Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

¿Y del preservativo,… cuándo hablamos?

Somos seres sexuados desde el nacimiento hasta la muerte. La sexualidad se va desarrollando a lo largo de toda nuestra vida.

La sexualidad forma parte de nuestros pensamientos y nuestros sentimientos. Está presente en nuestros comportamientos, en nuestras relaciones y en nuestro cuerpo. Pero la sexualidad va mucho más allá de la genitalidad.

Acariciando, besando, abrazando y consolando al bebé contribuimos a su seguridad desde el placer. Le transmitimos nuestras emociones y le reconocemos las suyas. Nos movemos en un mundo lleno de sensaciones que deben ser agradables.

Si la sexualidad es tan importante para ser felices, si está tan presente en nuestras vidas, ¿por qué tanto misterio y tanta prohibición para hablar de sexualidad?

¿Cómo se debe abordar la sexualidad con los hijos?

La sexualidad es una vivencia natural.

Se debe normalizar el tema. Hable de sexualidad con los niños y niñas como de cualquier otro tema.

La sexualidad tiene que estar al mismo nivel de importancia que otras materias (alimentación, higiene, ejercicio, etc.). Abórdela de la misma forma.

Si no nos reímos al hablar de los alimentos, ¿por qué nos reímos al hablar de los genitales? ¿Por qué se ponen tantos nombres a lo que sólo tiene uno?, ¿se hace con los otros temas? No olvidemos la importancia del lenguaje (pene, vulva, vagina, clítoris;…).

Si se crea desde pequeños un ambiente de respeto e interés ante su curiosidad, si respondemos de forma sencilla y natural a sus preguntas, se sentirán seguros cuando tengan dudas, sabrán que van a ser escuchados.

Es importante adelantarse a las preguntas, hablar de forma natural como de cualquier otro tema, aprovechando lecturas, juegos, películas, etc. Aunque no pregunten, podemos hablar con ellos de los temas que pensamos deben conocer.

Y si hablamos de relaciones, de alegría, de placer, también tenemos que hablar de responsabilidad y de evitación de enfermedades: el preservativo entra en este apartado. Pero no desde la prohibición, desde el miedo o desde el

peligro.

Ver algún preservativo, tocarlo, saber dónde conseguirlo, cómo ponerlo, cómo quitarlo, cuándo ponerlo, dónde tirarlo, etc. Son muy buenas formas de facilitar sus preguntas.

Pero, ¿cuándo debe aparecer el condón en casa?

El objetivo es normalizar su uso. Así que, antes de que lo puedan necesitar. A ella y a él. Evite tabúes. No los esconda.

Coloque los preservativos en lugares visibles y accesibles; por ejemplo, donde guarda los tampones, las compresas, etc. Ofrezca un envase si considera que los puede necesitar. Facilite que los pueda coger. Hable del tema si él o ella quieren hacerlo.

Pero no olvide respetar sus silencios ni a 'sus otros cómplices', a sus búsquedas de información por otros caminos.

Educar en responsabilidad, tolerancia y respeto

Desde la responsabilidad también se pone en marcha la toma de decisiones y el saber y poder decir "no". Educar en el "no" tiene que comenzar desde la infancia, cuando no quieren tener muestras de afecto con conocidos o desconocidos y les apremiamos para llevarlas a cabo,.... Los sentimientos se van trabajando y se van ganando, no son obligatorios. Las demostraciones afectivas han de surgir desde la libertad. Si educamos desde la tolerancia y el respeto serán capaces de disfrutar de su sexualidad sin presiones ni intransigencias, y en cualquiera de las distintas formas de manifestarse.

Nuestros hijos merecen nuestro respeto y nuestra tolerancia. Necesitan tener claro que estaremos a su lado en su desarrollo. Transmitirles una educación sexual saludable forma parte de nuestras responsabilidades.

Fecha de publicación: 10-08-2017

Autor/es:

- Macarena García Santiago. Pediatra. Centro de Salud "Pavones". Madrid

BY NC ND