



ESCUCHAR Y APOYAR

**- GUÍA PARA PADRES Y TUTORES SOBRE
LA EDUCACIÓN SEXUAL DE LOS NIÑOS**

Si eres madre, padre o tutor de un niño de entre 5 y 11 años, este documento está diseñado especialmente para ti. Al leerlo, aprenderás sobre la educación sexual, comprenderás su propósito y descubrirás cómo apoyar a tu hijo mediante conversaciones abiertas e informadas. También aprenderás qué es el abuso sexual infantil en línea y cómo prevenirlo, abordando temas como la seguridad, los límites y la importancia de mantener una comunicación constante y de confianza con tu hijo.

Importante!

El principal objetivo de la educación sexual no es preparar al niño para el sexo, sino impartirle conocimientos sobre emociones, límites, derechos sexuales e identidad, entre otros. La educación sexual refuerza el sentido de autoestima del niño y le permite conocerse mejor a sí mismo. Tener una alta autoestima y una identidad propia es la base de una vida adulta positiva. Cuando un niño se conoce a sí mismo y se siente valioso, puede crecer y desarrollar una sexualidad positiva de forma segura.

Terminology

Abuso sexual infantil:

Cualquier acto realizado por un adulto o por una persona significativamente mayor que el niño, que viole su derecho a la autodeterminación sexual, o cualquier intento de cometer dicho acto, se considera abuso sexual infantil.

El abuso sexual infantil incluye, por ejemplo:

Participar en actividades sexuales con un niño. Obligar a un niño a presenciar actividades sexuales o situaciones de abuso. Presionar, forzar o amenazar a un niño para que participe en actividades sexuales con un tercero.

Material de abuso sexual infantil:

Cualquier material fotográfico o videográfico que muestre a un niño en una conducta sexual (con o sin un adulto) y material centrado en la región genital o anal del niño.

Grooming o engaño con motivos sexuales

Un adulto se acerca a un niño, en línea o en persona, con el objetivo de abusar sexualmente de él. El engaño con motivos sexuales puede incluir las siguientes prácticas (nota: todo esto también se considera abuso sexual infantil):

- Comunicarse con un menor de forma sexualizada.
- Hacer comentarios sobre la imagen o el cuerpo de un menor con connotaciones sexuales.
- Pedir a un menor una foto suya de carácter íntimo o en la que aparezca desnudo.
- Enviar material pornográfico, de desnudos o de carácter íntimo a un menor.
- Hacer que un menor actúe de forma sexual delante de una cámara.
- Conseguir que un menor acepte quedar en línea o en persona.

La noticia suele causar mucha sorpresa, ya que en la mayoría de los casos no había señales claras que indicaran lo que estaba sucediendo.

¿QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO HA SUFRIDO ABUSOS SEXUALES?

Enterarte de que tu hijo ha sufrido abusos sexuales es algo impactante y puede provocar una gran crisis en la familia. Al principio, puede que te cueste creerlo o no entiendas lo que ha ocurrido en realidad. La noticia suele causar mucha sorpresa, ya que en la mayoría de los casos no había señales claras que indicaran lo que estaba sucediendo.

Muchos padres o tutores afirman experimentar distintas emociones tras recibir la información inicial. Es natural que, como madre, padre o tutor, sientas confusión y experimentes emociones como incredulidad, tristeza, rabia y miedo, que tanto tú como tu hijo y el resto de la familia deberán enfrentar. Tu hijo también puede mostrar comportamientos contradictorios y sentir emociones confusas: en un momento puede estar enfadado y al siguiente, sentirse retraído o inquieto. Esto puede aumentar la sensación de inseguridad e impotencia de los padres.

Como madre, padre o tutor, juegas un papel fundamental en el proceso de recuperación de tu hijo y en el fortalecimiento de su capacidad para adaptarse o enfrentar las dificultades que tendrá por delante. Una de las acciones más útiles que puedes tomar es ofrecer estabilidad y bienestar físico y emocional. Lo más importante es que mantengas la calma, confíes en tu hijo y le brindes la seguridad que necesita. Mientras ayudas a tu hijo, también es crucial que te cuides a ti mismo y busques el apoyo necesario. Solo así podrás ofrecerle un entorno tranquilo, reconfortante y seguro.

