

**¿HABLAS DE**  
*Sexualidad*  
**CON TUS**  
**HIJAS E**  
**HIJOS?**

**Programa para  
la prevención de embarazos  
en la adolescencia**

**DIRIGIDO A PADRES Y MADRES**



Federación de Planificación Familiar de España (FPFE)

---

Edita: Federación de Planificación Familiar de España

Almagro, 28 - 28010 Madrid - España

Tel.: 91 591 34 49

Fax: 91 591 38 84

e-mail: [info@fpfe.org](mailto:info@fpfe.org)

Realización y diseño: PardeDÓS

# Índice

	<b>Pág.</b>
Introducción	5
<hr/>	
Algunas de las cosas sobre las que preguntan <i>Rafaela Martín</i>	7
<hr/>	
Sobre asertividad <i>Vicente Barragán</i>	11
<hr/>	
Desarrollo evolutivo <i>Vicente Barragán</i>	13
<hr/>	
Conceptos que vertebran esta propuesta: género, sexualidad y educación afectivo-sexual <i>Mercedes Oliveira Malvar</i>	17
<hr/>	
Orientaciones para trabajar con los padres <i>Font, P.</i>	23
<hr/>	
Bibliografía de educación sexual para madres y padres	31
<hr/>	

# Introducción

El presente documento contiene una serie de artículos originales y otros textos relevantes ya publicados pero que merecen difusión por el interés del tema abordado. Su pretensión no es otra que servir a vosotras y vosotros, madres y padres, que habéis participado en los talleres, de apoyo y refuerzo de los contenidos trabajados en ellos.

La sexualidad por su elevado grado de tabuización social sigue siendo aún objeto de demasiados mitos que junto a las informaciones, muchas veces contradictorias, que se reciben en la adolescencia provocan multitud de dudas sobre las que se pueden formular otras tantas preguntas. Difícilmente se pueden tratar todas durante el desarrollo de los talleres porque depende mucho de los intereses particulares de las personas que participáis en ellos, por eso hemos querido plasmar las más frecuentes en este documento.

Habilidades como la asertividad pensamos que son de indudable valor a la hora de negociar con hijas e hijos, incluso para que ellas y ellos aprendan a desarrollarla. Hemos creído conveniente también el hacer un repaso en cuanto a los cambios que presentan desde la infancia hasta la adolescencia, porque entendemos que cada niño y cada niña merecen consideraciones diferentes en cada etapa de desarrollo y que deben ser tenidas en cuenta desde una perspectiva diferente a como las personas adultas ven, sienten y viven su propia sexualidad.

Tampoco podría faltar una profundización mayor en la problemática de género, en la asignación de roles en función de que sea mujer u hombre, creando agravios importantes entre las unas y los otros; esta vez desde una vertiente más pedagógica, dentro de lo que es la Educación Afectivo-Sexual (E.A.S.) y que incorpora un discurso crítico a la educación sexual que habitualmente se suele hacer en los medios educativos.

Para terminar incorporamos un texto con recomendaciones realmente pragmáticas, a modo de guía rápida y algunas recomendaciones en cuanto posibles lecturas relacionadas con estos contenidos.

Esperamos haber llegado a nuestros objetivos, pero sobre todo haber cumplido vuestras expectativas.

# A algunas de las cosas sobre las que preguntan

**Rafaela Martín**

Como está demostrado, uno de los requisitos, aunque no el único, para la vivencia de la sexualidad de manera placentera, sin riesgos, es el disponer de una información-educación correcta sobre la misma. Ésta, habría que iniciarla a partir de que se nace y no esperar, como en muchos casos es habitual, hasta la pubertad que es cuando entonces, si se trata, generalmente, será sobre la genitalidad asociada a la reproducción, los riesgos y las “maldades” de la sexualidad.

Claro que no es una tarea sencilla hablar con nuestros hijos e hijas adolescentes de temas que, seguramente, no nos explicaron nunca, o si lo hicieron, posiblemente no fue de una manera adecuada y que, a su vez, están muy acompañados de nuestras propias dudas, temores, inhibiciones,... y, por supuesto, timidez. Por ello, cuestiones, sobre todo desde lo positivo, como las del deseo, la pasión, el placer, los sentimientos y otras muchas más, la mayoría de las veces no se mencionan o, si se hace, se solucionan, repetidamente, con respuestas evasivas, poco claras o falsas.

Pero, el asunto, no se va a concluir ahí. La población adolescente, va a buscar información en revistas, publicaciones, películas, medios de comunicación,..., y, además y desde luego, en

tre sus pares, sus iguales, entre los compañeros más “avanzados” y las amigas que “saben”, obteniendo respuestas, en muchos casos, no muy correctas.

Estas informaciones, en alguna ocasión y si tienen oportunidad, las van a contrastar o confirmar con la familia, o, con más frecuencia, con profesionales a través de los centros escolares o consultas específicas..., y en este ámbito, como en todos los demás ámbitos de la vida, tendremos que intervenir tanto desde los conocimientos científicos, como desde la tolerancia activa y recíproca o sea, desde la difícil y objetiva jerarquización de los valores propios y ajenos, basándonos en que los Derechos Humanos y la dignidad de la persona son los valores universales que, sin excepción, se deben de aceptar y respetar.

Son grandes cambios los que se producen en la pubertad y, por ello, son muchas y diferentes las preguntas relacionadas con la sexualidad -dependiendo del momento evolutivo e incluso del sexo-, que se plantean.

Todas son importantes pero, como por razón de espacio, hay que seleccionar, abordaremos algunas de las más comunes:

## Masturbación

Hay multitud de términos populares para designar el acto de masturbarse; utilizándose, entre otros: “Hacerse una paja”, “Cascársela”, los chicos o “Hacerse un dedo”, las chicas.

Tema que suelen plantear más ellos que ellas, dirigiendo sus preguntas, principalmente, hacia los efectos negativos que pueda ocasionar; las veces que se puede hacer; cómo influye en el tamaño del pene o en la esterilidad;... aunque también se solicita información concreta sobre la masturbación femenina, por considerarse como algo “más novedoso”, más oculto y desconocido ya que, como en ocasiones plantean, “Si no tienen pene, ¿cómo se lo hacen?”, “¿Pierden la virginidad?!”, oyéndose, a veces, comentarios, en la línea de: “¿Qué guarrada!”, “Eso, solo lo hacen las guarras”.

Se demuestra lo que es evidente: las pautas socioculturales, relacionadas con la sexualidad, al igual que en otros muchos campos, son diferentes para mujeres y varones.

Desde los conocimientos que se poseen, a lo largo de la historia, la masturbación ha sido una de las prácticas más censuradas y hasta incluso perseguida, llegando a atribuirle toda clase de males: ceguera, esterilidad, demencia, etc., efectos que, a pesar de los pronunciamientos científicos, en bastantes ocasiones, aunque con menos “gravedad”, se siguen validando en algunos ámbitos.

Es una práctica valiosa de la vida sexual de la persona, desde los más tempranos días de la vida, hasta los últimos, pudiéndose decir que no solamente es inocua, sino que constituye una buena manera de descubrir el funcionamiento del cuerpo y sus respuestas ante determinadas estímulos, ayudando a elaborar un concepto positivo de la sexualidad.

## Virginidad

Se plantea más como tema que atañe “exclusivamente” a la mujer, por lo que es conveniente aclarar, desde el principio, que Virgen es toda persona -hombre o mujer- que no ha mantenido nunca prácticas de penetración pene-vagina (coito).

En los varones, probablemente, no haya manera de comprobarlo; en cambio, en las mujeres, tanto histórica como actualmente, se asocia directamente con el “estado” del himen (la membrana fina, frágil, porosa y elástica, que se encuentra en la entrada de la vagina). Es importante tener en cuenta que algunas niñas nacen sin himen; a otras, se les puede ir “rompiendo” de manera imperceptible al realizar ciertos ejercicios, con ciertos movimientos, al utilizar tampones..., circunstancias totalmente naturales que, en ocasiones, crean situaciones angustiosas que se detectan a través de las preguntas que realizan las chicas: “De cara al futuro, ¿cómo puedo saber si tengo el himen entero?”, “¿El chico nota siempre cómo está el himen?”, “Si te metes algún objeto parecido al aparato reproductor masculino, ¿pierdes la virginidad?”. Otras preguntas, típicas de los varones: “¿Si no me cuesta metérsela, es que ya lo ha hecho?”, “¿Cómo puedo notar que no es virgen y me está engañando?”.

