Hablar de sexualidad con niños y niñas desde edades tempranas sigue siendo un tema que genera dudas entre las familias. Sin embargo, especialistas enfatizan que una educación sexual adecuada a cada etapa de desarrollo no busca adelantar el inicio de las relaciones sexuales, sino entregar herramientas para que niños, niñas y adolescentes conozcan su cuerpo, puedan identificar situaciones de riesgo y tomen decisiones informadas y responsables a medida que crecen.

En el marco del Mes del Niño, Victoria Cancino, matrona de DKT, explica que la educación sexual puede comenzar desde la primera infancia, siempre utilizando un lenguaje apropiado para la edad. “Desde la primera infancia podemos hablar de las partes del cuerpo, de lo que está permitido y lo que no, de qué se puede tocar y qué no. La educación sexual no significa sexualizar a los niños, sino entregarles información correcta sobre su cuerpo y herramientas para reconocer situaciones que no corresponden”, señala.

Anuncio Patrocinado

Educación sexual no es sexualizar

Uno de los principales prejuicios en torno a la educación sexual es la idea de que conversar tempranamente sobre estos temas podría incentivar el inicio precoz de las relaciones sexuales. Sin embargo, la especialista plantea que existe una diferencia fundamental entre educar sobre sexualidad y exponer a los niños a contenidos sexualizados.

“Hay una idea equivocada de que hablar de sexualidad a temprana edad sexualiza a los niños. Pero la educación sexual es completamente distinta: no significa darles el pase para que tengan una vida sexual activa. Se trata de entregar información correcta, enseñarles sobre su cuerpo y ayudarlos a identificar conductas de riesgo”, explica Cancino.

La profesional agrega que la exposición a contenidos sexualizados puede producirse a través de redes sociales, televisión y otros medios, mientras que la educación sexual busca entregar herramientas para que los niños puedan comprender y procesar adecuadamente la información que reciben.

¿Desde qué edad se puede hablar de sexualidad?

La educación sexual no tiene que comenzar con una conversación única o formal.

Según Cancino, debe ser un proceso progresivo que acompañe las distintas etapas de crecimiento.

Durante la primera infancia, los padres pueden enseñar los nombres correctos de las partes del cuerpo, explicar cuáles son las zonas privadas, establecer límites respecto del contacto físico y enseñar a los niños que tienen derecho a decir que no frente a situaciones que les incomoden.

A medida que crecen, las conversaciones pueden incorporar temas como los cambios físicos de la pubertad, la menstruación, las emociones, las relaciones afectivas, el consentimiento y, posteriormente, la prevención del embarazo.

“No se trata de conversar de la misma manera con un niño pequeño que con un adolescente. La información tiene que ir cambiando de acuerdo con su edad y nivel de comprensión”, sostiene la matrona.

Familia y colegios: roles complementarios

En este proceso, la familia cumple un papel fundamental, mientras que los establecimientos educacionales pueden complementar la información desde una perspectiva formativa y relacionada con el desarrollo.

“El colegio puede abordar principalmente lo fisiológico: el desarrollo, los cambios que ocurren durante la pubertad y qué es normal y qué no. Pero temas como el consentimiento, los valores y la forma en que construimos nuestras relaciones también tienen un componente que debe trabajarse desde la casa”, explica Cancino.

La especialista advierte, además, que actualmente no existe un programa único y transversal de educación sexual instalado de manera uniforme en todos los establecimientos educacionales, por lo que la participación de las familias sigue siendo especialmente relevante.

En este contexto, recomienda que los padres aprovechen también los espacios de atención de salud disponibles. Los controles de salud infantil y adolescente pueden ser instancias para resolver dudas y recibir orientación profesional. Además, desde los 14 años los adolescentes pueden acudir de manera autónoma a una matrona para recibir orientación y atención en salud sexual y reproductiva.

Prevenir el embarazo, pero también las infecciones de transmisión sexual

La educación sexual también cumple un papel relevante en la prevención del embarazo adolescente. Chile ha registrado una importante disminución de los embarazos en adolescentes en las últimas décadas, pero la especialista plantea que los esfuerzos preventivos deben considerar también las infecciones de transmisión sexual (ITS).

“Se ha reforzado mucho la prevención del embarazo adolescente y hemos visto resultados positivos, pero hoy tenemos que preocuparnos también de que los adolescentes sepan cómo cuidarse de las infecciones de transmisión sexual. No basta con prevenir un embarazo: también es necesario promover el uso del preservativo y entregar información sobre las ITS”, afirma Cancino.

Conocer los métodos anticonceptivos antes de necesitarlos

Otro aspecto relevante es que los adolescentes conozcan con anticipación las alternativas anticonceptivas disponibles. La especialista explica que la fertilidad puede comenzar desde la primera menstruación, por lo que es importante que las adolescentes cuenten con información antes de enfrentar una situación en la que necesiten tomar una decisión.

“Una niña puede ser fértil desde su primera menstruación, por lo que es importante que tenga información previamente. No necesariamente significa que deba utilizar un método anticonceptivo, sino que debe conocer qué alternativas existen y saber dónde puede pedir orientación cuando lo necesite”, explica.

Para Cancino, la clave está en anticiparse y no esperar a que exista una situación de riesgo para iniciar la conversación.

y tú, ¿qué opinas?