**Hablando de sexo**

****

Se me ocurre una pregunta…¿Cuál diríais qué es la mejor edad para comenzar a hablar y educar la sexualidad en nuestros hijos? ¿ A los 9? ¿A los 14? ¿A los 16?

Y si os dijera que pienso que no hay ninguna edad adecuada para hacerlo. Los temas y los contenidos que se trabajan dependiendo de la edad, son diferentes. **Antes de hablar sobre estos temas, es importante que apartemos cualquier prejuicio ideológico o religioso y nos sepamos adaptar al carácter y madurez del pequeño**. No vamos a hablarle a un niño de 5 años de infecciones de transmisión sexual así como no vamos a ir a un aula con chavales de 18 años a hablarles de los posibles cambios que se van a producir en la adolescencia porque llegamos un poco tarde ya ¿no?

Por tanto **son los contenidos los que se tienen que adaptar a la edad de nuestros chicos y chicas, no al revés**.

Sin duda para un papá es muy difícil abordar los temas de sexualidad con sus hijos, pues siente que puede ser vulnerable ante preguntas para las que quizá no tenga respuestas o que no sabrá cómo explicar.

No sabemos cuando nuestros hijos comenzarán a cuestionarse al respecto de estos temas por lo que, lo primero es prepararse para que no nos cojan desprevenidos. **Es muy importante tomarnos las preguntas con naturalidad y tranquilidad, si comienzas a manifestar nerviosismo o evades el tema puede resultar contraproducente.** Normalmente si preguntan es porque escucharon hablar del tema o vieron algo. Las toneladas de datos equívocos que circulan en internet o los compañeros de clase no siempre son los más indicados para resolver las dudas del niño. Por eso, ¿quién mejor que nosotros para asumir el rol de educadores sexuales?

Entre los 9 y 10 años los niños comienzan a sentir curiosidad por su cuerpo y por el de sus compañeros de clase o amigos, es por eso que se puede aprovechar en los momentos en los que ellos externen algo para hablar al respecto, si es que ellos no nos preguntaron nada antes.

**Emplear un lenguaje muy claro así como enseñarles a reconocer su propio cuerpo, les dará seguridad para hablar del asunto**.

Los niños son pequeñas esponjas que absorben todo lo que pasa alrededor, y les gusta hablar de sus cosas también. **Dibujando, escribiendo y cantando, se pueden tratar conceptos tan importantes como el cuerpo humano, el concepto de intimidad, la diversidad, el valor de la diferencia entre niñas y niños como algo positivo etc**.

Lo más importante es que las niñas y niños se sientan a gusto, pudiendo opinar y escuchar y que se den cuenta de que lo importante en ese espacio son ellos, cada personita que está creciendo y desarrollándose.

Apostar por una educación de la sexualidad, de las sexualidades en plural, es importante. Facilitar un espacio donde hablar de todas las dudas, dificultades, preocupaciones e inquietudes que tienen nuestros hijos, es la base para que ellos mismos vayan desarrollando su sexualidad y la puedan vivir de manera satisfactoria así como sentirse a gusto consigo mismos.

Recuerda que puedes ayudarte de especialistas o materiales bibliográficos para aclarar tus propias dudas y poder explicarles a tus hijos de la manera más clara posible la forma más plena y segura de vivir su sexualidad.

**Los niños no se traumatizan con el sexo si les transmitimos amor y naturalidad**. Al contrario: la prohibición, coacción, ocultación o muestra del sexo como algo sucio y pecaminoso genera traumas y rebeldía.