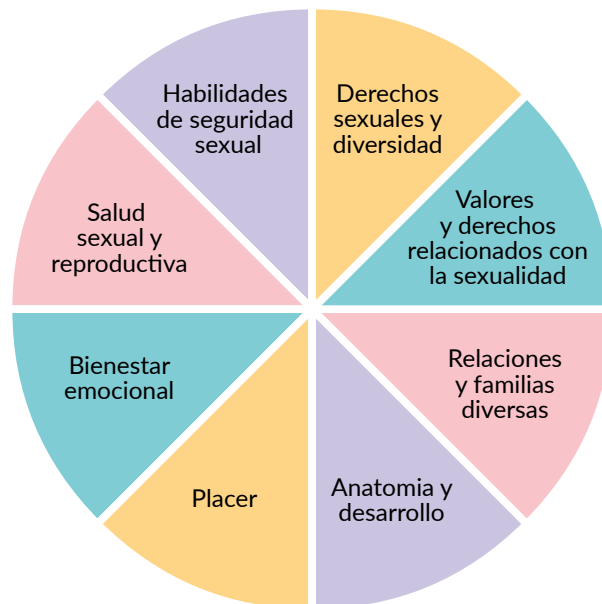
HABLAR CON TU HIJO SOBRE SEXUALIDAD

La sexualidad es una parte natural del desarrollo humano. Desde una edad temprana, tu hijo puede tener preguntas sobre la sexualidad, su propio cuerpo, si le gusta o no alguien o algo, o incluso sobre el sexo. Los niños pequeños abordan las cosas nuevas con curiosidad y rara vez perciben las cuestiones relacionadas con la sexualidad como algo incómodo o difícil. Por lo tanto, es importante empezar pronto a hablar de estos temas. Además, si tu hijo tiene un buen conocimiento básico sobre un tema, estará más preparado para evaluar críticamente cualquier información que reciba.

El objetivo de la educación sexual es proporcionar información al niño y favorecer su bienestar y un desarrollo sexual positivo. La educación sexual también puede reforzar el conocimiento que el niño tiene de sí mismo y su autoestima.

Ofrecer educación sexual es responsabilidad de los padres o tutores. Es más fácil hablar de sexualidad con los niños si la conversación comienza temprano, es informal y frecuente. Debe ser parte de la vida cotidiana dentro de la dinámica familiar, no algo aislado ni una charla puntual. Habla con sinceridad y proporciona toda la información adecuada para su edad y nivel de desarrollo.

La educación sexual incluye los siguientes temas:



Puedes hablar de todos estos temas con tu hijo.

Importante!

- Puede ser difícil hablar de sexualidad cuando no estamos cómodos con el tema, pero evitar la conversación no impedirá que los niños obtengan información ni los mantendrá a salvo.
- Practica con antelación: ¿qué quieres que sepa tu hijo y cómo lo expresas con palabras?
- Puede que tu hijo pregunte algo que te haga sentir incómodo o que no sepas cómo responder. En este caso, dile que no sabes qué responder, pero que volverás a hablar con él más adelante.
- Si tu hijo no parece interesado en absoluto o siente vergüenza, intenta retomar la conversación en otro momento o cambia de ambiente. Prueba durante un paseo en bicicleta o a pie. Utiliza una situación de una película que estén viendo juntos, la letra de una canción o la historia de un libro. Hazle saber que, aunque no quiera hablar en ese momento, siempre estarás ahí cuando esté preparado.



Puede ser difícil hablar de este tema. Por eso, es importante que, como madre, padre o tutor, reflexiones primero sobre tus propias percepciones en relación con la sexualidad. Así será más fácil comenzar la conversación con un niño. Intenta empezar respondiendo las preguntas que figuran a continuación:

- ¿Qué ideas preconcebidas tienes en relación con la sexualidad?
- ¿Hay temas de los que te resulte difícil hablar? Busca más información sobre esos temas.
- ¿Qué tipo de educación sexual te gustaría que recibiera tu hijo?

¿CÓMO PUEDES PROTEGER A TU HIJO DE LOS ABUSOS SEXUALES?

Los niños pueden sufrir abusos sexuales en distintos entornos. En el entorno en línea, esto puede significar, por ejemplo, que un adulto envíe mensajes de contenido sexualmente sugerente a un niño o le pida una foto desnudo. Como madre, padre o tutor, es importante ser consciente de ello para poder favorecer el crecimiento y desarrollo seguros del niño dándole información y apoyándole si sufre algún tipo de abuso.