En muchas culturas, se considera que la “virginidad” es lo que las jóvenes deben conservar a “cualquier precio” hasta el matrimonio; mientras que los chicos deben de perder, “antes de”, “para demostrar” (tanto para ellos, como para los demás), “para aprender”, “para saber”... En relación con la “virginidad”, tanto para las mujeres como para los hombres, lo más importante, no es lo que se tenga o no, lo que se note o no, si no en cómo se siente como persona, en su “estar de acuerdo” entre sus sentimientos, sus actitudes, sus comportamientos.

## “La 1ª vez”

Siempre hay una primera vez cuando nos iniciamos en algo que no se ha hecho aunque, en ocasiones, nunca se da esa primera vez. La cuestión debería de radicar en la voluntad, en el elegir libremente si se quiere que la haya, cuándo, cómo y si se comparte, con quien.

Cuando plantean: “¿Duele la 1ª vez?”, “¿Siempre se sangra?”, “¿Si no se sangra, es que no eres virgen?”, “¿La 1ª vez, me puedo quedar embarazada?”, “¿Se me va a notar?”, “Cuando fuimos a hacerlo, mi pene estaba empalmado, pero a la hora de metérsela, se me desempalmó ¿por qué pudo ser?”, “Apreté, se la metí, y...ya no me pude controlar”... Es evidente que, en esta ocasión, se refieren a cuando se mantiene, por 1ª vez, una relación de coito.

Es una experiencia sobre la que se habla, una gran mayoría de las veces, con poca realidad -bien por exceso o por defecto-, influyendo en distorsionar los propios sentimientos hacia “el debut”.

Para la mayoría de las chicas, los sentimientos más tangibles se asocian con el miedo al posible dolor físico -sangrado- y, posteriormente, con el riesgo de embarazo, mientras que para ellos se orientan las dudas y preocupaciones hacia “su respuesta” y “cumplimiento”. Por esto, un cierto nivel de conocimientos (como por ejemplo el conocer que el himen es elástico, pero puede ocurrir que los músculos de la vagina influidos por el miedo, la tensión, la preocupación..., se contraigan y, entonces, si se fuerza la penetración se produzcan molestias e incluso se sangre), junto a la importancia que tiene que ambas personas se sientan seguras -tanto en el sentido de lo que quieren como respecto a la protección ante los posibles riesgos- sería primordial, para vivir la experiencia como “un viaje de grandes descubrimientos”, donde hay que encontrar los propios caminos, a través de la comunicación, del diálogo, más o menos explícito.

Esta “1ª VEZ”, o la “pérdida de la virginidad” tanto para ellas, como para ellos, no debería ser ninguna “carrera contra el reloj”, en el sentido de no dejarse influir y “tener que cumplir” ante las modas, las estadísticas, la equiparación con sus iguales, ni en empeñarse en demostrar nada y, por supuesto, no debería servir para valorar o enjuiciar a nadie. Cada cual, tanto las chicas como los chicos, deben valorar, elegir y encontrar “su” momento.

## El embarazo

El “embarazo adolescente”, cuya gran mayoría no son deseados o no planificados, por lo general, aunque dependiendo de la concepción que se tenga sobre el hecho, suele constituir un problema, debido a las repercusiones psicosociales que, en la mayoría de los casos, se derivan, no ya sólo para las adolescentes directamente afectadas sino también para las familias relacionadas.

Los errores que circulan con respecto a los NO riesgos de embarazo, como los de: “Haciéndolo de pie...”, “La 1ª vez no...”, “Si se lava, después de...”, “Si me salgo antes de...” son, posiblemente, la causa principal en que éstos se produzcan. Aunque también hay que tener en cuenta otros motivos asociados, como el de la “espontaneidad” de la relación y, por tanto, la imprevisión de la utilización de un método anticonceptivo; el “sentimiento mágico” de invulnerabilidad que las lleva a decir “Creía que a mí, no me iba a pasar”, “Pensaba que esto les pasaba a otras”; la falta de habilidades de negociación y asertividad de la chica ante las demandas insistentes e incluso, amenazadoras, del compañero: “Fíate de mí. Yo me sé controlar, ¿cómo voy a querer que te ocurra algo malo?”, “Ya llevamos saliendo bastante tiempo, ya está bien de esperar, así es que ¿o lo hacemos o...?” (O..., suele indicar: me “abro”, me “largo”).

A esto habría que añadir los obstáculos que, en algunos casos tienen que solventar para dispo-

ner de métodos anticonceptivos y que se derivan de la de la “no aceptación” social de las prácticas sexuales en la adolescencia.

La tarea de la prevención tiene que ser compartida -hombre y mujer- y no recaer, solamente, en ella por que sea quien se embaraza. El hecho de implicarse, de compartir la responsabilidad, es una forma de demostrar que importa la pareja.

Y como cierre: Desde nuestro papel, como agentes informativos-educativos que somos, como madre, padre, tío, tía, abuelo, abuela,..., docente, desde el respeto al derecho de “sus” silencios, tendremos que realizar la difícil tarea de informar-educar, abordando los estereotipos y desigualdades que se dan entre hombres y mujeres, para orientar y facilitar que ellos y ellas sean conscientes de la realidad y tomen decisiones adecuadas respecto a “su” vivencia de la sexualidad.

# Sobre asertividad

Vicente Barragán

Tenía que haber dicho que NO!”.

Con más frecuencia de la deseada puede pasar esta frase por la cabeza y suele ir acompañada de una sensación de malestar, como de haber perdido un derecho, de haber sido víctima de un engaño. Muy a pesar de una o de uno mismo se acepta una responsabilidad no deseada. Entonces, ¿por qué se llega a este tipo de situaciones? Unas veces por no herir los sentimientos de la otra persona, o por considerarla superior con respecto a una o uno mismo, y casi siempre por la dificultad para manifestarle los propios sentimientos.

En otras ocasiones, el tomar una decisión acorde con los propios deseos, ante la propuesta de otra u otras personas, puede tener consecuencias negativas. Esto ocurre cuando la demanda que hacen es interpretada como inaceptable porque vulnera un derecho propio y se acompaña de atribuciones negativas a esas personas, como el catalogarlas de “caradura”. La consecuencia de todo esto suele ser una reacción agresiva con el consiguiente deterioro de las relaciones interpersonales.

Existe otra posibilidad que es la de expresarse libremente, con tranquilidad y serenidad, manifestando la propia opinión ante la demanda de la otra persona, en definitiva, ser y mostrarse como personas asertivas.

La **conducta asertiva** implica la expresión directa de los propios sentimientos, necesidades, derechos legítimos u opiniones sin amenazar o castigar a los y las demás y sin violar los derechos de esas personas. Su mensaje básico es “esto es lo que yo pienso”, “esto es lo que yo siento”, “así es como veo la situación”, y expresa quién es la persona, es decir “yo”, diciéndose sin dominar, humillar o degradar al otro individuo. Su propósito es la comunicación clara, directa y no ofensiva de las propias necesidades y opiniones. En la manifestación de esta conducta, tan importante como la expresión verbal es la no verbal que tiene que estar en sintonía con lo que se quiere transmitir, con gestos, mirada y tono de voz adecuados.

Prácticamente en todas las situaciones de la vida el comportamiento asertivo es más adecuado y reforzante que los otros estilos de comportamiento, ayudando a la persona a expresarse libremente y a conseguir, frecuentemente, los objetivos propuestos. Pero como anteriormente he expresado, no todo el mundo actúa así porque como cualquier otra conducta necesita de un aprendizaje que no todos ni todas han podido desarrollar.

