



Educación afectivo sexual entre 0 y 2 años

La educación afectivo sexual en la primera infancia sienta las bases para establecer relaciones saludables y respetuosas con el entorno a lo largo de la vida. Es, por tanto, una parte crucial del desarrollo infantil.

Durante los dos primeros años de vida, el desarrollo infantil se basa en la exploración del entorno y del propio cuerpo, aprendiendo, cómo se articulan las relaciones, aprendiendo sobre sus propias emociones y explorando su corporalidad.

Como padres y educadores, es nuestra responsabilidad guiar al niño en este proceso de forma positiva y comprensiva.

¿Cuál es el desarrollo emocional y de la identidad normal a esta edad?

Los primeros dos años de vida de un niño son cruciales para su desarrollo emocional y la formación de su identidad. Durante este periodo, los bebés pasan de ser seres completamente dependientes a individuos con un sentido emergente de sí mismos y de su entorno. Comprender estas etapas puede ayudar a los padres a proporcionar el apoyo necesario para fomentar un desarrollo saludable.

Desde el nacimiento hasta los 6 meses se desarrolla el vínculo afectivo, de tal forma que el bebé forma un apego seguro con sus cuidadores principales, generalmente los padres. Este vínculo se construye a través de la respuesta consistente y constante a las necesidades físicas y emocionales del mismo. Igualmente, los bebés muestran emociones básicas como alegría, tristeza, enfado o miedo. Son especialmente sensibles al tono de voz y las expresiones faciales de sus cuidadores principales.

Entre los 6 y los 12 meses se produce el reconocimiento social, el bebé comienza a reconocer caras familiares y mostrar preferencia por ellas. Desarrolla una mayor conciencia de sí mismo en relación con otras personas. Alrededor de los 8-9 meses, los bebés pueden mostrar ansiedad cuando son separados de sus padres, lo que es una señal de apego seguro.

Desde los 12 a los 24 meses, aumenta el desarrollo de la autonomía y se estimula la curiosidad, por lo que aumenta la necesidad de exploración. A medida que el bebé comienza a caminar y hablar, se vuelve más independiente y curioso. Esta etapa es crucial para la formación de la confianza y la autoeficacia. También se produce un cambio significativo con el desarrollo del El bebé empieza a reconocerse como un ser independiente. Esto se observa cuando el niño usa su propio nombre, dice "yo" y "mí", y reconoce su imagen en un espejo.

¿Por qué es importante iniciar una educación afectivo-sexual de manera temprana?

Los niños se relacionan constantemente, con sus amigos, sus familiares, profesores, entrenadores, etc. y a medida que crecen, estas relaciones se van extendiendo y evolucionando como un mapa de carreteras, con parejas, más amistades y otros tantos tipos de relaciones.

La educación afectivo-sexual da las herramientas necesarias para enseñar a los niños a conocerse y respetarse, tanto a sí mismos como a los que les rodean, a tener autonomía y gestión de su cuerpo y sus emociones, a saber reconocer las mismas y nombrarlas.

Debe adaptarse a la edad y etapa educativa de nuestros hijos, ayudándoles a entender progresivamente la

igualdad de géneros, el respeto mutuo, el consentimiento libre y su sexualidad, así como sus necesidades individuales.

Es fundamental, ya que aprender a querer y a ser querido de una forma sana y libre es imprescindible para cualquier persona, y esto comienza en la infancia.

Para ello los padres o cuidadores principales son el principal modelo y ejemplo en los que se basará el aprendizaje de los bebés.

Una buena educación afectivo-sexual ayuda a establecer relaciones que sean positivas, y a distinguir las que no lo son.

¿Qué debemos tener en cuenta para realizar una adecuada educación afectiva a esta edad?

La educación afectivo sexual en niños menores de 2 años debe basarse en una comunicación abierta y honesta. Aunque no pueden comprender palabras y conceptos específicos, sí entienden conceptos generales sobre el cuerpo y las emociones. Es esencial utilizar vocabulario adaptado, con palabras correctas y simples, para referirse a las partes del cuerpo, animando a los niños a sentirse cómodos y seguros al hablar de ellas.

Promover la aceptación y el respeto hacia los demás es igualmente importante. Modelar comportamientos respetuosos y enseñar a tratar a los demás con amabilidad y empatía ayuda a los niños a desarrollar estas habilidades sociales desde temprana edad. Además, enseñarles a establecer límites personales y a respetar la privacidad es crucial. Los niños deben aprender que su cuerpo es suyo y que nadie tiene derecho a tocarlo sin su permiso, algo que puede inculcarse durante el aseo personal y los cambios de pañal.

También es vital fomentar relaciones familiares y en otros entornos basadas en el afecto y el cariño. Los besos, abrazos y muestras de amor son fundamentales para el desarrollo emocional saludable, enseñando a los niños sobre la importancia del contacto físico seguro y consensuado. Desde una edad temprana, enseñar a los niños a decir "no" cuando no desean un contacto físico les ayuda a desarrollar un sentido de autonomía y control sobre su cuerpo, así como a respetar su intimidad y permitir momentos de privacidad.

Finalmente, animar a los niños a expresar sus sentimientos y necesidades, incluso con gestos o palabras simples, les ayuda a entender que su voz es importante. Modelar un comportamiento respetuoso y pedir permiso antes de abrazarlos o realizar cuidados diarios refuerza estos conceptos. Toda esta información, gestionada correctamente, ayudará a prevenir situaciones de violencia sexual infantil, enseñando a los niños a identificar situaciones inapropiadas o peligrosas y cuándo deben pedir ayuda.

¿Cómo abordar la salud afectivo sexual de 0 a 2 años?

1. Fortalecer los vínculos de apego con sus figuras de referencia.
2. Promover la exploración de su entorno atendiendo a su expresión de emociones.
3. Es fundamental que los adultos del entorno sirvan de figura de referencia dando ejemplo, expresando las emociones que ellos mismos sienten y cómo las regulan.
4. Facilitar la expresión de emociones y desarrollo de estrategias que permitan a los niños/as expresar aquello que desean y no desean, haciendo peticiones de cambio y/o ayuda.
5. Utilizar el juego como vía de comunicación para expresarse.
6. Dar ejemplo de lo que es una relación saludable.
7. Usar siempre las palabras correctas para referirse a las partes del cuerpo.
8. Facilitar el conocimiento del cuerpo desde una imagen positiva.

En conclusión

La educación afectivo-sexual en la primera infancia sienta las bases para relaciones saludables y respetuosas en el futuro. Al proporcionar un ambiente seguro, amoroso y educativo, estamos proporcionando a nuestros hijos las herramientas necesarias para poder desarrollarse de forma segura y positiva en el mundo que les rodea.

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/educacion-afectivo-sexual-entre-0-2-anos>