

# Hijos: Cómo y cuándo hablarles de sexo

**Mamá ¿qué significa hacer el amor? ¿Cómo ha entrado el bebé en el estómago de Beatriz, se lo ha comido? De repente los hijos comienzan a preguntar sobre sexo y los padres quedan petrificados porque los cogen desprevenidos.**

Los niños son curiosos por naturaleza y cada vez más precoces. Pero en este tema no se les puede dejar que tomen la delantera: hay que comenzar la educación sexual antes de que se enteren por otros medios. De esta forma se evita que les quede una impresión equivocada de lo que es el sexo.

Para ayudar a los padres en la nunca fácil educación sexual, se ha planteado en este reportaje una serie de preguntas que se suelen hacer los niños a distintas edades; las respuestas son una orientación, ya que existen muy diversas formas de contestarlas, según estilo de cada familia.

## **Pautas para tener en cuenta en la educación sexual**

Con explicarle al niño los aspectos relativos al sexo, no queda todo resuelto. La formación propiamente sexual es una parte de la educación integral y una de las tareas más urgentes que ha de resolver el adolescente en su marcha hacia la madurez, es el aprendizaje del amor. Si no se engloba dentro de la educación afectiva y moral -que ha de continuar durante toda la adolescencia y juventud- no se puede hablar de una educación sexual propiamente dicha, sino de una mera instrucción biológica.

¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde?

La educación para el amor, mejor que educación sexual, se debe realizar siempre en la familia, ya que en ésta se producen de forma natural los momentos espontáneos de intimidad y confianza.

Son los padres quienes deben compartir esta responsabilidad, pues ellos conocen mejor a sus hijos y proporcionan el ingrediente de amor necesario.

Presentar el sexo como algo bonito, bueno, noble, que Dios ha puesto en el hombre y tiene su importancia. Pero integrarlo en una dimensión humana que hable de amor, ternura, espiritualidad, razón... enseñándoles a distinguir la sexualidad instintiva de los animales, de la de los hombres que tiene un carácter superior.

Ir siempre al ritmo que pide el niño, adaptándose a su desarrollo evolutivo. Pero, en los tiempos actuales, **más vale adelantarse en algunas ocasiones.**

No mentirles nunca y responder a todas las preguntas que hagan los hijos, aunque no sean propias de su edad, pero adaptándose a su nivel de comprensión.

Ir progresivamente, paso a paso, sin dar saltos. Tampoco es conveniente suscitar inquietudes que no son propias de su edad y que les pueden crear problemas en el futuro. A medida que el niño crece, se ampliará la información.

¿A qué edad? Hacia los 3 ó 4 años suelen preguntar sobre los embarazos y, cuanto más les satisfaga la información que les dan, mejor. Más adelante, a los 8 ó 9 años puede explicarse cómo se produce la procreación. Un buen sistema, que yo empleo es comenzar por el reino vegetal, animal, hasta ascender al ser humano, integrándolo en la inteligencia y la espiritualidad.

Los padres deben dar a entender a sus hijos que la unión física se produce porque antes hay una unión de amor. Se puede empezar por explicarles la ilusión que les dio cuando él nació y que es fruto de un acto sexual de amor.

En la pubertad es conveniente prepararles para los cambios que su cuerpo y mente van a sufrir antes de que estos se produzcan. A esta edad (antes es indiferente) **es preferible que el padre hable con los chicos** y la madre con las chicas.

Ayudar a preservar en los niños el sentido de pudor que es un instinto natural innato que protege y realza nuestra intimidad y sexualidad. No es recomendable, por tanto, pasearse desnudos por la casa, ni que los pequeños los pesquen en plena intimidad sexual (es bueno en cambio, que vean que los padres se quieren y son tiernos el uno con el otro).

Protegerlos del ambiente cargado de permisividad sexual que hoy impera. Hay que **ver la televisión con los niños y formarles una actitud crítica**.

Orientarlos en una línea de respeto y de no quemar etapas. Son muy importantes las amistades, el colegio y las familias con las que se relacionan.

**Un padre jamás debe callar ante cualquier pregunta de los hijos.** Siempre debe existir una respuesta que se adapte a todos los niveles de comprensión de los pequeños, para que no comiencen a hacer falsas especulaciones con los amiguitos.

## De 3 a 4 años

### Mamá, ¿por qué las niñas no tienen pene?

Tanto si los niños preguntan como si no lo hacen, el baño puede ser un momento ideal para que las madres les expliquen que ese es precisamente el detalle en que se diferencia un niño de una niña. A esa edad no podemos esgrimir razones morales que ellos no comprenden; simplemente podemos decirles que tocarse el pene es antihigiénico, así como lo es meterse el dedo en la nariz y que, además, puede ocasionar irritaciones.