Algunas personas sienten que su forma de ser es inalterable y por muchos esfuerzos que hagan jamás podrán cambiar, haciendo comenta-

rios como “soy así, ¡que le voy a hacer!”. Nada más lejos de la realidad. Vamos aprendiendo, cambiando, modificando hábitos con la cotidianidad, sin necesidad de cambiar las raíces de nuestra personalidad. Así pues, es posible aprender técnicas para ser personas cada día más asertivas como las siguientes:

- **El disco rayado:** Consiste en repetir una y otra vez lo que se quiere decir, claro, sin enfadarse ni culpabilizar al otro.
- **Pantalla de niebla:** Se basa en buscar algo con lo que se pueda estar de acuerdo cuando alguien te ataca verbalmente y manifestárselo (“Es verdad, en eso tienes toda la razón”). Esto ayuda a “templar” los ánimos al no alimentar el enfado de la otra persona con afirmaciones de “ataque” o “defensa”. Al defenderse inicialmente, es muy probable que se haga que la persona atacante se sienta incomprendida o desafiada y en consecuencia obligada a presentar pruebas que justifiquen su enfado. Estar de acuerdo con cualquier parte de lo que se ha dicho, por pequeña que sea, hará que parezca que se aceptan los sentimientos de enfado de esa persona, y consecuentemente será más fácil llevarle a un lugar común en el que esté dispuesta a trabajar sobre el problema.

- **Mensaje en “Yo”:** Su utilización escribiría los sentimientos que “yo” tengo cuando la otra persona tiene un comportamiento determinado y los efectos que tiene sobre “mi” vida, por ejemplo: “Yo me enfado mucho (afirmación de sentimientos) cuando tu llegas tarde a cenar (descripción conductual) porque yo dedico una gran cantidad de energía a preparar comida. Cuando tengo que servir la comida fría o pasada siento que todos mis esfuerzos han sido en vano (efecto tangible sobre la vida del emisor del mensaje)”.

- **La escucha activa:** Mediante esta técnica la persona que habla siente que su mensaje es recibido por la que escucha. Incluye escuchar atentamente lo que se está diciendo y repetirlo a la persona que habla, a modo de parafraseo o resumen del mensaje recibido. Este método de comunicación tiene varias ventajas: En una discusión, especialmente en torno a temas sensibles, es muy importante que la persona que habla sienta que se hace entender antes de estar preparada para recibir una respuesta asertiva. Una segunda ventaja es que los malentendidos pueden aclararse rápidamente si el contenido del mensaje es devuelto a la persona emisora, brindándose a esta la oportunidad de corregir cualquier interpretación errónea.

# Desarrollo evolutivo

**Vicente Barragán**

Desde nuestra perspectiva de personas adultas, como padres y madres, no es fácil imaginar que nuestros hijos e hijas posean una rica vida sexual, sobre todo si volvemos hacia ellos y ellas nuestra mirada más protectora. Y eso es porque tendemos, una y otra vez, a proyectar nuestras propias vivencias y deseos, es decir, a ver el mundo desde la perspectiva de nuestra sexualidad adulta, en un entorno social donde ésta, históricamente, ha sido prohibida, ocultada y negada, y por lo tanto, negativa.

En realidad la sexualidad no tiene un comienzo ni un final pues nos acompaña a lo largo de toda nuestra existencia, desde que nacemos hasta que morimos. Sólo que es muy diferente, dependiendo de la etapa de la vida en la que nos encontremos. Así, existirán comportamientos, deseos, motivaciones, necesidades sexuales y formas de satisfacerlas diferentes en la infancia, la adolescencia, la vida adulta y en la vejez, tan dispares como esas mismas etapas evolutivas y como lo permita la individualidad de cada persona.

Durante la primera infancia la sexualidad está íntimamente ligada al mundo de los afectos, mediatizada por un contacto físico muy íntimo, piel a piel, con las figuras de apego, fundamentalmente madre y padre. Esta etapa será decisiva en el desarrollo de la sexualidad porque es

“cuando aprendemos a tocar y ser tocados, a mirar y ser mirados, y a comunicar y entender lo que nos dicen los demás”, en palabras de (A. Fuertes y Félix-F. López). Del correcto desarrollo de esta etapa dependerá, en gran medida, la sensación de seguridad y las capacidades afectivas y de relación en la vida adulta.

Conforme niñas y niños van creciendo y van ampliando su mundo, adquieren nuevas capacidades motrices, adquieren la marcha y van dominando sus movimientos cada vez con más precisión; adquieren la capacidad de representación psicológica, donde las cosas, las situaciones y las palabras adquieren significados propios; y la capacidad de comunicación, no sólo verbal sino también corporal.

Poco a poco van teniendo conciencia de su propio cuerpo y del mundo que les rodea, de los límites entre uno y otro. La autoexploración y la exploración del mundo les ofrece información y experiencias valiosas para su maduración. Las normas impuestas, sobre todo por los padres, incapaces de ser cumplidas en un principio por la falta total de autocontrol a estas edades, serán aceptadas poco a poco; primero, por miedo al castigo o a la pérdida de afecto, y luego, cuando han sido interiorizadas, porque el incumplirlas les provoca ansiedad, y son igualmente valiosas para esa maduración. El

descubrimiento de nuevas zonas erógenas y su estimulación, con especial interés en los genitales, desarrollando conductas masturbatorias, el control de esfínteres, los movimientos y actividades incontroladas, las peleas y disputas con sus iguales es decir con otros niños y niñas son el objeto principal de esas normas.

También nuestro comportamiento, como padres y madres, será decisivo en la adquisición de la “identidad de género”, en el sentirse pertenecer al mundo masculino o al mundo femenino, ya que desde el momento del nacimiento, e incluso antes, nuestras expectativas, y las formas de relacionarnos con ellas va a ser distinta si son niñas o niños, algo perfectamente visible en los vestidos y aderezos y en los juguetes que les damos. Les vamos asignando, de forma imperceptible para nosotros, los “roles de género”.

Los intereses sexuales se centrarán fundamentalmente en las diferencias entre el cuerpo femenino y masculino, pero más concretamente entre la niña y el niño, es decir, la presencia de un pene frente a la presencia de una vulva (o a la inexistencia del pene). Esto se materializa en las preguntas que nos formulan a las madres y a los padres y que se irán haciendo más complejas conforme vayan adquiriendo mayores capacidades intelectuales, hasta sorprendernos con preguntas tales como: ¿de dónde vienen los niños? ¿por dónde salen los niños? ¿cómo se hacen los niños?

Es importante que se responda con la mayor naturalidad del mundo, a ser posible con la misma con que nos las hacen, utilizando un lenguaje que puedan entender fácilmente, simple y concreto, ya que para ellos estas cuestiones no tienen las mismas connotaciones que para los adultos. Aún así, ellos y ellas siempre tenderán a hacerse una idea propia de todos estos acontecimientos. También es importante que niños y niñas sepan que en la familia se puede abordar cualquier tipo de tema

aunque a los adultos nos pueda parecer escabroso, ya que si a estas edades no podemos hacerlo difícilmente lo haremos cuando sean adolescentes.

Hacia los 6 años de edad podemos observar cómo han adquirido ya todas las capacidades fundamentales, han asimilado las normas de convivencia en el hogar y les sometemos a una mayor disciplina de horarios y actividades con la escolarización. Su mundo de relaciones es más amplio (padres, profesores, compañeros, medios de comunicación, contenidos escolares) y a través de él van a seguir construyendo su identidad, adquiriendo los roles de género y asimilando normas sociales de control de la conducta sexual, para acabar por asimilar la moral sexual adulta.

La conducta sexual no es más que el resultado de un proceso de aprendizaje y se suele adquirir a través de la observación de las conductas adultas, de la imitación de las mismas o a través de los reproches o castigos de los adultos cuando niños y niñas exhiben determinadas conductas, como la masturbación que es muy frecuente en ésta época.

Llega un momento en que todo el proceso evolutivo parece tener prisa. ¡Ha llegado la pubertad con su derroche hormonal! En pocos años se producen grandes cambios. Cambios en la figura corporal, que toma la forma de cuerpos adultos. Cambios en la estructura del pensamiento, se alcanza lo que los expertos llaman el “pensamiento abstracto”, ofreciendo todo un abanico de posibilidades en las que el cuestionamiento viene a ser la tónica general y la realidad sólo otra posibilidad más. Cambios en el mundo de los afectos, donde el deseo cobra especial énfasis a la vez que se perfila su orientación, la atracción se va haciendo más concreta y comienzan los primeros episodios de enamoramiento. Y cambios, cómo no, en la esfera reproductiva, que les llevará a adquirir esa capacidad.

