



Vida  
Sana



**María Campo  
Martínez**

Pedagoga

---

**Es importante que este diálogo se genere en la familia para evitar que busquen información en Internet**

---

La educación sexual es uno de los temas que más suele preocupar a los padres, especialmente cuando llega la etapa de la adolescencia. Sin embargo, no hay que esperar hasta entonces para tratar el tema con los hijos. Aunque nos parezca mentira, los niños desde que son muy pequeños empiezan a conocer la sexualidad mediante las diferencias que ven entre los cuerpos. Por ello, es importante tratar pronto el tema enfocándolo de distinta manera según las edades de los niños.

Con ellos hay que **hablar** de sexualidad de **forma natural**, tienen que ver que **no es un tema que nos coarta** o que **tratamos de evitar** porque, probablemente, eso **les va a crear más curiosidad** y los va a llevar a **no confiar en nosotros** y a **acudir a otras fuentes** a informarse sobre este tema.

Muchas veces lo prohibido es para ellos lo tentador y al percibir que en casa cuesta tratar el tema buscarán en Internet, en redes sociales o revistas y lo hablarán, principalmente, con sus iguales obteniendo una **información no real** que les puede **perjudicar** o **traer problemas** en un futuro cercano para ellos, en la **adolescencia**.

Probablemente, **al principio nos cueste** saber qué tenemos que decirles sobre este tema, cómo debemos administrar la información con la que contamos y cuándo es el momento para dársela. Hay que tener en cuenta que la **sexualidad forma parte del desarrollo afectivo** de los niños, por lo que debemos tener claro que es algo que **trabajamos a diario sin darnos cuenta**, con gestos, abrazos, caricias? Ahí empieza para los más pequeños la sexualidad.

A partir de entonces y **según vayan creciendo** tendremos que **abordar temas** como las **relaciones** de pareja, el trato entre dos personas que se quieren, las distintas **demonstraciones de afecto**, el **respeto**, las **emociones**, los **cuerpos y sus cambios**, la **reproducción**? Esto ayudará a su **desarrollo como personas** y a que **aprendan a quererse** y a **ser queridos**.

A los niños este es un **tema** que les **llama la atención** y, por sí solos, **investigan y exploran** por su cuenta. Es muy importante que **no interpretemos con ojos de adulto** lo que hacen. Para ellos es algo nuevo y no podemos **ni escandalizarnos ni mentirles**. Tienen que saber que **estamos ahí** para algo, de lo contrario irán a buscar la información a otro lado.

Podemos **apoyarnos** de diferentes **recursos o materiales** para que nos resulte más sencillo hacerles llegar la información que necesiten. Tenemos que **mostrar confianza** para que acudan a nosotros en el momento que les surja una duda y que vean que tenemos **disposición a responder**.

Probablemente, unas veces nos cueste más que otras, pero seguramente **ninguna respuesta que les demos será mala**. Hay que intentar hacerlo lo mejor posible, **hablar de manera clara**, **huyendo de tecnicismos** y **amoldándonos a su lenguaje**. En estos casos, los **ejemplos** suelen resultar **muy útiles** en caso de que lo que les preocupe sea complicado de resolver. Y, sin ninguna duda, es muy importante también dar **respuestas cariñosas** y que **participen los dos padres**.

En este tema lo **fundamental** no es el contenido sino cómo interpretan **nuestra motivación al responder**. Con ello sabremos si nos hemos ganado su confianza en un tema tan importante como es la sexualidad. Al fin y al cabo, la **educación sexual es más que responder preguntas, es: hablar, oír, respetar opiniones, dar ejemplo y crear un buen ambiente**.

EXPERTO:  
María Campo Martínez  
Pedagoga

**Licenciada en Pedagogía. Diplomada en Magisterio de Educación Infantil. Asesora de Eduka&Nature.**