. Es importante llamar a cada cosa por su nombre y, si utilizamos algún otro término, debemos aclarar que es sólo un sobrenombre. Es importante hacer hincapié en que los genitales de niñas y niños son distintos, que a las niñas no les falta nada. No hay que hablar de carencias sino de «tenencias»: los niños tienen pene y las niñas vulva.

Esto es lo que motiva la curiosidad en los niños, y los lleva a mirarse, tocarse, exhibirse, mirar y tocar a otros para escudriñar este nuevo mundo de diferencias y semejanzas.

Descubrir que existen dos sexos distintos no será difícil cuando hay hermanos o primos de distintos sexo, o cuando se está en época de playa y se tiene la oportunidad de ver otros niños desnudos.

Por el momento, el niño no quiere saber más, aunque es posible que la respuesta dada despierte nuevas interrogantes. No conviene adelantarnos a otros temas si no lo piden. Los niños preguntarán sólo lo que están prontos para entender, y lo harán según un determinado orden, que corresponde a la manera general en que investigan el mundo.

La edad del “¿Por qué?”

La famosa edad de los ¿por qué? comienza a los tres, una pesadilla para muchos padres. Surgen preguntas como ¿por qué tiene esa una panza tan grande», o ¿donde estaba yo antes de estar con ustedes? Es el momento de explicarles cómo nacen los niños.

El primer cuestionamiento es el de «por dónde salen los bebés», Es importante contestarles que salen por la vagina un «caminito» que termina en un orificio o abertura situado en la vulva de las mujeres, y que luego de nueve meses, cuando el bebé puede empezar a empujar para salir por la vagina, la mamá va al sanatorio para que el bebé tenga todos los cuidados médicos necesarios.

Es común que el pequeño pregunte también por las particularidades de su propio nacimiento; al explicarles no hay que enfatizar en el dolor sino en la alegría de su llegada.

No es necesario hacer un discurso científico, sino contestar simplemente a la pregunta; es bueno utilizar imágenes de libros que los hay y muy buenos pero sin dejar de lado los sentimientos.

Las interrogantes de los niños de 5 años

Alrededor de los cinco surgen preguntas de este tipo: «¿Cómo entré en tu panza?, ¿cómo hizo ese bebé para estar ahí dentro?

Llegó el momento de explicarles el acto sexual y la fecundación. El hecho de que pueden formular la pregunta significa que son capaces de comprender la respuesta. No debemos inquietarnos. Podemos comenzar explicando que el bebé entra por donde sale (no olvidemos que ya le explicamos que sale por la vagina); para hacerlo, conviene utilizar su propio lenguaje y evitar transformar algo hermoso en una explicación muy complicada.

A esta altura, es preciso evitar limitarse a «óvulos» y «espermatozoides», sino incluir la dimensión humana - sentimientos- de la procreación. Los niños deben estar bien seguros de que los bebés no son solo producto de la madre sino que el padre juega un papel muy importante. Y para avanzar en las explicaciones es preferible esperar la nueva pregunta del niño. Cuando deja de interrogar, hay que detenerse. Contestar a todas estas preguntas del niño en el momento que las hace, con naturalidad y veracidad, es fundamental. La actitud ante sus preguntas es lo más importante: enseñamos más por lo que hacemos que por lo que decimos. Sin embargo, aunque el niño reclame y reciba información específica, la misma va a ser procesada a través de lo que se conoce como «teorías sexuales infantiles», que son interpretaciones basadas en fantasías propias de cada etapa del desarrollo sexual infantil, que el niño construye en torno a las relaciones sexuales, el origen de los niños, sus lugares de nacimiento, etc. Por eso, a veces nos preguntan si los niños salen por la boca o por el ombligo. La información veraz que los adultos proporcionemos será vital para que el niño vaya poco a poco contrastando sus teorías con la realidad.

Una buena educación sexual no significa bombardear a los niños con información, sino darles una base que les permita entender la sexualidad como algo natural y placentero.