Cambios, en definitiva, que van a dar lugar a una nueva forma de relación consigo mismo, con un nuevo cuerpo, pero también cambios en sus relaciones personales con los iguales y con el mundo de los adultos.

Los cambios en la figura corporal pueden ser bien recibidos, con un refuerzo de la autoestima, al verse cumplidas las propias expectativas y convertirse en objeto de deseo y admiración de los demás o, por el contrario, pueden ser una fuente de conflicto al generar dificultades para reconocerse y ajustarse a los patrones sociales, a los estereotipos de belleza, y para controlar ese cuerpo (secreciones, erecciones, acné, ruborizaciones, olores).

El grupo de iguales, ya sea la pandilla, la clase, etc., tiene una importancia que trasciende a la del propio grupo familiar, pues a estas edades, no sólo se asumen sus normas sino también sus valores, actitudes y conductas. El sentirse aceptados les confiere a los y las adolescentes la seguridad que antes sentían en el grupo familiar. Este grupo se convierte en el centro de la vida de relación y a partir de él desarrollan sus propias conductas sexuales conforme a las expectativas sociales y, fundamentalmente, del propio grupo.

Estos cambios proporcionan a los y las adolescentes capacidades adultas, tanto biológicas como mentales, y como tales se sienten. Pero

desde el mundo de los adultos y en particular desde el propio grupo familiar, con su tendencia “natural” al proteccionismo, no se reconocen estos cambios o al menos no completamente, y así serán adultos y adultas para unas cosas mientras que para otras no, en función de los intereses de los propios adultos e incluso de ellos mismos.

En especial, en esta etapa, las necesidades sexuales están negadas, manipuladas y desatendidas. Negadas en el sentido de que a los adultos, y concretamente a padres y madres, nos cuesta asumir comportamientos sexuales adultos en personas a las que no reconocemos como tales. Manipuladas desde el punto de vista de que muchos mensajes sociales y los publicitarios persiguen el “consumismo” del que no escapa el mercantilismo de lo sexual, se fomentan y permiten conductas sexuales no aceptables para la moral tradicional y se crea la confusión de esta población al ser objeto de mensajes contradictorios. Y desatendidas, porque desde nuestra sociedad no les dotamos de habilidades ni recursos para evitar los posibles riesgos derivados de su conducta sexual, sobre todo si se tiene en cuenta que, en las etapas de la adolescencia y juventud, es común el sentimiento mágico de invulnerabilidad, ese “a mí no me va a pasar nada”, y la dificultad para tener perspectiva de futuro, que en muchos casos no va más allá del próximo fin de semana.

# C

## onceptos que vertebran esta propuesta:

### género, sexualidad y educación afectivo-sexual

**Mercedes Oliveira Malvar\***

#### **El género**

Las **diferencias** en el comportamiento de hombres y mujeres son una realidad en una buena parte de nuestra sociedad. Pero lo que hay que dilucidar es si estas diferencias tienen su origen en la naturaleza, en la biología, o por el contrario, se deben a un fenómeno educacional, es decir, si son de carácter cultural. Por lo tanto, si es lo primero, tratar de cambiar esas ideas sería ir contra Natura. Si es lo segundo, estamos obligados a reflexionar sobre tales ideas y a intentar corregirlas. La EAS tiene que afrontar el compromiso de revisar este enfoque en aras de la verdad y de la justicia.

Pues bien, hoy sabemos que, sobre el substrato biológico, comienzan a actuar los componentes culturales. El ser humano nace prematuramente comparado con otros mamíferos superiores, es el único animal que, al venir al mundo, está desvalido para la subsistencia.

Los estudios de psicología apuntan que el hábitat que rodea a la criatura recién nacida va a completarla, conformando lo que será su personalidad. La adquisición de hábitos culturales comienza desde la cuna y no cesará mientras viva el individuo.

Cada humano es un conglomerado de componentes culturales y biológicos aglutinados entre ellos que se influyen mutuamente. Lo que sucede es que los componentes culturales primeros están tan arraigados en nosotros que llegan a parecerse biológicos.

Esta polaridad (biológico/social), no fue apenas cuestionada, sino que, por lo general, fue aceptada como un hecho dado. Por esta razón, se trató de definir las naturalezas de hombres y mujeres sin contar con los factores sociales.

Y, centrándonos en el comportamiento afectivo-sexual de mujeres y hombres, cada día son más estudios los que indican que la mayor parte de las diferencias que hoy reconocemos en las conductas de unas y de otros tienen un ori-

---

\*"Perspectiva de género en la organización escolar". En : Santos Guerra, M. A. (2000). "El harén pedagógico" (páginas 71-102). Editorial Graó.

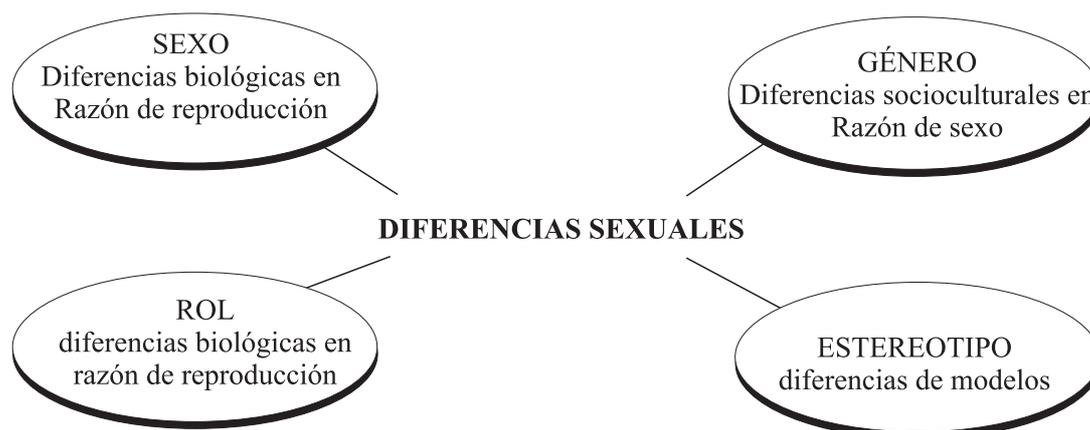
gen cultural y, en consecuencia, están sometidas a modificación por vía cultural.

Por lo tanto, no podemos comenzar a hablar de afectividad y de sexualidad sin tener en cuenta el concepto de género, concebido como la condición social de ser hombres o mujeres, a diferencia del simple dato biológico.

El género es una categoría de análisis de la realidad, como pueden ser la clase social, el nivel socioeconómico o la etnia.

En mi opinión, es conveniente hacer un análisis previo de en qué consiste el **sistema sexo-género** y tratar de mostrar cómo este sistema funciona a nivel biológico, psicológico y político. Esta finalidad se puede alcanzar analizando las aportaciones de las teorías feministas al campo de las relaciones entre los sexos.

Los conceptos básicos de esta propuesta didáctica están así estructurados:



El funcionamiento de este esquema es tan eficaz que incluso podríamos hablar de un complot tramado por el conformismo de la familia, el control educativo, el desarrollo de la tecno-

logía para el consumo, la censura oculta, la desinformación, la manipulación de los medios de comunicación y de la sociedad en general; mecanismos de "alta seguridad" que el sistema ha desarrollado para adocnar en el conformismo y en la aceptación del status quo a las conciencias individuales.

Creo que conviene **resistir** ante las formas de posesión de nuestra conciencia por los otros que unas veces son más evidentes y otras más sutiles. Esto supone eliminar pilares fundamentales de nuestra construcción, poner entre paréntesis creencias que nos identificaron, en definitiva, implica un proceso de crisis. Pero esta resistencia abre las puertas de un proceso desalienante que nos permitirá pensar de otra manera.

El intento es hacer un enfoque **coeducativo**. Analizar las dos realidades, la masculina y la femenina, y reconocer lo positivo de cada una de ellas para elaborar pautas de conducta ética más críticas e independientes, cuestionando así la **dictadura de género** que se nos impone en

nuestra cultura, para poder elegir la propia singularidad y conseguir proyectar la persona que se quiere ser, y, de este modo, poder afrontar cómo se quiere vivir la propia vida.

