

**Actividades de
promoción de salud y
consejos preventivos**

**ATENCIÓN
AFECTIVO-
SEXUAL**

ATENCIÓN AFECTIVO-SEXUAL

Introducción

La Organización Mundial de la Salud, define la sexualidad como:

- La aptitud para disfrutar de la actividad sexual y reproductiva, amoldándola a criterios de ética social y personal.
- La ausencia de temores, de sentimientos de vergüenza, culpabilidad, de creencias infundadas y de otros factores psicológicos que inhiban la actividad sexual o perturben las relaciones sexuales.
- La ausencia de trastornos orgánicos, de enfermedades y deficiencias que entorpezcan la actividad sexual y reproductiva.

Y establece que los países y las instituciones deben promover una “educación sexual que tenga por objetivo ayudar a las personas a conducirse bien en su vida sexual, en base a:

- Una enseñanza del comportamiento sexual basado en una ética plural y social.
- Eximir de sentimientos de culpa, vergüenza o de miedos.
- Liberar de trastornos o deficiencias que interfieran las funciones.

Población diana

- Todos los menores y adolescentes y sus personas cuidadoras.

Periodicidad

- En todas las visitas de seguimiento del programa de salud infantil (para los adolescentes consultar tema sexualidad; salud sexual y reproductiva en el adolescente)
- En consultas a demanda específicas y siempre que se requiera información por parte de las personas cuidadoras.
- En actividades grupales y comunitarias específicamente programadas.

Actividades

- La sexualidad durante los primeros años de vida
- La sexualidad de los dos a los cuatro años de vida
- La sexualidad de los cuatro a los ocho años de vida

• LA SEXUALIDAD DURANTE LOS DOS PRIMEROS AÑOS DE VIDA

La educación afectivo-sexual en este periodo se debe insistir en la necesidad de ofrecer a los menores atenciones afectivas adecuadas

- Fomentar en padres, madres y educadores una actitud positiva hacia la sexualidad infantil.
- Explicar la fisiología normal de los órganos genitales (pene y clítoris) y la posibilidad de erecciones espontáneas y como respuesta a la estimulación táctil.
- Asignación Psicosocial de la identidad y rol de género: Identificar la asignación de la identidad sexual y rol de género y eliminar falsas creencias. Inmediatamente después de nacer, se le etiqueta con una determinada identidad sexual (es niño o es niña), a partir de la observación de los genitales externos, y se le atribuye el rol de género que se considera propio de su identidad (ser como los niños o como las niñas) y que determina comportamientos y expectativas diferenciales de las personas adultas para con los menores (decoración de la habitación, ropa de la cuna, vestidos, juguetes, conductas e incluso rasgos de personalidad).
- Fomentar vínculos afectivos ya que mediatizan la sexualidad a lo largo de toda la vida y especialmente en la primera infancia. Proporcionar seguridad, contacto íntimo piel con piel, juegos, caricias, que van a favorecer el buen desarrollo afectivo del niño o la niña.

• LA SEXUALIDAD DE LOS DOS A LOS CUATRO AÑOS DE VIDA

La evolución sexual depende en este periodo de cómo la niña o el niño viva y resuelva su autonomía, de las imposiciones sociales, modelos de identificación y las reacciones de los adultos ante sus conductas sexuales.

- Fomentar en padres, madres y educadores una actitud positiva hacia la sexualidad infantil.
- Regular su conducta y cumplir determinadas normas:
 - a. Control de esfínteres.
 - b. Inhibición de ciertas conductas de exploración (limitándole lo que puede tocar, coger, manipular)
 - c. Control de ciertas conductas consideradas socialmente indeseables (rabieta, peleas con otros niños, celos)
- Responder a la curiosidad sexual de los menores: explicar las diferencias anatómicas entre niño y niña.
- Valorar relación de apego entre padre, madre y menores.
- Valorar roles y evitar estereotipos de género.

• 3. LA SEXUALIDAD DE LOS CUATRO A LOS OCHO AÑOS DE VIDA

En esta edad es importante la educación sexual en todos los ámbitos (casa, escuela y salud). Todos los profesionales de la salud deben indagar y estar atentos en cuanto a relaciones de afecto entre el niño y niña y padres, madres o cuidadores.