## De 5 a 7 años

### ¿Por qué estás tan gorda, mamá?

La llegada de un nuevo hermano suele ser el momento en que se plantea esta pregunta. La respuesta fácil: "Como ya te expliqué en una ocasión, la semilla que está en la barriga de mamá es un bebé en miniatura que va creciendo y alimentándose dentro de ella, hasta que a los 9 meses ya está formado. Entonces, mamá va a la clínica, donde un médico y las enfermeras ayudan para que nazca el bebé, pronto y bien. También a ti te llevé dentro de mí y por eso las madres quieren tanto a sus hijos". (Esto les encanta).

### Por dónde sale el hermanito?

Esta pregunta casi nunca falla y la mayoría de los niños tienen la idea de que el médico ha de abrir la tripa de la madre para sacar al niño. Hay que explicarles que el niño sale por un agujero que tiene las mujeres, que se abre y se dilata para permitir el nacimiento y luego vuelve a su tamaño normal.

## De 8 a 10 años

### ¿Y por dónde ha entrado la hermanita, te la has comido?

Es la pregunta siguiente, aunque no todos los niños lo plantean ni tan pronto ni tan expresivamente. Es el momento de explicar el papel del padre: el agujero por donde sale el niño sirve también para que el padre siembre ahí su semilla (espermatozoide) que se une a la de la madre (óvulo) y da lugar a una nueva vida, en la que Dios infunde el alma.

### **¿Si te quieren mucho y te dan muchos besos tienes un hijo?**

Es lo que suelen creer la mayoría de los niños, que a veces ven escenas en televisión de parejas besándose y abrazándose y ¡zas! En el siguiente plano, nace el bebé. Ha llegado el momento de explicarles, de una forma sencilla y sin entrar en detalles, en qué consiste el acto sexual: que el hombre y la mujer han sido creados, de forma que, cuando se quieren mucho, además de besarse y abrazarse, pueden unir más estrechamente sus cuerpos para expresar su amor, y posiblemente, engendrar una nueva vida. Conviene comentarles que este acto es lo que llamamos hacer el amor, y que produce un placer especial, que es algo bueno y bonito, siempre que se use adecuadamente.

### **¿Pero cómo va a tener un bebé si no está casada?**

Los niños suelen pensar que, naturalmente, no se pueden tener hijos sin estar casados. Tendrá que contarles que cualquier hombre y mujer, si realizan el acto sexual, pueden engendrar un hijo. Pero que lo natural y lo que Dios ha dispuesto es que los niños nazcan -tiene derecho a ello- en una familia unida. También se les puede aclarar que el sexo es algo noble y bueno, siempre que se utilice con el fin que ha sido creado, dentro del matrimonio.

### **Papá, ¿qué es un marica?**

En este caso hay que contarles que existen desviaciones sexuales que hacen que los hombres se sientan atraídos por estos hombres, contrariamente a lo que la naturaleza ha dispuesto. Asimismo, es recomendable que sepan que la homosexualidad también se da entre las mujeres.

### **¿Por qué no pueden casarse dos hombres o dos mujeres?**

Con una aclaración sencilla, se desvanecerán sus dudas, pues suelen tener una imagen muy natural de la familia. Habrá que recordarles cómo la mujer guarda en su vientre durante 9 meses al futuro hijo, en una bolsa llamada matriz, y que va creciendo hasta nacer. Si no hay madre, no puede haber hijos. Y sin el semen del padre, tampoco. Tiene que haber un hombre y una mujer.

## **De 10 a 12 años**

### **¿Qué me está pasando?**

Antes de la pubertad, 10-12 años en las niñas y 12-14 en los chicos, hay que explicarles a los hijos los cambios que van a sufrir sus cuerpos y los impulsos que van a sentir, así como la forma de encauzarlos. Por un lado, evitaremos que los chicos se asusten o se sorprendan y, por otro lado, al no estar aún despierto el instinto sexual, no les dará ninguna vergüenza ni turbación hablar de estos temas.