## La sexualidad

Toda propuesta de educación sexual implica una concepción de la sexualidad, del cuerpo, de las relaciones, etc. Existen diferentes modelos, no obstante, podemos decir que actualmente predomina el modelo de educación sexual sanitarizado, centrado en evitar riesgos.

Podemos ver cómo en los programas educativos aparecen propuestas de tipo técnico pero adolecen del tratamiento de la formación de la sensibilidad de las personas, que es lo que constituye el aspecto más humano de la pedagogía, tantas veces olvidado.

También nos encontramos con un currículum oculto. Posiblemente, las personas que elaboran los materiales existentes de educación sexual no sean muy conscientes de los **valores** que están transmitiendo; pero no podemos olvidar que lo “importante” es lo que aparece,

aquello a los que se le dedica tiempo y espacio, mientras que otros aspectos, también importantes, aparecen en letra pequeña u ocupan lugares menores en los diseños, pasando a ser interiorizados como asuntos poco relevantes.

No podemos olvidar que las relaciones afectivas y sexuales se impregnan de los valores del contexto social a través de películas, libros, chistes, refranes, opiniones, etc. Cada sociedad regula la conducta sexual de sus miembros, del mismo modo que transmite mensajes, normas y valores tanto de forma explícita como sutil.

La mayoría de las acciones educativas siguen teniendo como referencia una concepción de la sexualidad bajo la **sombra reproductivista**. Conviene escapar de las reducciones históricas que el concepto de sexualidad sufrió a lo largo del tiempo, a consecuencia de la identificación de la sexualidad con la procreación.



Todo esto ha tenido una serie de consecuencias como son:

Reducir la sexualidad a la **edad** (personas adultas y fértiles) La sexualidad, por ejemplo, comenzaba para las mujeres cuando tenían la primera menstruación y terminaba con la menopausia. Actualmente, entendemos que la capacidad de sentir está en nosotras desde que nacemos hasta que nos morimos.

Identificar sexualidad con **genitalidad**, olvidando el resto del cuerpo. La sexualidad no puede reducirse a unos órganos concretos, a unas funciones concretas, somos seres sexuados, no podemos seguir reduciendo el cuerpo a “las partes” y todo el contacto a los genitales. Hoy bien podríamos hablar de la piel y del cerebro como órganos sexuales por excelencia.

Identificar sexualidad y coito es otra reducción que aún hoy impera en muchos medios de comunicación; así se habla de “hacer el amor” o de relaciones sexuales “completas”, o de “acto sexual” para indicar el **coito**. Esto indica la miseria de la reducción de la amplitud de un concepto a un solo “acto”. No es el “acto sexual”, es uno de los mil actos sexuales posibles.

También la identificación de sexualidad con **heterosexualidad**, cuando la procreación ya no es un objetivo, indica un posicionamiento moralista totalmente desfasado. Por eso la masturbación, la homosexualidad, la sexualidad infantil, la sexualidad en la vejez, están negadas y perseguidas. El problema de la heterosexualidad es que se convirtió en una norma única y universal, convirtiéndose en una “imposición” en la vida afectivo-sexual de las personas.

A este sistema de reducciones le tenemos que sumar la búsqueda del **orgasmo**, que se convirtió en una meta imprescindible de toda relación

sexual, cosa que muchas veces implica tratar a la otra persona como si fuese una máquina. Conviene desmitificarlo, ya que muchas veces su procura lleva al empobrecimiento de las relaciones.

En esta propuesta, se sitúa la sexualidad en el conjunto de actividades dirigidas, conscientemente o no, a la búsqueda de **comunicación, afectividad y placer**, así como la procreación y las formas de evitarla. El concepto de **goce** sería el que mejor recogería la interpretación que hacemos de la sexualidad.

Hay muchos **valores, miedos, mitos y falsas creencias** en torno a la sexualidad que están presentes en nuestra cultura, y solo en estos últimos años han entrado en crisis. Hay que detectarlos y revisarlos a la luz de una concepción de la sexualidad más abierta y más sana, así como cuestionar el bombardeo del consumismo erótico vigente que ofertan los medios de comunicación, que muestran un modelo de sexualidad “atlética”, mecánica y compulsiva.

## La educación afectivo-sexual

Esta propuesta de E.A.S pretende dar una **respuesta globalizadora** a las necesidades que actualmente tiene planteadas el sistema educativo como son: el desarrollo integral de la persona, la transversalidad, la atención a la diversidad y la orientación del proyecto de vida.

Pienso que la EAS tiene que abarcar muchos más aspectos que la información sobre los órganos genitales femeninos y masculinos, la contracepción o la transmisión de enfermedades. Es conveniente garantizar que las fuentes de información sobre estos temas sean mejores de lo que fueron hasta hace poco y que propicien una vida digna y equilibrada, en la medida de lo posible, a las nuevas generaciones. Por eso

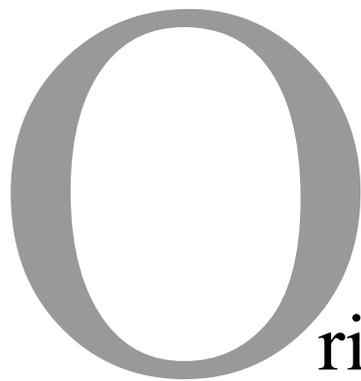
hay que desvelar los mecanismos que articulan las relaciones de desigualdad, inseguridad y dependencia.

Estamos en una época de **cambio social** en la que las mujeres están cuestionando su papel tradicionalmente asignado y esta situación repercute en las relaciones interpersonales entre los hombres y las mujeres. En este planteamiento didáctico, se proponen nuevas formas de vivir las relaciones amorosas, más libres e igualitarias. En este sentido, entiendo Eros como la unión entre vida y conocimiento, para hacer lo oculto cada vez menos oculto.

En coherencia con este enfoque, pienso que la educación sexual hoy tiene que ser enten-

didada y vivida como la forma de desarrollar nuestras capacidades de comunicación, de entendimiento, de ternura, de sensibilidad y de responsabilidad en relación a las otras personas.

Se trata de enseñar que la vida es un **proyecto personal propio**, que tenemos que cuestionar el plan de futuro que sobre nosotros se ha construido y buscar el camino propio, vivir la propia vida. De esta manera se puede contribuir a afrontar el miedo a la independencia, a la soledad, a la no aceptación, a no ser querida o querido, a no gustar, al propio cuerpo, al cuerpo ajeno, al deseo, a la expresión... en definitiva, el miedo a ser una misma o uno mismo.



# Orientaciones para trabajar con los padres

Font, P.\*

Este capítulo no está dedicado directamente a los padres –aunque evidentemente puede serles útil–, sino a los educadores que, además de realizar actividades con niños y adolescentes, pretenden ampliar el alcance de su labor educativa al facilitar a los padres orientaciones que les permitan complementar el trabajo llevado a cabo en la escuela. Asimismo, se pretende confrontar algunos de los argumentos que en ocasiones se utilizan en contra de la educación sexual desde sectores ajenos a la profesión educativa.

## 1. Algunos errores comunes

Para la mayoría de padres, la educación sexual de sus hijos e hijas ha sido durante muchos años un tema preocupante, temido en algunos casos y evitado en otros. La falta de conocimientos sobre cómo llevar a cabo una correcta educación de la sexualidad ha generado, en muchas familias, una importante dosis de inquietud a medida que los hijos han ido creciendo y han empezado a plantear toda una serie de cuestiones alrededor del sexo. El deseo de hacerlo bien,

contrarrestando así la pésima educación recibida y manifestando la voluntad de establecer un diálogo sobre el tema, ha colocado muchas veces a los padres en situaciones de las que, por falta de orientaciones y recursos, les ha costado salir airosos.

Además, los padres, al plantearse estas cuestiones, caen a menudo en una serie de errores, fruto más de una actitud social que de una postura personal. Una revisión de los más frecuentes será imprescindible para colaborar tanto en la desmitificación de algunas concepciones erróneas, como para ofrecer alternativas a las mismas.