- Valorar relaciones de apego con sus padres, madres o educadores
- Fomentar actitudes positivas y naturales hacia la sexualidad
 - d. Dar a todas las partes del cuerpo la misma importancia.
 - e. Desarrollar un vocabulario apropiado para nombrar todas las partes del cuerpo y las funciones del mismo.
 - f. Fomentar el querer y cuidar su cuerpo.
 - g. Conocer las características anatómicas de su cuerpo y las diferencias más importantes con los adultos.
- Dar información correcta, respondiendo a las preguntas con sinceridad siempre que surjan las dudas:
 - h. Usar un vocabulario adecuado para nombrar las partes del cuerpo.
 - i. Prestar atención a la información ofrecida con el lenguaje no verbal.
 - j. Ofrecer un clima de confianza y libertad.
- Valorar aspectos positivos de su cuerpo en su totalidad, ayudarles a asumir las diferencias anatómicas entre los sexos sin que eso suponga, ningún tipo de discriminación.
- Trabajar el rol sexual y la manera de relacionarnos.
 - k. Fomentar cualidades positivas independientemente del rol de género: sensibilidad, afectividad, decisión, toma de iniciativas, autodefensa.
 - l. Fomentar la expresión de sentimientos y emociones, reconocer aquellas que no son enriquecedoras para la persona (violencia)
 - m. Fomentar relaciones igualitarias.
 - n. Fomentar el juego, la comunicación y el respeto mutuo entre niños y niñas.

Herramientas

- Controles de salud información y asesoramiento a nivel individual.
- Educación sexual en grupo.
- Guías anticipatorias para personas cuidadoras (Anexo 1)
- Direcciones de Internet (Anexo2)

ATENCIÓN AFECTIVO-SEXUAL

ANEXO 1 EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL. CONSEJOS PARA LA FAMILIA

Sois los principales educadores de vuestros hijos o hijas, y también os corresponde educar en sexualidad, de hecho aunque no seáis conscientes estáis educando en sexualidad constantemente (con caricias, opiniones, silencios o pudores).

Consejos que pueden ser de utilidad a la hora de hablar con sus hijos o hijas sobre sexualidad:

- Es importante que hablen con sus hijos o hijas de la sexualidad de forma positiva, esto les facilitará su desarrollo sexual y les ayudará a ser adultos sexualmente sanos
- Nunca es demasiado tarde para hablar con sus hijos de la sexualidad.
- La educación sexual también debe hacerse en familia para ello podemos seguir estas pautas (*):

- Recuerden que es normal sentirse incómodo o incomoda cuando tratan estos temas con sus hijos
- Mantengan una actitud abierta ante las preguntas de sus hijos e hijas, aprovechen estas oportunidades para abordar y enseñar el tema de la sexualidad
- Conozcan lo que se enseña de sexualidad en las escuelas y grupos juveniles
- Conviene dejarles claro que con nosotros se puede hablar de sexualidad y que estamos dispuestos a hacerlo, si es que ellos quieren.
- Respondan con sinceridad, si desconocen la respuesta manifiéstelo y ofrézcanles la oportunidad de investigar más sobre el tema o acompañarles y consultar con un profesional para que sean informados y atendidos (recursos de la comunidad)
- Ayuden a sus hijos o hijas a conocerse, aceptarse y a expresar su sexualidad de modo que sean felices.
- Fomenten la autoestima de su hijo o hija.
- Traten de encontrar “oportunidades para enseñar” (programas de televisión, libros, tareas escolares; ...)
- Ustedes deciden lo que creen que sus hijos o hijas deben saber sobre sexualidad
- No esperen a que su hijo o hija le hagan preguntas, muchos niños nunca preguntan.
- Sean consciente de que detrás de la pregunta “¿soy normal?”, hay dudas acerca de su desarrollo sexual, sus pensamientos o sentimientos sexuales
- Den seguridad a sus hijos o hijas siempre que puedan
- Escuchen. Pregúntenle que quiere él o ella saber y qué es lo que sabe.
- No vea con ojos de adultos los comportamientos sexuales de sus hijos o hijas. No hagan interpretaciones precipitadas (a veces son comportamientos normales para su edad)
- Respeten el pudor, los secretos y los silencios de sus hijos o hijas.
- Háblenles acerca de los placeres de la sexualidad.
- Recuerden que les están diciendo a su hijo o hija que a usted le importan su felicidad y bienestar.
- Fomenten desde los primeros años hábitos saludables y autoestima.
- Refuerzen la capacidad que todo joven tiene para tomar decisiones y háganles ver que están convencidos de que ellos o ellas tienen esa capacidad. Cualquier momento es bueno para destacar que toda decisión debe ser personal y no vale la de “terceros” (padres, amigos, hermanos, tanto en este tema como en el de drogas, alcohol o cualquier otra decisión que se le presente en su vida cotidiana).
- Depositen en ellos el grado de responsabilidad que corresponda a su edad y háganles ver que algunas decisiones traen consecuencias y que, por tanto, debe existir un mínimo de reflexión a la hora de decidir.

