

DESARROLLO SEXUAL INFANTIL

Adolescentes (13 a 17 años)

Aprenda más sobre el desarrollo sexual saludable y normal para su hijo entre los 13 y 17 años.

¿Qué es el desarrollo sexual infantil?

El desarrollo sexual infantil se refiere a:

- Cambios físicos (pubertad, inicio de la menstruación, tener sueños húmedos)
- Cambios de comportamiento (mostrar afecto, masturbación, intimidad con la pareja)
- Desarrollo del conocimiento sexual (qué es el género, qué es el sexo, qué es la orientación sexual) que un niño atraviesa en su juventud.

La base para el desarrollo sexual comienza cuando un niño es un bebé. A cada edad, su hijo debe mostrar algunos comportamientos que parecen sexuales.

Recuerde, su hijo está aprendiendo y creciendo. A veces, estos comportamientos apropiados para la edad pueden requerir un momento de enseñanza, en lugar de disciplina. Considere cómo sus creencias personales y valores familiares pueden afectar el desarrollo sexual de su hijo.

¿Cómo son los comportamientos saludables en los adolescentes?

Es normal y saludable que los niños en la adolescencia tengan algún comportamiento que pueda parecer sexual.

Su adolescente puede:

- Continuar con la pubertad. Esto incluirá cambios físicos y emocionales.
- Tocar sus genitales, o masturbarse, en privado por placer. La masturbación es una forma normal en la que los adolescentes exploran sus cuerpos y su sexualidad.
- Buscar libros o sitios web que le enseñen sobre el sexo. Esto puede incluir ver pornografía.
- Tener interés sexual en sus compañeros y comenzar a salir a citas. Puede mostrar un crecimiento emocional en la forma en la que trata a una pareja con relaciones más largas y maduras.
- Comenzar a reconocer la diferencia entre relaciones saludables y no saludables.
- Querer estar cerca de alguien física y emocionalmente. Puede exhibir afecto con los amigos abrazándose o besándose para mostrar amor y apoyo.
- Explorar su identidad aprendiendo sobre el género y la autoexpresión.
- Compartir su orientación sexual. Pueden decirles a otros que son heterosexuales, gays, lesbianas o bisexuales, incluso si aún no han tenido una relación romántica o sexual.

- Enviar mensajes sexuales a un compañero de la misma edad. Los adolescentes pueden pensar que el sexting es una actividad inocente si se realiza con consentimiento mutuo, pero deben comprender que aún pueden ocurrir problemas.
- Conocer o sentir curiosidad sobre la información importante sobre la salud sexual, lo que incluye la reproducción, la anticoncepción y las infecciones de transmisión sexual.
- Decir “no” a las cosas que no quiere hacer. Esto ayuda a desarrollar el respeto por sus propios límites personales y los límites de los demás.
- Querer hacer más cosas por su cuenta o pedir más privacidad.

¿Cómo puede ayudar a su hijo a tener un desarrollo sexual saludable?

Hay formas apropiadas para la edad de enseñarle a su hijo adolescente sobre el desarrollo sexual saludable. Se basará en estos conceptos básicos a medida que crezca y madure. Esto le ayudará a tomar decisiones saludables sobre las relaciones y la sexualidad.

A esta edad, puede:

- Compartir sus **valores familiares** sobre el amor, las citas y el sexo. Escuche lo que su hijo piensa y cree.
- Hablar con su hijo sobre el desarrollo sexual. Cubra sobre la pubertad, la reproducción y las infecciones de transmisión sexual (STIs, por sus siglas en inglés).
- Utilizar términos médicos correctos para los genitales masculinos y femeninos (órganos sexuales).
- Prepararse para las conversaciones sobre salud sexual. Ayúdelo a encontrar la atención médica que necesita.
- Hablar sobre las muchas formas de mostrar amor. Hay diferentes formas de mostrar que alguien le importa.
- Hablar sobre qué pensar antes de tener relaciones sexuales, como la edad, el consentimiento, la prevención del embarazo, las infecciones y la preparación emocional.
- Ayudar a su hijo adolescente a darse cuenta cuando se sienta incómodo o nervioso en situaciones. **Hagan un plan** para ayudarlo si necesita escapar o se siente inseguro.
- Usar palabras que incluyan todas las orientaciones e identidades sexuales, para que su adolescente se sienta aceptado y comprendido.
- Hablar sobre formas seguras e inseguras de usar los teléfonos e Internet. Recuérdele la ley y las reglas de su familia para compartir imágenes.
- Ser consciente de sus reacciones. Su hijo adolescente podría plantear una pregunta o tema que le sorprenda. Mantenga la calma para mostrarle que sus preguntas y perspectivas están bien.

¿Cuándo debe hablar con el proveedor de su hijo?

Hay una amplia gama de desarrollo para los adolescentes. Si algo le preocupa, informe a su proveedor.

Además, informe al proveedor si su hijo adolescente:

- Tiene una relación romántica o sexual con alguien mucho mayor o menor que él.
- Habla o ve a las personas solo como objetos sexuales para el placer sexual.
- A menudo ve sitios web con contenido sexual.
- Intimida a las personas de forma sexual en línea o en persona.
- Utiliza palabras o acciones sexualmente inapropiadas para hacer que las personas se sientan incómodas o hiere sus sentimientos intencionalmente.
- Le cuesta adaptarse a su orientación sexual o a quién le atrae.
- Se masturba en público o con una frecuencia que se interpone en la vida diaria.
- Hace actos sexuales para agradarle a las personas o por dinero u otras recompensas.
- Presiona o hace que otros hagan cosas sexuales que no quieren hacer.
- Toma o comparte fotos o videos de actos sexuales sin el permiso de la otra persona.
- Observa a las personas cuando están desnudas o tienen relaciones sexuales sin su consentimiento.