

A los padres les cuesta trabajo asumir que los hijos son seres sexuales
Dan Kindlon

La sexualidad

La sexualidad es un hecho complejo. El ser humano, como especie, es un ser sexuado; esto quiere decir que, de una parte, existen diferencias anatómicas entre los machos y las hembras y, de otra, que la reproducción de la especie se hace con la participación de ambos sexos, característica que se comparte con muchos otros seres de la naturaleza. En los animales, y también en el ser humano, el hecho de que un individuo sea macho o hembra está determinado por factores genéticos y biológicos. En los animales, ser macho o hembra determina de manera instintiva comportamientos típicos para los individuos de cada uno de los sexos en cada especie. Por esto, cuando un animal alcanza la madurez biológica que lo habilita para la reproducción despliega los comportamientos pertinentes que culminan en el apareamiento y la reproducción.

En los humanos la situación es diferente y de una mayor complejidad; puede decirse que su comportamiento no responde a una determinación instintiva y que no existen comportamientos típicos para cada sexo. Cada sociedad define, de manera implícita o explícita, lo que considera propio del sexo masculino y del femenino.

Además, y esto es lo específico del ser humano, cada persona construye a lo largo de su proceso de desarrollo una historia individual en la que estructura de manera progresiva, según sus vivencias y experiencias, su relación personal con el hecho de ser hombre o ser mujer, el tipo de orientación de su apetencia sexual y las condiciones que le serán necesarias para lograr su satisfacción. Todo ello da lugar a una gran cantidad de diferencias entre las personas, que pueden apreciarse tanto en el campo de lo que se considera normal como en el de lo que se considera anormal.

La sexualidad humana evoluciona y se estructura dentro de vínculos de afecto significativos, fundamentalmente con los padres, y es de este modo como adquiere sus características propias y como se define la orientación del impulso sexual.

Debe tenerse en cuenta que estos vínculos incluyen elementos que se establecen antes del nacimiento, ya que cada uno de los padres tiene su historia personal, sus propias actitudes y deseos, que determinan la forma como desea, espera y recibe a su hijo. Esto muestra que la sexualidad humana no es instintiva, sino que es algo histórico, es decir, algo que cada persona construye poco a poco, en función de su propia historia y de la historia de sus padres, con influencia de la sociedad y la cultura.

Adolfo León Ruiz

Desarrollo sexual y de identidad de género en niños, niñas y adolescentes

Yolanda Giraldo Giraldo

Médica y psicóloga

Profesora

Universidad de Antioquia

Es aceptado en el contexto cultural actual que *la persona que ha logrado desarrollar una sexualidad saludable se caracteriza porque se conoce y acepta tal y como es; es autónoma; ha desarrollado competencias para mantener relaciones positivas con otros; está abierta a experiencias sexuales que contribuyan a su proceso de crecimiento y mejoramiento continuo; y considera en la definición de su proyecto de vida la dimensión sexual.*

El término **sexualidad** se sigue asociando únicamente a la dimensión erótica y genital, por lo que poco a poco se debe lograr la ampliación de su visión para comprender las verdaderas dimensiones de la sexualidad. Una definición más amplia de sexualidad es la de la Organización Mundial de la Salud (2002): *Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida.*

Abarca el sexo, las identidades y los papeles de género; el erotismo; el placer; la intimidad, la procreación y la orientación sexual. *Se vive y se expresa por medio de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.*

El ejercicio de reflexionar sobre la propia sexualidad es el principio para afrontar lo relacionado con la sexualidad infantil, porque las actitudes de los padres y maestros son la base de su formación. La actitud de los adultos depende de su propia historia y de la aceptación que tienen de su propia sexualidad.

Entender que la sexualidad es mucho más que tener relaciones sexuales permite aceptar que desde antes de nacer la naturaleza humana es sexuada, así como que desde el nacimiento se empieza a desarrollar la sexualidad y su expresión, y que los adultos son los acompañantes para una adecuada construcción de la sexualidad en la niñez y la adolescencia.

En la niñez se aprende de sexualidad inicialmente en la familia, y por esto es fundamental que haya manifestaciones de afecto e intimidad para aprender que son comportamientos sanos que producen felicidad.

Inicialmente se aprende mediante la exploración del propio cuerpo y posteriormente la autoestimulación permite experimentar sensaciones placenteras que ayudarán a percibir el cuerpo en la dimensión de lo placentero y agradable. En el desarrollo social se tendrán juegos sexuales con los compañeros de juego, lo que llevará a entender que la vida y la sexualidad se comparten con los otros.