### a) Lo aprenden solos

Son numerosas las familias que manifiestan un cierto desinterés hacia el tema, en la confianza de que si ellos aprendieron en su momento, con mayor facilidad lo harán sus hijos, ya que disponen de más oportunidades. En este sentido, para muchos padres todo lo relativo con la sexualidad es algo que uno puede aprender solo, pues es normal que los chicos y las chicas hablen de determinados temas e intercambien información; y además, en muchos casos estos

---

\* (1990) Pedagogía de la sexualidad. Barcelona, Grao

temas son tratados también en la escuela, con lo que los maestros les ahorran trabajo y preocupaciones.

Independientemente de algunas actitudes particulares hacia la educación sexual, es cierto que todavía existe un elevado nivel de desinformación sobre cómo actuar desde la familia, lo que favorece que padres con pocos recursos personales se desentiendan en parte del problema. Es probable que los adolescentes aprendan muchas cosas por su cuenta, pero nadie puede garantizar que lo que aprendan sea correcto ni veraz.

#### **b) Delante de los niños no**

La mayoría de padres no son plenamente conscientes de que al igual que educan en muchos otros aspectos a sus hijos, también lo hacen en lo referente a la sexualidad. La expresión de afecto entre una pareja, un beso o un abrazo, pasear cogidos de la mano, etc. pueden ser contemplados por los hijos como una muestra de cómo se comportan los adultos en relación con la afectividad, y proporcionará un mayor número de probabilidades de que cuando ellos crezcan se comporten de modo similar. Por el contrario, evitar la expresión de afecto delante de los niños les priva de un importante aprendizaje que, a partir de la adolescencia, es posible que encuentren a faltar.

#### **c) Los niños son aún muy pequeños**

En relación con el punto anterior, es conveniente aclarar que la educación sexual no es algo que se hace o no se hace, en el sentido de dar una clase de sexualidad a los niños, o de responder a sus preguntas. Cuando los niños son pequeños, y dado lo limitado de su capacidad de comprensión y razonamiento, aprenden no tanto por lo que oyen sino por lo que ven. Por lo tanto, aunque no hablemos con un niño de 3 años de sexualidad, igualmente le estamos educando.

La transmisión de actitudes hacia la sexualidad se realiza a través de una gran cantidad de situaciones cotidianas a las que, en general, no damos importancia. Imaginemos a un niño de 3 años que intenta entrar en el cuarto de baño cuando su padre está en la bañera: en función de que el acceso al mismo le sea impedido por el pestillo de la puerta, o de que pueda no sólo acceder al interior, sino que acabe bañándose con su padre, la actitud que favorecermos será diferente. En el primer caso puede pensar que no se debe ver a los adultos desnudos, que no es correcto, que no está bien, mientras que en el segundo caso, su sensación será de naturalidad, de espontaneidad. Afortunadamente, son muchos los padres jóvenes que, sin especiales conocimientos sobre el tema, pero con una gran dosis de sentido común, facilitan a sus hijos una vivencia espontánea, gratificante y placentera de su propio cuerpo, aspecto que a lo largo del crecimiento estará relacionado con el desarrollo de la autoestima del niño. Ello, evidentemente, no quiere decir que los padres *deban* bañarse con sus hijos, puesto que no existen obligaciones en este terreno, y más si pueden incomodar a los padres, sino simplemente que actuar con naturalidad frente al hecho de estar desnudos en un momento determinado favorecerá que los niños y niñas actúen también con naturalidad en estas situaciones.

#### **d) La sexualidad comienza en la pubertad**

Como la concepción general es que el inicio de la sexualidad es post-puberal, la mayoría de padres no se plantean seriamente el tema hasta que sus hijos, y especialmente sus hijas, entran en la pubertad y deben afrontar el proceso de cambio que comporta y algunas de sus manifestaciones, tales como las poluciones nocturnas o la menarquía. La mayoría de las veces para los hijos es un poco tarde, pues han tenido que averiguar por su cuenta aquello que deseaban conocer. Esto provoca que algunos adoles-

centes se muestren reacios entonces a establecer conversaciones sobre estos temas. A pesar de ello, en las familias donde el diálogo abierto y franco haya sido una constante, el hecho de que la sexualidad no haya sido tema de conversación especial anteriormente no significa necesariamente que no pueda serlo ahora; por el contrario, en las familias donde el diálogo en general entre padres e hijos no se haya producido con una cierta frecuencia o fluidez, difícilmente se podrá empezar a tratar de según qué cuestiones a estas edades. Para que pueda producirse el diálogo entre padres e hijos con una cierta facilidad en la pubertad e inicio de la adolescencia, el diálogo debe haber sido una práctica corriente en la infancia.

De todas maneras, ningún niño o niña debería llegar a la pubertad sin una mínima información sobre los cambios que se producen en esta etapa y, aunque esta información pueda llegar a través de la escuela, es importante que los padres colaboren en esta tarea ya que, en definitiva, dichos cambios no afectan sólo al adolescente, sino también a las personas que viven en su entorno.

#### **e) Tienen toda la información que quieren**

Un error habitual por parte de los adultos es pensar que hoy en día los adolescentes disponen de un mayor nivel de información sexual lo que, a su parecer, les libera en parte de su responsabilidad. Si bien es posible que los adolescentes dispongan de un grado de información impensable en otras épocas, nadie puede garantizar que esta información sea correcta – y a menudo no lo es–, sobre todo si no podemos controlar los canales a través de los que la recibe. Incluso cabría añadir que esta información a menudo produce un mayor grado de confusión, pues contiene en muchos casos datos que se contradicen y ante los cuales el adolescente no dispone de criterios para elegir convenientemente.

#### **f) Sexualidad igual a reproducción**

Para muchos adultos, aún es frecuente la asociación entre educación sexual y reproducción. Así, muchas de las explicaciones que los adultos damos a los niños y niñas sobre sexualidad se refieren a diversos aspectos de la reproducción; y curiosamente, les enseñamos qué hay que hacer para tener hijos pero, habitualmente, no les explicamos qué hay que hacer para no tenerlos. Deberíamos considerar que para los adolescentes los temas que realmente son relevantes se refieren en mayor medida a los aspectos psicosociales de la sexualidad, que no los biológicos. Así, para un o una adolescente puede ser más importante poder hablar con alguien sobre la práctica de la masturbación o sobre las primeras relaciones sexuales, que recibir una clase de anatomía.

#### **g) La educación sexual incita a la práctica sexual**

Es frecuente también encontrarnos con grupos de padres que consideran que el hecho de realizar con los alumnos actividades de educación sexual tendrá como consecuencia un mayor grado de interés hacia el tema y, en consecuencia, ello incitará a una precoz iniciación sexual, como si las actividades realizadas constituyeran una provocación a la experimentación. Nada más falso. Una amplia documentación demuestra que la educación sexual es una ayuda en el sentido de que fomenta la responsabilidad de los adolescentes, más aún si tenemos en cuenta que el hecho de disponer de información adecuada sobre un tema permite que las decisiones que ellos tomen estén basadas en el conocimiento de la realidad, de las distintas opciones posibles y de sus consecuencias.

Por ello, la educación sexual favorece procesos de responsabilización en las propias decisiones, y puede evitar en cierta medida algunas de las desafortunadas consecuencias que se pueden derivar de la práctica sexual: «Aunque

las relaciones sexuales no son más frecuentes entre las jóvenes que han recibido educación sexual que entre las que no la han recibido, las primeras tienen menos probabilidades de quedarse embarazadas» (Instituto de la Mujer, 1986).

Aspecto éste a tener muy en cuenta, pues si para algunos padres la forma de evitar que su hija quede embarazada es la vía de la represión de su sexualidad y el mantenimiento de la ignorancia sobre estos temas, quizá cabría hacerles reflexionar en que su postura es, paradójicamente, favorecedora de aquello que desean evitar, mientras que una correcta preparación, que pasaría por asumir el derecho a la sexualidad de los jóvenes —y formarlos adecuadamente—, sería probablemente el mejor medio para favorecer el desarrollo de una sexualidad sana, libre de perjuicios. Citamos nuevamente a Coleman (1982):

*Una mayor libertad sexual por parte de los jóvenes precisa de una mayor responsabilidad por parte de los adultos.*

#### **h) Sólo piensan en el sexo**

Un aspecto importante que se debe desmitificar es la creencia de que los y las adolescentes tienen una marcada tendencia a la promiscuidad y de que poco menos que pasan la mayor parte del tiempo pensando en el sexo.