CARACTERÍSTICAS DE LA SEXUALIDAD SEGÚN LA EDAD

	Características	Consejos a padres y madres
HASTA LOS 2 AÑOS	<p>Los niños exploran las partes de su cuerpo, incluyendo sus genitales y pueden experimentar erecciones y la vagina de las niñas puede lubricarse.</p> <p>Desarrollan sensaciones acerca del tacto al tomar contacto con su cuerpo</p> <p>Comienzan a tener un rol masculino o femenino, que depende de lo que los padres les transmitan</p>	<p>Dejen que su bebé explore su cuerpo si se toca mientras le cambia de pañal.</p> <p>Fomenten una imagen corporal positiva, hable con naturalidad de todas las partes de su cuerpo</p> <p>Den ejemplo de conducta adecuada y comparta mensajes positivos sobre el género y ante el contacto personal (sostener, vestir, hablar y jugar con el bebé).</p>
DE 3 a 4 AÑOS	<p>Los niños/as comienzan a saber que son un niño o una niña. Sin embargo, mientras juegan pueden simular que son del otro género.</p> <p>Pueden sentir mucha curiosidad por las diferencias corporales y jugar voluntariamente a las casitas o al doctor, o buscar otras formas de juegos sexuales con amigos/as o hermanos/as de edades similares</p> <p>Sienten cada vez más curiosidad por sus cuerpos, se sienten bien al tocarse sus genitales, pueden empezar a masturbarse estimulándose a sí mismos con la mano o frotándose con un muñeco de peluche, lo que puede o no provocar un orgasmo.</p> <p>Expresan interés por las palabras relacionadas con comportamientos en el baño,</p> <p>Muestran curiosidad sobre la forma en que los hombres y las mujeres usan el inodoro,</p> <p>Pueden repetir las “palabrotas” que escuchan y empezar a hacer preguntas sobre la sexualidad, como “¿de dónde vienen los niños?”</p>	<p>Usen muñecos y muñecas para ayudarlos a entender que las niñas y los niños tienen muchas partes de sus cuerpos iguales y algunas diferentes.</p> <p>Si encuentran a un menor en pleno juego sexual con otro niño o niña, con amabilidad debe preguntarles qué estaban haciendo. Es importante que el adulto abandone la perspectiva adulta y que entienda el comportamiento como motivado por la curiosidad.</p> <p>Expliquen que el pene, la vulva, los glúteos, etc. se consideran privados y que nadie debe tocar sus “partes privadas” excepto por razones de salud o para limpiarlos.</p> <p>Expliquen en un tono calmado, que tocar los genitales puede hacerle sentir bien, pero se debe hacer en un lugar privado como su dormitorio.</p> <p>Lean con sus hijos o hijas libros sobre sexualidad adecuados para su edad</p> <p>Den ejemplo de conducta adecuada y comparta mensajes positivos sobre el género y otros aspectos de la sexualidad que pueden surgir.</p> <p>Usen el nombre correcto para nombrar las partes del cuerpo, incluso los genitales.</p>
DE 5 a 8	<p>Los niños pueden seguir con los juegos</p>	<p>Igual que el bloque anterior</p>