Ser víctima de abuso sexual infantil o de grooming puede afectar al niño de distintas maneras. Puede que los niños no entiendan que, por ejemplo, recibir una imagen de un desnudo o material pornográfico por parte de un adulto es abuso sexual. Estos sucesos pueden «normalizarse» porque pueden ocurrir con frecuencia al propio niño o a sus amigos. En algunos casos, los niños pueden sentir que la experiencia no tuvo ninguna consecuencia particular. Sin embargo, algunos niños pueden sentirse inquietos, deprimidos, autocríticos, avergonzados, asustados o culpables del incidente. Algunos niños pueden llegar a experimentar síntomas somáticos como dolor de cabeza, dolor de estómago o dificultades para dormir.

La mayoría de los niños solo cuentan lo ocurrido a sus amigos y no hablan con sus padres o tutores. Por eso es muy importante estar atento a cualquier cambio en el comportamiento del niño y estar disponible para apoyarle cuando lo necesite. Cualquier sentimiento de tu hijo es válido y es importante recordarle que nunca será culpa suya si ha sido víctima de abusos sexuales, aunque haya participado activamente en la situación: siempre es responsabilidad del adulto que le somete a abusos.



Importante!

Existen algunos factores de prevención que pueden reducir el riesgo de que un niño sea víctima de abusos sexuales. Por ejemplo, proporcionar un entorno seguro y dar al niño el apoyo que necesita. Debes procurar tener una relación abierta y de confianza con tu hijo, para que se sienta cómodo hablando contigo de cualquier cosa que le ronde por la cabeza. El sentimiento de valor personal del niño le ayuda a establecer sus propios límites y a evitar que otros los traspasen. Recibir información sobre los posibles riesgos y peligros puede ayudar al niño a identificar señales de conversaciones o situaciones potencialmente peligrosas.



Al hablar con un niño sobre abusos sexuales, es importante ser sincero, pero hay que hablar de una manera que el niño entienda. Puedes utilizar una de las siguientes frases para iniciar la conversación:

- ¿Sabes que nadie puede tocar tu cuerpo sin tu permiso?
- Siempre puedes decir que no a algo que no quieres hacer: eres dueño de tu propio cuerpo.
- Si te ocurre algo que te hace sentir incómodo o que no entiendes, siempre puedes contármelo a mí o a otro adulto de confianza.

DESARROLLO SEXUAL DEL NIÑO

El desarrollo sexual de un niño se produce por etapas y es una parte natural y esperada de su crecimiento y desarrollo generales. Ciertos comportamientos y expresiones de la sexualidad de un niño pueden sorprenderte, preocuparte o disgustarte como madre, padre o tutor. Por eso es bueno conocer el desarrollo de la sexualidad infantil y cómo puede manifestarse en el comportamiento de los niños.

La siguiente tabla describe el desarrollo sexual de los niños y cómo se manifiesta la sexualidad en su comportamiento. La información de la tabla describe el desarrollo sexual de los niños a nivel general.

Sin embargo, es importante recordar que cada niño crece y se desarrolla a su propio ritmo.

Etapas del desarrollo y comportamiento sexuales de los niños

0-3 años:

Los niños sienten curiosidad por su cuerpo y desarrollan una comprensión básica del mismo a través del tacto y la exploración.

Los niños exploran sus genitales de la misma manera que otras partes del cuerpo y puede que sientan placer. Los niños experimentan sensaciones físicas agradables y desagradables relacionadas con su cuerpo, pero el comportamiento sexual tal y como se entiende comúnmente no se produce.

4-7 años:

Los niños empiezan a desarrollar su propia identidad de género y a ser más conscientes de las diferencias físicas entre géneros. Empiezan a desarrollar el sentido de la intimidad.

Los niños se sienten cómodos estando desnudos y les gusta tocar sus propios genitales. Desarrollan un interés por las partes y funciones del cuerpo y pueden querer tocar los genitales de niños que conocen, por ejemplo, mientras juegan o a la hora del baño.

Puede que miren o traten de tocar el cuerpo de niños y adultos conocidos.

Importante!