En este tipo de experiencias los niños y niñas están acompañados de las reacciones de los adultos y es fundamental que reciban aceptación y afecto, pero al mismo tiempo que se aproveche esta experiencia para enseñarles los límites y se promueva el respeto y la responsabilidad para que se constituyan como seres capaces de vivir su sexualidad en forma positiva.

Para acompañar a niños, niñas y adolescentes en el desarrollo de su sexualidad es fundamental conocer muy bien el proceso de desarrollo sexual, cómo se comportan y cuáles son sus intereses según la edad. Hay ciertos patrones característicos que a su vez están influenciados por el entorno familiar y la cultura a la cual se pertenece.

Se es un ser sexual desde el vientre materno. Todo ser humano tiene una dotación genética que permite el desarrollo de órganos sexuales específicos para cada sexo. A quien acaba de nacer se le asigna sexo masculino o femenino de acuerdo con los caracteres sexuales externos, lo cual determina culturalmente la forma en que los adultos se relacionan con el nuevo ser.

Del nacimiento a los diecisiete meses de edad

El contacto con quienes se encargan del cuidado produce los primeros esbozos de la sexualidad en la niñez, ya que desde el nacimiento se siente placer con las caricias. Durante el aseo y la alimentación hay procesos de excitación autoeróticos que son repuestas involuntarias que van preparando para la capacidad de dar y recibir en lo relacionado con el placer.

Del año y medio a los treinta y cinco meses de edad

Cuando niños y niñas controlan sus movimientos exploran su cuerpo y se dan cuenta de que tocar sus genitales les produce placer. El balanceo sobre los órganos

genitales o el frotamiento pueden llevarlos a descubrir el placer antes de tener control muscular en sus manos para autoestimularse.

En la parte inicial de este período se conforma el **núcleo de la identidad de género**, con la expresión de ser niño o niña, pero esta identidad se basa en aspectos culturales como la ropa y por esto pueden confundirse cuando ven, por ejemplo, a una niña vestida de niño.

De los tres a los cinco años de edad

En este período la construcción de la identidad de género se enriquece con el reconocimiento anatómico y funcional del cuerpo, mediante lo cual los niños y niñas se concentran en actividades como identificar emociones y comportamientos de hombres y mujeres, interés por observar adultos desnudos, inquietudes frente a los recién nacidos, e interés por lo que hacen los padres cuando van al baño.

A los cuatro años se hacen comunes los juegos de roles de género como el papá y la mamá, o el doctor. Hay gran interés por el matrimonio, el embarazo y el nacimiento. Se preguntan cómo se sale del cuerpo de la madre. Les agradan las conversaciones que tienen que ver con la sexualidad y si tienen confianza con el adulto le preguntarán sobre todos estos asuntos.

Después de los cuatro años la elección de juegos y juguetes es típicamente masculina o femenina. Hay **permanencia de género**, lo que significa que será poco probable la confusión al identificar a otros o a sí mismo como niño o niña.

La estimulación en la niñez es muy enfocada a la manipulación de los órganos sexuales como forma de exploración que produce placer. Cuando se juega con pares hay abrazos, besos, trepar en otros y miradas a los genitales para compararse. Este juego sexual con los iguales es parte del ajuste psicosexual saludable y favorece el desarrollo de autoestima y la posibilidad de relacionarse con los otros.

Ante las inquietudes de los padres no se recomienda una actitud permisiva sino educadora, explicándoles a niños y niñas la comprensión de su desarrollo sexual, pero al mismo tiempo estimulándolos a conservar la intimidad y a limitar este tipo de juegos exploratorios. Así se fomentan los límites frente al propio cuerpo y el de los otros y se ayuda a prevenir el abuso sexual.

De cinco años de edad en adelante

A los cinco años les agrada besarse a sí mismos y besar a otros niños y niñas en la mejilla y la boca. Muestran interés por ver revistas de desnudos, exploran órganos sexuales en ellos mismos, en animales y en muñecos. Se preguntan cómo se nace y cómo se produce todo lo que se expulsa del cuerpo.

Las conductas de autoestimulación a esta edad tienen intencionalidad exploratoria. Por ejemplo, si un niño va a orinar y toca su pene tendrá sensaciones agradables y entonces lo manipulará, comportamientos que son espontáneos, sin los elementos subjetivos del adulto relacionados con lo erótico o las fantasías sexuales.

A los seis años aparece el pudor y se cimienta la comprensión fundamental del rol de género, es decir, cómo se espera que actúen si son niños o niñas. Los modelos del padre y la madre son determinantes porque en esta edad es fundamental imitar al progenitor del mismo sexo.

