

DESARROLLO SEXUAL INFANTIL

Consejos para hablar con los niños

Aprenda más sobre cómo hablar con su hijo acerca del desarrollo sexual saludable y normal.

¿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.

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

Ayúdelo a comprender lo que es normal y saludable a cada edad. Hay formas apropiadas de hablar y enseñarle a su hijo sobre su desarrollo de acuerdo con su edad. Tenga conversaciones abiertas y honestas a cualquier etapa. Usted es uno de los maestros más importantes en la vida de su hijo.

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.

¿Cuáles son algunos consejos para hablar sobre el desarrollo sexual?

Estas son algunas formas en que puede mantener abiertas las líneas de comunicación cuando hable sobre la sexualidad con su hijo.

Sea honesto. Puede ser difícil hablar de algunos temas. Si una conversación es difícil, está bien decirlo. Admita la incomodidad y comparta los hechos correctos.

Aprendan juntos. Si su hijo hace una pregunta para la que usted no sabe la respuesta, dígalos. Esto demuestra que está bien no tener todas las respuestas. Luego, encuentren la respuesta juntos.

Respete los sentimientos. Piense en sus propios valores y sentimientos sobre la sexualidad. Su hijo formará sus propios pensamientos y sentimientos con el tiempo. Incluso si su punto de vista es diferente al suyo, trate de evitar el juicio. Avergonzarlo puede ser perjudicial. Puede dañar su relación con él.

Haga preguntas e intente comprender. Si no está seguro de lo que su hijo está preguntando o hablando, haga preguntas simples y abiertas. Esto lo ayudará a entenderlo mejor.

Use palabras que su hijo puede entender. Incluso los niños pequeños deben aprender las palabras médicas correctas para las partes de su cuerpo.

Respete la curiosidad. Los niños de todas las edades pueden ser curiosos. Fomente esta curiosidad respondiendo a las preguntas que le hagan. Trate de no decir cosas como: “¡Eres demasiado joven para saber eso!” En su lugar, trate de dar tanta información como sea adecuada para su edad.

Use palabras que sean inclusivas. Su hijo puede estar aprendiendo sobre las diferentes formas en que las personas experimentan la sexualidad. El uso de palabras que incluyan todas las orientaciones e identidades sexuales puede ayudar a una comunicación abierta.

Hable de las alegrías de la sexualidad. Ayude a su hijo a saber que merece disfrutar de su sexualidad y que debe expresar sus necesidades, deseos y límites..

Hable sobre el consentimiento. Cuando hable con su hijo sobre el sexo, comparta que es importante preguntar, escuchar y buscar el consentimiento. Enséñele a su hijo a decir sí o no dependiendo de cómo se sienta.

Sea un buen ejemplo. Los niños aprenden de los que los rodean. Muéstreles cómo es una relación saludable. Use una comunicación saludable en sus relaciones y cuando hable sobre la imagen corporal.

¿Qué pasa si necesita ayuda para hablar con su hijo?

Hay muchos lugares confiables para encontrar información que puede compartir con su hijo. Hable con el proveedor si tiene preguntas o necesita apoyo para hablar con su hijo.

Recurso

**Desarrollo saludable
a todas las edades**

