

# Cómo hablar con sus niños acerca del sexo

## Hoja de Datos

### Esté preparado(a)

- Aún los niños muy jóvenes podrían tener preguntas.
- Proporcione respuestas que son apropiadas a base de la edad. Los niños menores necesitan menos detalles.
- Aprenda todo lo que pueda, y continúe aprendiendo, para que su información esté al día.
- Decida *de qué hablará* (ejemplo: cómo prevenir que se contraiga una infección), y *de qué no hablará* (ejemplo: su propia conducta sexual).
- Podrían haber asuntos que son demasiados difíciles o inadecuados para que usted y su niño(a) los discutan juntos. Anime a su niño(a) a que hable con otro adulto respetado (un consejero(a) de la escuela, un miembro de familia de confianza, etcétera.)
- Piense sobre sus propios valores (no solamente qué es lo que dice usted sino también qué es lo que hace usted) y esté listo(a) para discutirlos.
- Utilice "momentos de aprendizaje" - esos momentos cuando está sucediendo algo que hace que su niño(a) esté verdaderamente listo(a) para hablar y escuchar.
- Esté listo(a) para empezar una charla si su niño(a) nunca lo menciona.

### Póngase cómodo(a)

- Practique lo que quiere decir y cómo quiere decirlo. Pídales a otros adultos y padres que le escuchen a usted y que le ayuden a decir las palabras que son correctas para su niño(a).
- Escuche y aprenda de otros adultos y expertos para sacar ideas del cómo decir lo que quiere decir.
- Otros adultos pueden ayudarle a decidir cuánto de su propia historia es apropiado para compartir con su niño(a).

### ¡Escuche!

- Con mucha frecuencia no oímos la pregunta de verdad porque estamos ocupados ensayando nuestra respuesta. *Escuche* cuidadosamente y piense de aquello que su niño(a) verdaderamente quiere saber, antes de empezar su respuesta.
- Dele la oportunidad a su niño(a) de decir lo que quiere decir y respete lo que él o ella dice.

### Dé una explicación completa

- Hable acerca de lo que el sexo puede significar dentro de una relación, y no solamente sobre los riesgos del sexo.
- Hable acerca de los cambios físicos que suceden cuando alguien se vuelve adulto y cómo esto puede cambiar cómo el / la niño(a) se siente de si mismo(a).
- Hable acerca de cómo tratar con amigos y cómo tratar con la presión de otras personas para tener relaciones sexuales.
- Usted es el modelo a quien su niño(a) mira. Sin dar detalles sobre su sexualidad, hable acerca de las decisiones que usted ha tomado y la manera en que las tomó.
- Hable acerca de los retos cuando se toman decisiones—no solamente acerca del sexo.

**Si usted sabe - o sospecha - que su niño(a) haya sido abusado(a) sexualmente, busque ayuda profesional.**

Vea al dorso 

# Cómo hablar con sus niños acerca del sexo

## Hoja de Datos

### Los padres y otros adultos pueden afectar en gran manera cómo piensan y se comportan los niños mientras crecen.

- Los padres pueden proporcionar buena información.
- Los padres conocen a sus niños y lo que es importante para ellos.
- Los padres pueden darle tiempo a los niños para que piensen en las cosas, y luego continuar donde ellos hayan terminado.

### La manera en que los padres hablan con sus niños es muy importante. (vea el otro lado para detalles)

- Los niños se comportan mejor cuando:
  - los padres dicen la verdad y utilizan lenguaje que es apropiado para la edad del/ la niño(a);
  - los padres pueden hablar acerca de muchas cosas importantes, no solamente acerca del sexo;
  - los padres tienen buenas actitudes y la habilidad de hablar acerca del sexo;
  - los padres comprenden y son sensibles a las necesidades del / la niño(a);
  - el momento es oportuno. Cuando los niños y los padres hablan acerca del sexo antes de que los niños empiecen a tener relaciones sexuales, es menos probable que los niños tengan relaciones sexuales arriesgadas.

### Entérese más sobre cómo hablar con sus niños de las referencias a continuación:

- **The National Campaign to Prevent Pregnancy**  
(La campaña nacional para prevenir el embarazo)  
[www.teenpregnancy.org](http://www.teenpregnancy.org)  
1776 Massachusetts Ave. NW, Ste. 200, Washington, D.C. 20036
- **Children Now and the Kaiser Family Foundation**  
(Los niños ahora y la Fundación Familiar Kaiser)  
[www.talkingwithkids.org](http://www.talkingwithkids.org)  
1212 Broadway, 5th Floor, Oakland CA 94612
- **Sexuality Information and Education Council of the United States (SIECUS)**  
(Consejo sobre información y educación sexual de los Estados Unidos, SIECUS, por sus siglas en inglés)  
[www.siecus.org](http://www.siecus.org)  
130 West 42<sup>nd</sup> St., Ste. 350, New York, NY 10036-7802

Cuando los padres no hablan con los niños, los niños obtienen su información y actitudes de otros niños.

**¡Hable temprano y a menudo con sus niños!**

-Fin (modificado 12/2005)-

\*Based on "The Role of Parents in Adolescent HIV/STD Risk Prevention" Fact Sheet (1999), Rural Center for AIDS/STD Prevention, A Joint Project of Indiana University and Purdue University