Si bien puede ser cierto en algunos adolescentes, no por ello es posible la generalización. Para la mayoría de los adolescentes, la sexualidad va unida firmemente a una serie de valores que, aunque puedan ser algo diferentes de los de los adultos, no por ello son descalificables. Por un lado, es cierto que manifiestan posturas más abiertas hacia la sexualidad, lo cual les evitará en su madurez gran número de conflictos innecesarios; por otro lado, los adolescentes consideran que la sexualidad es más bien una cuestión de moralidad privada que pública o, dicho

de otro modo, que está en relación a una ética y a una manera de hacer y pensar personal. Y por último, parece ser que, de un tiempo a esta parte, los adolescentes asocian preferentemente la sexualidad a las relaciones íntimas estables.

Para Coleman (1982): «Un temor corriente entre los adultos es que una mayor libertad sexual dará lugar a un aumento de la promiscuidad, pero todos los datos apuntan en sentido contrario. Parece ser que los jóvenes de la presente generación, en lugar de aprobar las relaciones sexuales como «mera diversión», prefieren considerarlas necesitadas de una estructura relacional que les proporcione un sentido».

#### **i) A sexos diferentes, tareas diferentes**

Los padres, como educadores, han de ayudar a sus hijos a aceptar su sexo y a adaptarse a él. Esta tarea sólo se puede llevar a cabo a través de una educación igual para chicos y chicas, que evite cualquier tipo de conducta discriminatoria. Ha sido frecuente en los hogares más tradicionales que se produjera un reparto de responsabilidades en función de los sexos, no sólo entre los adultos, sino también entre los más jóvenes. Así, a menudo se exigía a las chicas que colaboraran en mayor medida en las tareas del hogar, del mismo modo que lo hacían sus madres, mientras que padres e hijos estaban relativamente disculpados de estas obligaciones. Conviene no olvidar la importancia de que «la división del trabajo entre los padres en razón de su sexo que observa el niño o la niña tiene un papel de primer orden en la construcción de su propia identidad personal» (Michel, 1987).

Asimismo, también ha sido frecuente que a los chicos se les exigiera un mayor rendimiento en sus estudios, dado que ellos deberían, en el futuro, mantener una familia, mientras que para las chicas esta exigencia era menor, puesto que en el futuro probablemente se casarían, lo que les llevaría a abandonar su trabajo y a cuidar de la casa y de los hijos. Aunque esta descripción

pueda parecer poco acorde con los años noventa, son muchos los hogares españoles en donde se sigue manteniendo una diferenciación de las responsabilidades en función del sexo.

Una buena aceptación del propio sexo estará en parte fundamentada en que éste no sea vivido con desventaja con respecto al otro. Así, en el caso de las chicas, cuando a éstas les corresponden un mayor número de obligaciones que a sus hermanos de igual edad, cuando la hora de regreso a casa los días de fiesta es más temprana, mientras que sus hermanos gozan de mayor libertad de movimientos, y cuando las expectativas familiares hacia su futuro son limitadas, mientras que las de sus hermanos son potenciadas, es probable que una niña empiece a pensar que ser chica tiene más inconvenientes que ventajas, con lo cual se dificultarán algunos procesos importantes en su desarrollo como persona, especialmente la adecuada valoración de sí misma.

Esta manera de entender los roles asignados a cada sexo se encuentra reflejada en gran cantidad de refranes, frases hechas, etc.:

El padre, trabajando;  
la madre, en el hogar;  
los niños en la escuela,  
y los patos a volar.<sup>1</sup>

que, confiemos en que dentro de unos años sean tan sólo simples anécdotas.

## 2. Propuestas de actuación en el seno familiar

El planteamiento que sigue está basado fundamentalmente en una sola premisa: educar la sexualidad no es, en esencia, diferente o más

complicado que educar en otras cuestiones más o menos cotidianas. De hecho, cuando hablamos de la educación de niños y niñas en términos generales, hablamos también de la educación de la sexualidad, pues ésta no es más que un aspecto en concreto de la educación global del individuo:

*La esencia de la educación sexual es el diálogo a través de la verdad, la espontaneidad y la naturalidad, el respeto y la creación de un clima de confianza y seguridad que permita la expresión de la natural curiosidad por estos temas, durante todo su proceso de desarrollo.*

### a) Favorecer un clima de confianza y seguridad

Para facilitar un ambiente familiar de confianza, que permita hablar abiertamente de estos temas, es necesario que ya desde pequeños niños y niñas estén acostumbrados a oír hablar de estas y otras cuestiones en casa, de manera natural y no dogmática. Para ellos será importante saber que cualquier tema es apto para el diálogo o la pregunta, dado que en su casa los temas de conversación son plurales. Esta actitud familiar favorecerá que, a lo largo del crecimiento, niños y niñas puedan efectuar sus preguntas, a medida que su curiosidad se lo pida, con la seguridad de que no serán rechazadas ni evitadas. Difícilmente se producirá este diálogo cuando a lo largo de los años los padres han evitado estas cuestiones en presencia de los hijos. Ello no quiere decir que los niños deban estar presentes en *absolutamente todas* las conversaciones que se produzcan en el hogar respecto de temas sexuales. Evidentemente, hay conversaciones que los padres mantienen con otros adultos que pueden considerarse inadecuadas en presencia de niños, pero la mayoría de las veces no es éste el caso. Es importante recordar que, cuando el diálogo sobre estos temas no hay existido previamente y los padres intenten iniciarlo, a me-

<sup>1</sup> Citado en Instituto de la Juventud (1985) «Sexualidad y juventud». *Revista de estudios de juventud*, 19.

nudo a partir de la pubertad, serán los propios adolescentes quienes lo rechacen en función de una sensación, harto incómoda pero lógica, de artificialidad.

## b) Responder a las preguntas

Si conseguimos favorecer este clima de confianza, una cuestión importante que suele preocupar a menudo a los padres es cómo responder a las preguntas que los niños y niñas van a hacer. Ya en 1891, F. Wedekind ironizaba sobre esta situación en la obra teatral *El despertar de la primavera*:

Wendla

*Tengo una hermana casada desde hace dos años y medio, y yo misma ya soy tía por tercera vez, y no tengo ni idea de qué pasa en todo esto... ¡No te enfades, madre! ¿A quién puedo preguntarle sino a ti? (...) ¿Cómo pasa todo? ¡No puedes exigirme que a los catorce años aún crea en la cigüeña!*  
(...)

Sra. Bergmann

*¡Esto es para volverse loca!... ¡Ven, criatura, ven, te lo diré todo! Te lo diré todo... ¡Ay, Dios bondadoso!... ¡Pero no hoy, Wendla!... Mañana, pasado mañana, la semana que viene... Cuando tú quieras, corazón...*

Wendla

*Me lo has de decir hoy, madre; ¡me lo has de decir ahora! ¡Ahora mismo!... Te veo tan inquieta, que si no me lo dices tampoco yo podré tranquilizarme.*  
(...)

Sra. Bergmann

*No puedo, Wendla.*  
(...)

Wendla

*Sé valiente madre.*  
(...)

Sra. Bergmann

*Para tener un hijo... Es necesario que al hombre... con el que estás casada... lo quieras... ¡como sólo se puede querer a un hombre! Lo has de querer mucho, mucho, con todo el corazón, como... ¡como no es posible explicar! Lo has de querer, Wendla, como tú a tu edad todavía no puedes querer... Y ahora ya lo sabes.*

Wendla

*¡Dios... inmenso... del cielo!*

Para intentar evitar que situaciones parecidas a ésta sigan repitiéndose, veamos algunas normas elementales:

### 1. No evitar la respuesta

Algunas veces los padres experimentan un cierto grado de inquietud ante las preguntas que les plantean sus hijos. Así, en algunos casos intentan quitar importancia a la pregunta calificándola de «tonterías»; aplazan la respuesta: «ya te lo contaré cuando seas mayor», ahora no tengo tiempo», etc.; remiten a la pareja para que sea ésta quien responda: «pregúntale a mamá»; o dan cualquier otro tipo de respuesta que, en definitiva, es recibida por el niño como una evitación del tema.