Los niños necesitan un entorno abierto y libre de prejuicios para explorar y descubrir su propia sexualidad. La sexualidad es una parte inseparable del desarrollo de los niños y, como madre, padre o tutor, puedes ayudar a tu hijo a aceptar su cuerpo y su sexualidad de una forma funcional y saludable. Sigue el desarrollo de la sexualidad de tu hijo, anímale a expresar sus necesidades, satisface su curiosidad y sé una fuente de información precisa y adecuada para su edad.

Recuerda:

- Crear un entorno en el que el niño pueda sentirse seguro y cómodo con su sexualidad.
- Crear y favorecer un entorno en el que el niño pueda expresar su sexualidad sin ser juzgado, castigado ni objeto de burlas.
- Hablar abiertamente con el niño sobre todos los aspectos de la sexualidad de una forma que pueda entender.
- Estar disponible para responder a sus preguntas y proporcionar información precisa.
- Respetar su intimidad y sus límites, asegurándote de que tiene control sobre su propio cuerpo y sus decisiones.
- Establecer un clima de confianza y respeto mutuo, orientándolo sin inmiscuirte demasiado.

8-11 años:

Puede aumentar la curiosidad de los niños por el cuerpo y la sexualidad. Puede que empiecen a hacer preguntas sobre la reproducción y las relaciones, o participar en juegos imaginativos que incluyan temas románticos o familiares.

Aumenta el sentido de la intimidad de los niños respecto a su cuerpo. Es posible que los niños empiecen a tocarse los genitales más deliberadamente porque resulta placentero.

Los niños pueden empezar a usar palabras malsonantes para referirse a los genitales.

12-14 años:

La pubertad es una etapa importante del desarrollo sexual. Los cambios hormonales provocan cambios físicos en el cuerpo, como el desarrollo del pecho y el crecimiento de los testículos. Durante la pubertad, los niños pueden experimentar atracción y sentimientos sexuales por otras personas, así como un mayor interés por el sexo y las relaciones.

A menudo, los niños no se sienten cómodos estando desnudos cerca de otras personas. Pueden masturbarse en privado. Los niños pueden interesarse por las relaciones románticas o participar en ellas. Pueden buscar información entre sus compañeros y en internet. Los niños son más activos en internet y pueden enviar mensajes sexualizados e imágenes de desnudos a sus compañeros. Esto puede formar parte de la socialización con jóvenes de la misma edad.

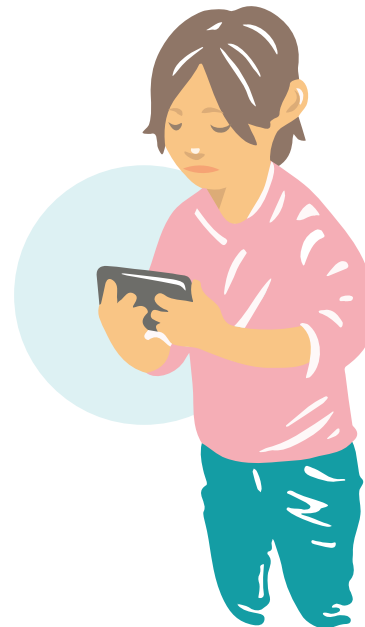
AYUDAR A TU HIJO A PROTEGERSE EN INTERNET

En general, es bueno considerar internet y las redes sociales como un lugar seguro para los niños. Los niños utilizan internet, por ejemplo, para hacer actividades escolares, pasar el tiempo o jugar, y relacionarse con sus amigos. En el mejor de los casos, el entorno digital favorece el desarrollo del niño y aumenta sus conocimientos, sus habilidades y su bienestar. Sin embargo, es importante ser consciente de los riesgos de utilizar internet. No todos los contenidos están dirigidos a los niños, que pueden encontrarse, por ejemplo, con situaciones de ciberacoso, discursos que incitan al odio o contenidos violentos o sexualizados.