Esta imitación se convertirá en la forma de transmitir valores culturales sobre la sexualidad, pues asumir el **rol de género** no es algo simple, ya que este está influenciado por la valoración que la cultura le da a cada rol, masculino o femenino.

A los siete años los impulsos sexuales no desaparecen, pero son manejados de manera más privada. Si ha habido actitud de rechazo del adulto a la masturbación pueden aparecer sentimientos de culpa. El autoerotismo en la niñez casi siempre es algo positivo que ayuda a consolidar la imagen corporal y permite reconocer las sensaciones del cuerpo.

Sin embargo, hay que estar atentos porque en algunos casos no es saludable si ocurre en momentos de ansiedad o preocupación, pues se puede estar imposibilitado para detener la conducta a pesar de habersele sugerido no hacerlo en público o puede intentar tocar a otras personas sin hacer caso del deseo del otro de no ser tocado. Cuando se observan estas características es necesario buscar ayuda profesional.

A los ocho años generalmente hay identificación con las actividades de los adultos de su mismo sexo, con preguntas acerca de cómo se relacionan ellos en la intimidad. El acercamiento por amistad suele ocurrir con tocamientos bruscos como pellizcarse o empujarse. A esta edad aprenden las asociaciones relevantes con respecto al otro sexo, lo cual es un avance más en el proceso de identidad, constituyéndose en un descentramiento de su propio sexo.

A los nueve años se habla con los compañeros sobre atractivos físicos y se inquietan por la menstruación y la eyaculación. En ocasiones las niñas comparan los senos con los de otras. Los niños pueden ser bruscos y pellizcan la nalga o aprietan los testículos de otros.

En general, se puede decir que el proceso de adoptar el **rol de género** dura desde la etapa preescolar hasta la pubertad y los adultos deben tener en cuenta que en este largo período se está formando una personalidad en la que se debe integrar la sexualidad, por lo que es recomendable el acompañamiento para construir el sentimiento de valía y la capacidad de dar y recibir amor.

Entre los diez y once años hay interés por los detalles que tienen que ver con el mecanismo de las relaciones sexuales. En ocasiones los muchachos se bajan los pantalones para comparar el tamaño de sus penes y también pueden experimentar juegos sexuales con los amigos.

Los cambios físicos reactivan el interés por las características de cada sexo y se inquietan sobre su propio rol como hombres o mujeres. Aparecen las preguntas sobre la **orientación sexual** y experimentan dudas sobre la elección de su pareja sexual. Cuando se interesan por personas del otro sexo pueden tener dudas acerca de su competencia sexual.

A la mayoría de los adolescentes, de ambos sexos la masturbación les permite reconocer las características y funciones de su nuevo cuerpo, pero es necesario que esta práctica no los lleve a aislarse porque esto sería algo compulsivo que podría estar relacionado con un trastorno psicológico.

Recomendaciones

Por lo expuesto, el ejercicio de la responsabilidad adulta en el desarrollo de la sexualidad de niños, niñas y adolescentes consiste la promoción de los límites y el autocontrol enseñando, **con el ejemplo**, maneras equitativas y respetuosas de relacionarse, lo cual incluye:

- *Implementar prácticas de socialización igualitarias, no sexistas*
- *Saber responder a las manifestaciones de la sexualidad infantil y adolescente*
- *Distinguir cuándo el comportamiento de un niño, una niña o un adolescente es expresión de la sexualidad acorde con la edad, lo cual requiere la intervención del adulto para garantizar el ejercicio de los derechos de los involucrados o amerita la remisión a un experto*

Lecturas recomendadas

Ortiz G. Sexualidad a través del desarrollo. En: Ortiz G, Corona E (compiladoras). *Hablemos de salud. Manual para profesionales de atención primaria de la salud*. México: AMES, AMSSAC, Secretaria de Salud de Gobierno; 2003. Disponible en: <http://www.amssac.org/biblioteca%20sexualidad%20a%20traves%20del%20desarrollo.htm>

Prieto I. *Sexualidad infantil*. 2ª ed. México: Instituto Mexicano de Sexología; 2002.

Vargas E. *La sexualidad también es cosa de niños y niñas. Manual para agentes educativos socializadores*. Ministerio de Protección Social, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Grupo Haz Paz, Banco Interamericano de Desarrollo. Bogotá; 2007. Disponible en:

http://www.icbf.gov.co/Nuestros_programas/Documentos/LA%20SEXUALIDAD%20TAMBIEN%20ES%20COSA%20DE%20NINOS%20Y%20NINAS.pdf