

# ¿QUÉ DEBEMOS SABER SOBRE EDUCACION AFECTIVO-SEXUAL EN NIÑOS/AS?

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE INICIAR UNA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL DE FORMA TEMPRANA?

La educación afectivo-sexual da las herramientas necesarias para enseñar a niños y niñas 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.

Se adapta a la edad y etapa educativa de nuestros hijos e hijas, ayudándoles a entender de forma progresiva la igualdad de géneros, el respeto mutuo, el consentimiento libre y su sexualidad, así como sus necesidades individuales.

Aprender a querer y a ser querido de una forma sana y libre es fundamental para cualquier persona, y esto comienza en la infancia.

Los niños y las niñas se relacionan constantemente, con sus amigos y amigas, 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.



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

## COMO ABORDAR LA SALUD AFECTIVO SEXUAL SEGÚN LA EDAD

### 1 De 0 a 2 años

- Fortalecer los vínculos de apego con sus figuras de referencia.
- Promover la exploración de su entorno atendiendo a su expresión de emociones.
- 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.
- Utilizar el juego como vía de comunicación para expresarse.
- Dar ejemplo de lo que es una relación saludable.
- Usar siempre las palabras correctas para referirse a las partes del cuerpo.
- Facilitar el conocimiento del cuerpo desde una imagen positiva.

### 2 De 3 a 5 años

- Facilitar una relación de confianza, en que el/la niño/a sepa pedir ayuda cuando es necesario.
- Enseñarles a identificar las caricias correctas y a decir no si no desea que lo / la toquen.
- Favorecer las relaciones con su grupo de iguales donde establecer e interiorizar normas y pautas de interacción. Anime a su hijo/ a respetarse a sí mismo/a y a los demás.
- Acompañar en el conocimiento del propio cuerpo y las diferencias sexuales niño/ niña, en el proceso de construcción de su identidad sexual.
- Saber describir de forma sencilla de dónde vienen los bebés.
- Favorecer la exploración adecuada de su entorno estableciendo los límites en los contextos públicos y privados según la norma social.
- Identificar los diferentes tipos de modelos familiares propiciando espacios de encuentro donde puedan resolver sus dudas.
- Garantizar el acceso a información y los recursos adaptados a su edad y características personales.

### 3 De 6 a 12 años

- Responder a su curiosidad e introducir conceptos básicos de fisiología y reproducción ajustados al nivel de comprensión.
- Trabajar aspectos relacionados con conocimientos básicos acerca de cambios en la adolescencia en los diferentes niveles.
- Favorecer la consolidación de una identidad sexual libre.
- Facilitar el conocimiento de su propio cuerpo respondiendo a las dudas que se le planteen de una forma natural evitando la penalización.
- Establecer el dialogo y la comunicación sobre temas relacionados con la sexualidad en el grupo de iguales, la familia, la escuela...
- Adquirir un vocabulario preciso y no discriminatorio en relación a la sexualidad.
- Fomentar valores de relación basadas en la igualdad, el respeto y la responsabilidad.
- Facilitar el encuentro con su grupo de iguales, donde aprenderá a expresarse respetando las aportaciones e intereses de los demás.
- Fomentar estrategias de comunicación que faciliten la expresión y reconocimiento de expresiones de afecto y emociones.
- Desarrollar habilidades que le permitan identificar y afrontar posibles situaciones de riesgo en relación con su sexualidad.

Puedes encontrar más información en

<https://enfamilia.aeped.es/>