### **¿Por qué me viene la regla todos los meses?**

Hacia los 10 ó 12 el cuerpo de las chicas experimenta transformaciones importantes: toda su naturaleza se prepara para ser un día madre. Se redondean las formas, crece el pecho y surge el vello en las axilas y el pubis. Pero el principal acontecimiento es la primera menstruación o regla. ¿Por qué se produce? "Porque en nuestro vientre -puede contestarle- maduran todos los meses unos huevecitos diminutos que se llaman óvulos. Cuando un óvulo se une a un espermatozoide, surge el embrión humano, una nueva vida que comienza a desarrollarse durante 9 meses, hasta el momento del nacimiento. Pero si el óvulo no ha sido fecundado, se descompone y se expulsa todos los meses, originando esa pequeña hemorragia. Esto no significa que esté enferma, sino que ha llegado a la madurez sexual y, un día, podrá ser madre.

### **¿Por qué tengo eyaculaciones nocturnas?**

Es normal y no debe asustarse ni preocuparse. Cuando llega la pubertad -paso de niño a adulto- los cuerpos de los chicos también sufren cambios importantes: el clásico estirón, aparición del vello en cara, pubis, axilas y cambio de voz. Y, sobre todo, el desarrollo y primera actividad de los órganos genitales que producen un líquido llamado semen (semilla). Algunas veces se derrama el semen durante el sueño, de una forma natural, con una sensación de placer. Es un hecho fisiológico; se mancha la pijama y las sábanas, pero las personas mayores lo saben y no tiene nada de particular; se cambia la ropa y ya está.

### **A veces de repente, me siento excitado ¿qué puedo hacer?**

También es normal durante la pubertad sentir excitación sexual y a veces es muy molesto. No hay que asustarse, pero sí intentar dominar estos instintos, controlando los pensamientos y la imaginación. Pues, como bien sabes, los animales no tienen inteligencia y deben obedecer ciegamente a sus instintos; pero, los hombres poseen la voluntad y la razón que les ayuda a poner en orden sus tendencias. Además, los seres humanos disponen de recursos naturales - además de espirituales- como llevar una vida activa, tener ocupado el tiempo en actividades deportivas, culturales y profesionales.

### **¿Qué significa ser virgen?**

Hay que explicarles que con esta palabra se designa a las personas, generalmente solteras, que aún no han tenido contacto sexual con ningún hombre o mujer. Asimismo, conviene que sepan que, a veces, la virginidad puede ser voluntaria durante toda la vida por razones de vocación religiosa: hay hombres y mujeres que deciden no tener ninguna relación sexual para dedicar su tiempo y su energía íntegramente a Dios.

## **De 12 a 13 años**

### **¿Por qué no me debo masturbar?**

El sexo ha sido creado para un fin concreto y maravilloso, como es el amor entre marido y mujer, y el engendrar nuevas vidas. Utilizarlo de forma egoísta, únicamente para satisfacer el propio placer, es antinatural y no conduce a la felicidad; es más, produce un daño importante impidiendo una adecuada maduración sexual y afectiva. La medicina ha demostrado, además, que no existe una razón física ni en las chicas ni en los chicos (el semen se expulsa de forma natural a través de la orina o las poluciones nocturnas) para practicar la masturbación.

### **Estoy obsesionado con el sexo ¿Qué puedo hacer?**

Hoy esto es muy normal, pues la permisividad sexual flota en el ambiente. "En primer lugar hay que desterrar de la cabeza que toda resistencia es inútil porque para eso tenemos voluntad". Como decía P. Chauchard, "el principal órgano sexual del hombre es su cerebro". Ya se ha dicho antes, que es muy convincente practicar deporte, el juego y la educación física los cuales nos enseñan un progresivo control voluntario. Asimismo, es importante evitar las situaciones que puedan llevar a un uso incorrecto del sexo: por ejemplo la bebida y los afrodisíacos síquicos, como son la pornografía y el erotismo en sus más variadas formas: vídeos, películas, revistas, etc.

### **¿Es malo hacer el amor sin estar casado (relaciones prematrimoniales)?**

Como ya se ha comentado, usar el sexo inadecuadamente, no con el fin para que ha sido creado, perjudica a quienes los practican, además de no producir la felicidad, sino únicamente un placer estéril y egoísta. ¿Por qué no puedo hacerlo con mi novio si lo quiero? La respuesta no es difícil si se piensa en el significado profundo de las relaciones sexuales: éstas representan la entrega mutua que en un determinado momento, hombre y mujer, hacen de toda su persona. Así que, por propia naturaleza, estas relaciones se sitúan al final del proceso evolutivo del amor, es decir, en el matrimonio. Para que unas relaciones sexuales sean constructivas, deben desarrollarse en el contexto de una vida de pareja estable, definitivamente comprometida y capaz de aceptar los hijos que puedan llegar.