CARACTERÍSTICAS DE LA SEXUALIDAD SEGÚN LA EDAD

AÑOS		
DE 9 a 12 AÑOS	<p>sexuales y con la masturbación.</p> <p>Pueden volverse muy curiosos sobre el embarazo y el nacimiento.</p> <p>Pueden desarrollar amistades estrechas con personas del mismo sexo.</p> <p>Pueden mostrar un interés más fuerte en los roles del estereotipo masculino y femenino, sin importar lo que lo que los padres han manifestado a este respecto durante la crianza.</p> <p>Los niños y niñas pueden volverse más reservados y desear su privacidad cuando empieza la pubertad.</p> <p>Tienen más curiosidad por los cuerpos desarrollados masculinos y femeninos.</p> <p>Pueden mirar revistas y páginas de Internet eróticas.</p> <p>Se pueden enamorar de amigos o amigas, otros adolescentes mayores, personas famosas y otras personas que desempeñan un papel en sus vidas, como los maestros/as o entrenadores.</p> <p>Se interesan por las citas.</p> <p>Se preguntan cosas como: “¿Soy normal?” y compararse con los demás.</p> <p>Pueden sentirse presionados para intentar agradar a sus padres (ser como ellos quieren y tener la conducta adecuada de los niños y las niñas).</p> <p>Pueden usar un lenguaje sexual y explorar fantasías románticas y sexuales.</p> <p>Se pueden masturbar para obtener un orgasmo más profundo y parecido al de los adultos</p>	<p>Respeten el deseo de privacidad de los o las preadolescentes.</p> <p>Compartan los valores familiares sobre las citas y el amor.</p> <p>Ayuden a sus hijos o hijas adolescentes a desarrollar habilidades para la toma de decisiones, la comunicación y mantenerse firme con respecto a sus límites y sus deseos.</p> <p>Sigan dando ejemplo de conducta adecuada y comparta mensajes positivos sobre asuntos relacionados con la sexualidad.</p> <p>Den consejos sobre igualdad de genero.</p> <p>Contesten a sus preguntas y ofrezcan los mensajes que quiera compartir sobre diversos temas y valores de la familia.</p> <p>Proporcionen libros e información sobre sexualidad, adecuados para su edad.</p> <p>Hágales saber que cuentan con su apoyo.</p>
DE 13 a	<p>Los adolescentes desean tener citas.</p>	<p>Sigan dando ejemplo de conducta adecuada y comparta mensajes positivos sobre asuntos</p>

CARACTERÍSTICAS DE LA SEXUALIDAD SEGÚN LA EDAD

18 AÑOS

Pueden sentirse presionados por sus compañeros para participar en actividades diversas, incluyendo comportamientos sexuales, para los que tal vez no estén listos para experimentar.

Pueden seguir masturbándose.

Pueden fantasear con situaciones románticas o sexuales.

Se pueden enamorar

Experimentan con besar y tocar, incluido el sexo oral y la relación sexual.

relacionados con la sexualidad.

Contesten a sus preguntas y ofrezcan los mensajes que quiera compartir sobre diversos temas y valores de la familia.

Proporcionen libros e información sobre sexualidad, adecuados para su edad.

Hágales saber que cuentan con su apoyo.

Den consejos de prevención violencia de género

Rompan con la idea de que dar a conocer los métodos anticonceptivos a los hijos es empujarlos hacia un sexo desenfrenado.

ATENCIÓN AFECTIVO-SEXUAL

ANEXO 2

PÁGINAS WEB DE INTERÉS

- Ministerio de Sanidad y Política Social: www.yopongocondon.com/enlaces.html
- Sex Joven, Federación de Planificación Familiar en España:
www.fpfe.org/guiasexjoven/jovenes.asp. Móvil Sex Joven (nacional): 608102313.
- Consejo de la Juventud de España: www.condoneate.org/es/
- Sociedad Española de Contracepción:
www.sec.es/informacion/recursos_asistenciales/index.php
- Tríptico informativo sobre la píldora del día después del Ministerio de Sanidad y Política Social: http://www.msps.es/novedades/docs/090911_diaDespues.pdf
- Información sobre la píldora: www.mujerhoy.net.
- www.formajoven.org

