

# Salud y seguridad sexuales



Muchos cuidadores quieren saber cómo hablar sobre los cuerpos de los niños y cómo responder a su interés temprano en el juego “sexual”.

## HABLAR SOBRE LOS CUERPOS

Darles mensajes positivos los llevarán a sentirse orgullosos de sus cuerpos y a tener una autoestima sana. Utilice los nombres correctos para todas las partes del cuerpo, incluidos los genitales. Los niños notan si únicamente ciertas partes de su cuerpo reciben nombres especiales. Cuando las partes íntimas no se nombran en absoluto, puede causar confusión o vergüenza. Los términos adecuados para las partes del cuerpo podrían resultar embarazosos al principio. Sin embargo, si los utiliza desde el principio le resultará más cómodo. Aprenderán que está bien hablar de sus cuerpos. Los nombres correctos también pueden ayudar a su hijo a sentirse a cargo de su cuerpo. Entonces sabrán cuáles son las palabras para avisarle si hay algún contacto no deseado o abuso.



## ¿QUÉ SUCEDE CON EL JUEGO “SEXUAL” Y LA MASTURBACIÓN?

Explorar los cuerpos es una parte normal y saludable del desarrollo de todos los niños. En los primeros años de vida, los niños muestran interés por sus zonas privadas y las de los demás. Muchos bebés descubren sus genitales y los tocan desde que son bebés. Los cuidadores pueden ignorar este comportamiento (porque es bastante normal) o simplemente explicar lo que está sucediendo. Pueden decir: “¡Encontraste tu pene!” o “Esa es tu vulva”.

Una vez que los niños son mayores, tiene sentido poner límites a este comportamiento. Los límites enseñan los valores de su familia sobre la privacidad y las limitaciones. Por ejemplo, podría enseñarle a su niño pequeño que no debe tocarse los genitales en público. Muchos cuidadores enseñan a los niños que sus partes íntimas sólo las pueden tocar ellos mismos. Los casos que cuentan como excepciones incluyen si se necesita la ayuda de un cuidador para limpiarlos o si un médico necesita examinarlos. Si los niños tocan sus partes íntimas en público, recuérdelos amablemente que esta actividad es privada. El castigo puede hacer que los niños se sientan mal consigo mismos o con su cuerpo. También podría enseñarles que no pueden acudir a usted con preguntas o problemas sobre su cuerpo.

## **LOS COMPORTAMIENTOS QUE PODRÍAN SER PREOCUPANTES INCLUYEN QUE SU HIJO:**

- No pueda dejar de tocarse los genitales, incluso al recordárselo.
- Intente involucrar a otros niños o adultos en su actividad.
- Tenga alguna lesión en sus genitales o informe que tiene dolor.
- Represente actos sexuales de adultos.

Si observa alguno de estos comportamientos, comuníquese con su especialista de HealthySteps o con el proveedor de atención primaria de su hijo. Puede resultar útil hablar con otro adulto si se siente avergonzado, sorprendido o perturbado cuando su hijo explora su cuerpo. Este apoyo puede ayudarlo a mantener sus reacciones tranquilas y objetivas ante este comportamiento.