Quando un niño envía imágenes suyas desnudo

Los niños tienen la costumbre de tomar fotos y hacer fotografías y vídeos de sí mismos y enviarlos a sus amigos o publicarlos en sus cuentas de redes sociales, fácilmente accesibles, forma parte de la vida cotidiana de los niños. Esto es algo que también hacen los niños pequeños. Compartir imágenes es una forma de socializar, divertirse y comunicarse fácilmente con los demás. Sin embargo, un compañero, un adulto conocido o un desconocido puede pedir a un niño que se haga una fotografía o un vídeo desnudo o de carácter íntimo y que lo comparta en internet. Los niños pequeños (de 5 a 11 años) no deben compartir imágenes íntimas de sí mismos con nadie. Si un adulto pide a un menor que envíe una imagen suya desnudo o de carácter íntimo, se trata de un delito. Si el niño envía una imagen suya desnudo o de carácter íntimo a un adulto que se la haya pedido, siempre será responsabilidad de la persona que la pide.

Hay que enseñar a los niños pequeños que nunca deben compartir imágenes suyas desnudos o de carácter íntimo con un compañero, un conocido o un extraño. Una vez que una imagen se envía o se publica, puede propagarse por internet sin que nadie tenga ningún control sobre ella. Sentir curiosidad por el cuerpo y la desnudez propios y ajenos es una parte natural del desarrollo sexual de los niños. Los niños pueden pensar que está bien enviar una imagen íntima o en la que aparezcan desnudos si alguien se lo pide; puede asustar, pero también puede ser emocionante. Los niños pequeños pueden no tener todavía la comprensión, los conocimientos, las habilidades o la capacidad para evaluar este tipo de peticiones.



Importante!

Los niños necesitan información, apoyo y protección, pero también límites para estar seguros en internet. La información ayuda a proteger a los niños de los riesgos. Es tarea de los padres o tutores guiar a los niños para que naveguen por internet de forma segura. Si tu hijo se siente seguro y tiene una relación de confianza contigo, es más probable que te cuente experiencias que ha tenido en internet que le preocupen, le perjudiquen o le asusten. Recuerda estar ahí para tu hijo.

¿Cómo puedes, como madre, padre o tutor, apoyar y proteger a tu hijo en internet?

- Debes estar presente e interesarte por la actividad en línea de tu hijo. Fomenta un entorno seguro y abierto en el que se sienta cómodo para hablar de su actividad en internet. Anímalo a compartir cualquier cosa que pueda haberle hecho sentir incómodo o inseguro.
- Inicia la conversación sobre la seguridad en internet y el intercambio de imágenes y vídeos en cuanto tu hijo empiece a utilizar dispositivos digitales. A veces los padres piensan que sus hijos son demasiado pequeños para tener esta conversación, pero a menudo no es así.
- Habla abiertamente con el niño y de una forma adaptada a su edad sobre los riesgos existentes en internet. Dile que no debe compartir fotos desnudo ni de carácter íntimo por internet.
- Pon límites. Establece directrices claras sobre el tiempo de pantalla y los contenidos apropiados. Es importante respetar los límites de edad de las aplicaciones y los sitios web. Fomenta un equilibrio saludable entre las actividades en internet y otras formas de ocio.

PROTEGER LA INTIMIDAD DE TU HIJO EN INTERNET

Los niños de hoy nacen en una era digital y se les describe como «nativos digitales». ¿Cómo afecta esto a la intimidad y el desarrollo de los niños?

La intimidad es vital para el desarrollo equilibrado de los niños. La intimidad en internet es un fenómeno social reciente que incluso a los adultos les cuesta entender. Se considera que los niños son especialmente vulnerables a los peligros que amenazan la intimidad en internet debido a su falta de competencias digitales y de concienciación sobre los riesgos para la intimidad. Los peligros en internet, como el abuso sexual en línea, pueden limitar su desarrollo potencial en la infancia, la adolescencia y la edad adulta. Por eso es importante que reconozcamos y respetemos el derecho de los niños a estar activos en internet, salvaguardando al mismo tiempo su intimidad.



Predica con el ejemplo. Piensa en lo que publicas en internet sobre tu hijo.

Como madre, padre o tutor, debes reflexionar sobre tu comportamiento en línea, especialmente cuando afecta a tu hijo. Tomemos como ejemplo la reciente tendencia digital del sharenting, es decir, la transmisión de datos privados (imágenes, vídeos e información) sobre un menor a través de canales digitales por parte de un adulto cercano al menor. Al desarrollar una huella digital desde una edad temprana, los niños pueden internalizar la presión

de actuar constantemente y buscar aprobación a través de las redes sociales, lo que podría afectar negativamente su autoestima en el futuro. Los padres o tutores deben ser conscientes de sus motivos al participar en el “sharenting” y priorizar el bienestar de sus hijos por encima de la autopromoción. No se recomienda compartir imágenes de los niños en internet, especialmente sin su consentimiento.