### 2. Contestar siempre a aquello que se pregunta, en el momento en que se pregunta

Cualquier pregunta por parte de un niño o una niña debería obtener generalmente respuesta, en el mismo momento, si puede ser, en que es formulada y, si se diera el caso de que los padres no tuvieran la respuesta adecuada en ese momento, una buena solución podría ser intentar buscarla en colaboración con los hijos a través de algún libro u otro tipo de material didáctico. Una respuesta sólo debería aplazarse cuando dicho aplazamiento pueda suponer una mejora de la calidad de la misma.

Al contrario de lo que muchos padres creen, no es malo mostrar ignorancia ante un tema deter-

minado: lo malo es no saber resolver la situación.

### **3. No adelantar las respuestas a las preguntas**

Algunos padres se adelantan a las preguntas de los hijos creyendo que con ello les prestan un gran servicio. Si bien en algunos casos puede ser así, también puede suceder que un exceso de detalles antes de tiempo pueda confundirlos o que sean asimilados de forma incorrecta. Un buen educador debe adaptarse al propio proceso evolutivo del niño, sin forzarlo ni adelantar acontecimientos para los cuales no está todavía preparado. Habitualmente, niños y niñas dan pistas más que suficientes para saber qué les interesa y qué no.

### **4. Las respuestas han de ser sencillas, breves y adecuadas al momento evolutivo del niño o niña que hace la pregunta**

No se ha de contestar a las preguntas con conferencias magistrales sobre el tema; las respuestas han de ser claras y concretas, utilizando un vocabulario y un tipo de explicación que pueda ser comprendido.

No debe extrañar a los padres que las mismas preguntas se repitan en momentos diferentes. Ello no quiere decir necesariamente que las respuestas no hayan sido satisfactorias, sino que a medida que se va creciendo se pueden captar matices diferentes en las respuestas. De todas maneras, si las preguntas se repiten, puede ser síntoma de que hay un buen nivel de confianza entre padres e hijos.

### **5. Utilizar los nombres correctos de los órganos genitales**

Siempre que sea posible, se utilizarán los nombres correctos de los órganos genitales, pues ello facilitará que desde niños se conozca el vocabulario adecuado.

La utilización de láminas o dibujos de algunos libros didácticos puede ser de gran utilidad, tanto para los padres como para los hijos. Esto no quiere decir que en todos los casos dejen de utilizarse apodosos o diminutivos familiares de los órganos genitales, sino simplemente que tanto adultos como niños y niñas han de ser capaces de expresarse de forma adecuada según las circunstancias.

### **6. Vincular la respuesta a los aspectos afectivos**

Es importante que se establezca, siempre que sea posible, la conexión con los aspectos afectivos de la sexualidad, pues así se facilitará la integración paralela de los dos conceptos: «Es importante transmitir una visión positiva que relacione la sexualidad con el placer, los sentimientos y el amor. Si sabe que los padres cuando se unen lo desean y les causa placer, le da (al niño) más sentimiento de seguridad que si lo vive con la sensación de que es algo feo, desagradable o incluso doloroso y agresivo para la madre. No hay que escatimar esta información, que es tan importante como los aspectos fisiológicos, anatómicos o reproductivos» (Junta de Castilla y León).

### **7. Las respuestas han de ser responsabilizadoras**

Las respuestas han de facilitar información sobre por qué suceden los acontecimientos, y de las responsabilidades acerca de estos sucesos.

Conviene destacar que responsabilizar no es sinónimo de culpabilizar.

Antes hemos señalado la importancia del diálogo. Evidentemente, no podemos desperdiciar las múltiples oportunidades de mantenerlo a través de las propias preguntas que hijos e hijas nos van a formular. Cualquier ocasión, cualquier excusa, será válida para actuar pedagógicamente.

### **c) Naturalidad y espontaneidad**

Es importante para el desarrollo del niño que este proceso se produzca en un ambiente exento de tensiones, relajado y natural en la medida de lo posible; donde no tenga que sentir ni miedo ni vergüenza ante sus sentimientos ni comportamientos; donde el cuerpo no sea algo que haya que esconder y que los demás esconden, favoreciendo así que haya partes del cuerpo que sean tabú. Educar bajo esta perspectiva favorecerá un desarrollo sexual sano, natural, placentero y sin prejuicios.

### **d) Cualquier educador lo es de cualquier sexo**

Otros aspecto que cabe considerar es que cualquier educador lo es de cualquier sexo: deberíamos dejar atrás la idea de que los padres educan a los hijos y las madres, a las hijas. Esta situación se ha producido generalmente porque en la educación de los hijos existen una serie de temas, generalmente relacionados con procesos biológicos, que se han asociado a la mujer. Así, preguntas relacionadas con la menstruación ha parecido más lógico que las respondiera la madre que el padre, con lo que se ha reafirmado la percepción de que determinados temas «son cosa de mujeres» y otros, «cosa de

hombres». Si bien es cierto que las hijas aprenden identificándose con la madre y los hijos, con el padre, unas y otros necesitan de ambos progenitores para su educación y, aunque en algunas cuestiones concretas prefieran preguntar al padre o a la madre, han de saber que los dos están disponibles para abordar estos temas.

Todas estas cuestiones, y muchas otras, son factores importantes que tener en cuenta por los padres ante la educación sexual de sus hijos e hijas. Por todo ello, padres y maestros deberían trabajar en colaboración –y no sólo en este tipo de enseñanza–. Los primeros, porque son los principales responsables de la educación de sus hijos, y los segundos, porque como profesionales pueden sugerir las orientaciones y pautas más adecuadas.

Todas estas orientaciones deberían ser facilitadas a los padres a través de actividades específicamente dirigidas a ellos, realizadas por el mismo profesorado que participa en el programa de educación sexual en la escuela: Para facilitar esta tarea se incluyen a continuación dos propuestas de trabajo diferentes: la primera, sobre cómo realizar una charla informativa para padres y la segunda, sobre cómo llevar a cabo un ciclo de educación sexual para padres.

# Bibliografía de educación sexual para madres y padres

- Bayard, R.T., y Bayard, J. *Socorro, tengo un hijo adolescente*, Madrid. Temas de hoy.
- Cassel, C. *Con toda sinceridad. Cómo hablar con los adolescentes de amor y sexualidad*, Barcelona, Grijalbo.
- Calderone, M.S., y Ramy, J.W., *Cómo hablar con tus hijos sobre el sexo*, Barcelona, Granica. Existe una edición de 1990 en el Círculo de lectores.
- Cholette-Perusse, F., *La sexualidad explicada a los hijos*, Barcelona, ATE.
- Cunningam, *Trabajar con los padres*. Siglo XXI.
- Flowers, J., *Cómo educar hijos sexualmente sanos*, Barcelona, Martínez Roca.
- Materiales de educación para la salud en la Enseñanza, *Cómo evitar que mi hija (o mi hijo) se quede embarazada o se contagie el Sida*
- Villalta, M., Tschime, P. y Torrente, M., *Los padres en la escuela. Manual práctico*. Barcelona, Laia.
- Autoestima**
- Czechorowski, H., *El placer de estar en forma*. Buenos Aires, Hachette.
- Dickson, A., *La mujer y sus derechos*. Madrid, Pirámide.
- Freedman, R., *Amar nuestro cuerpo*. Barcelona, Paidós.
- Rodin, J., *Las trampas del cuerpo. Cómo dejar de preocuparse por la propia apariencia física*. Barcelona. Paidós.



Federación de  
Planificación Familiar  
de España

Almagro 28, bajo 2º

28010 Madrid

Tel: 915913449 - 913082286

Fax: 915913884

e.mail: [info@fpfe.org](mailto:info@fpfe.org)

web: [www.fpfe.org](http://www.fpfe.org)

Subvencionado por:



MINISTERIO  
DE TRABAJO  
Y ASUNTOS SOCIALES

INSTITUTO  
DE LA MUJER