Importante!

- **Informa a tu hijo sobre el uso de internet y la intimidad**

Los niños deben ser conscientes de cómo su actividad en línea puede afectar tanto a ellos como a otras personas. Incluso a los niños más mayores les cuesta comprender la complejidad de internet y los múltiples riesgos en línea. Por tanto, es de vital importancia decir a los niños que:

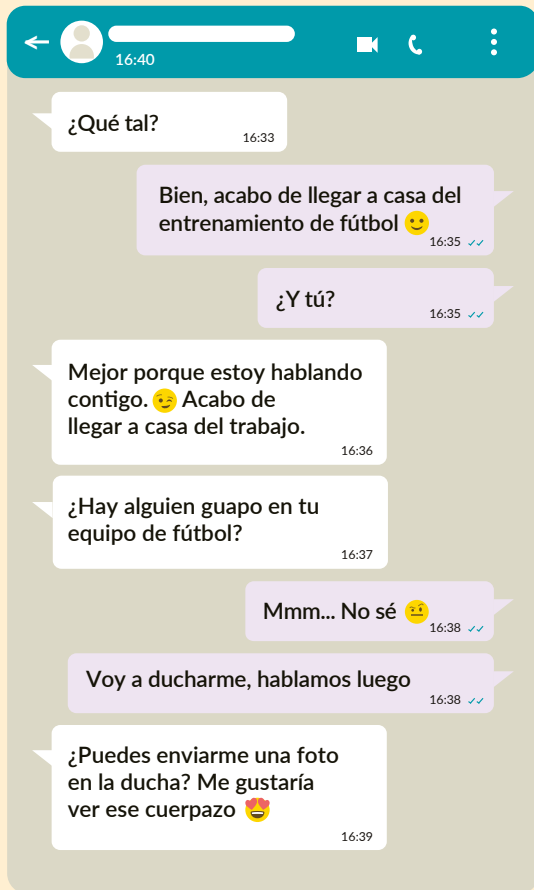
- Una vez que publican contenidos en línea, pierden el control sobre ellos. Pueden reenviarse, guardarse o imprimirse. Además, borrar una imagen o un vídeo de internet no significa necesariamente que haya desaparecido. Por lo tanto, deben pensárselo bien antes de publicar cualquier contenido suyo en línea y pedir siempre permiso antes de publicar cualquier contenido de otras personas.
- Deben mantener privados sus datos personales (por ejemplo, número de teléfono, domicilio, dirección de su colegio o su ubicación) y no compartirlos con extraños. Deben saber que algunas personas se esconden detrás de perfiles falsos.
- Deben utilizar contraseñas seguras para todas las cuentas en línea y no compartirlas con otras personas.
- Los contenidos en línea pueden ser inapropiados para su edad y poco fiables. Hay que animarlos a ser críticos con lo que ven en internet.

- **Gestiona los contenidos a los que puede acceder tu hijo y fomenta una comunicación abierta**

Los controles parentales y la configuración de privacidad de las aplicaciones, dispositivos y cuentas de los niños son herramientas bastante útiles para minimizar los riesgos en línea. Pero recuerda que son solo una parte de la seguridad en internet. Asegúrate de mantener conversaciones periódicas con tu hijo sobre sus experiencias en internet y animalo a contar cualquier cosa que le haya resultado incómoda o peligrosa. Además, ten en cuenta que no tienes derecho a ver todo lo que el niño hace en internet o su ubicación sin una buena razón, ya que esto también es un aspecto importante de su derecho a la intimidad.



UN ADULTO DESCONOCIDO PIDE A UN NIÑO UNA IMAGEN EN LA QUE APAREZCA DESNUDO

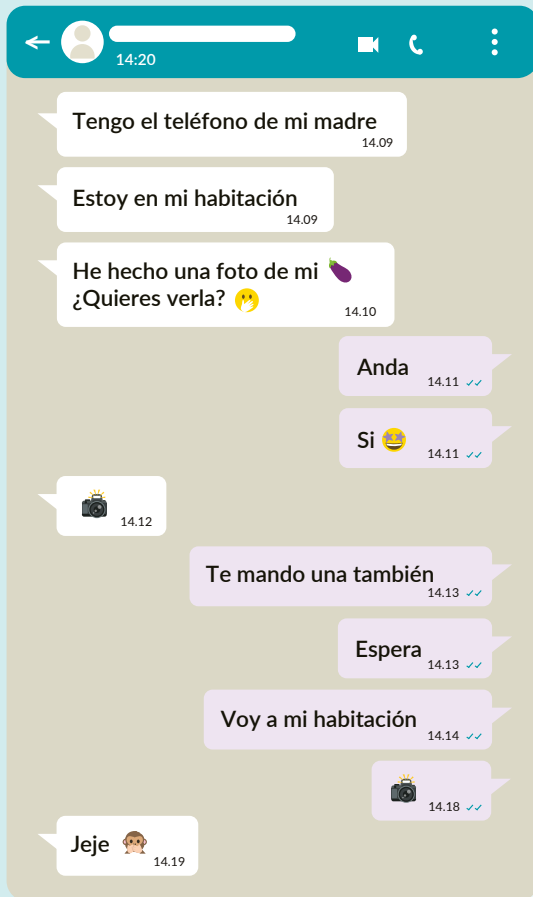


Puedes enseñar a tu hijo las señales de alarma a las que debe prestar atención en las conversaciones:

- Si alguien pide mantener la conversación en secreto o envía mensajes constantemente.
- Si alguien pide información personal.
- Si alguien pide imágenes en las que aparezca desnudo o de carácter íntimo o envía imágenes tuyas de ese tipo.
- Si alguien envía mensajes sexualmente sugerentes o pregunta sobre experiencias sexuales previas.

En estos casos, es importante que el menor deje de enviar mensajes a esa persona, la bloquee en todas las plataformas y se lo cuente a un adulto de confianza. Hay que hacer capturas de pantalla de la conversación, ya que pueden utilizarse como prueba. La situación debe denunciarse a la policía.

DOS NIÑOS HACEN FOTOS DE SUS GENITALES Y SE LAS ENVÍAN MUTUAMENTE



Cuando hables de lo ocurrido con tu hijo, ten en cuenta lo siguiente:

- Habla abiertamente con él sobre lo ocurrido. Es importante que no sienta vergüenza por interesarse por su propio cuerpo y el de los demás.
- Explícale que no está bien publicar sus fotos desnudo o de carácter íntimo en internet ni en las redes sociales. Una vez que publicas una imagen, pierdes el control sobre ella.
- Acepta que se trata de un comportamiento normal y que forma parte del desarrollo sexual de un niño.

TE DAS CUENTA DE QUE TU HIJO ESTÁ VIENDO UN VÍDEO PORNOGRÁFICO EN SU COMPUTADORA Y CUANDO TE ACERCAS, CAMBIA DE PÁGINA

- Mantén la calma. Si necesitas pensar en cómo afrontar esto, tómate tu tiempo.
- Busca un lugar tranquilo y otro momento para abordar el tema. Pregunta a tu hijo sobre lo que estaba viendo de manera informal; que no suene que estás enfadado o que lo estás juzgando.
- Habla de la pornografía en términos informativos. Dile que no pasa nada por interesarse por la sexualidad y el sexo. Es importante que entienda que la pornografía es algo simulado: unos adultos mantienen relaciones sexuales y lo graban. El porno no refleja necesariamente la realidad. Además, puede influir en su percepción del sexo en el futuro.
- Busquen juntos información confiable sobre sexualidad en internet o en la biblioteca.



RECUERDA SER UN APOYO PARA TU HIJO

La finalidad del proyecto **CSAPE** es prevenir el abuso sexual infantil fomentando la educación sexual y apoyando a los jóvenes que tienen un interés sexual por los niños. El proyecto **CSAPE** se ejecuta en colaboración entre **Save the Children** Finlandia, **Save the Children** Albania, **Save the Children** en los Balcanes Noroccidentales, **KMOP - Centro de Acción Social e Innovación en Grecia y Barnaheill - Save the Children** Islandia.



Financiado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y las opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Comisión Europea. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante podrán considerarse responsables de los mismos.



CHILD SEXUAL
ABUSE PREVENTION
AND EDUCATION