



¡Es hora de hablar! Hablemos a tiempo, hablemos seguido. Prevenamos la violencia sexual.

## Visión general del desarrollo sexual saludable en la niñez

Comprender lo que es un desarrollo sexual saludable de niñas y niños juega un papel fundamental en la prevención del abuso sexual infantil. A muchas personas adultas nunca se les enseña qué esperar a medida que sus hijas e hijos se desarrollan sexualmente, lo cual puede dificultar saber cuál es la diferencia entre conductas sanas y no saludables.

Cuando las personas adultas comprenden esa diferencia son más capaces de apoyar actitudes y conductas sanas, así como mejor reaccionar cuando surgen momentos de aprendizaje. En vez de interpretar las acciones de una niña o un niño desde una perspectiva adulta sobre la sexualidad y las relaciones sexuales, las personas adultas podrán promover un desarrollo saludable al comprender cuáles comportamientos pueden esperarse en las diferentes etapas del desarrollo infantil y estarán en mejor preparadas para intervenir cuando surgen preocupaciones relacionadas con las conductas o el abuso.

### Comprendiendo el desarrollo sexual de niñas y niños

La sexualidad es mucho más que relaciones sexuales. Son nuestros valores, actitudes, sentimientos, interacciones y conductas. La sexualidad es emocional, social, cultural y física. El desarrollo sexual es una parte de la sexualidad y empieza en la vida mucho antes que la pubertad. Infantes, niñas y niños pueden no pensar en sexualidad de la misma manera como lo hacen las personas adultas, pero aprenden

e interpretan mensajes relacionados con la sexualidad que moldearán sus futuras acciones y actitudes. Por ejemplo, cuando una niña o un niño se desviste frente a otras personas, su madre o padre puede decirle: "Está bien que te desnudes a la hora del baño o en tu dormitorio, pero no cuando tus primos o primas están aquí". Así aprenderá que en ciertos momentos está bien desvestirse, pero no en otros.

En la niñez se aprenden constantemente las normas sociales y lo que es esperado o apropiado en las interacciones y relaciones. Hay expresiones saludables y comunes de la sexualidad que niños y niñas podrían mostrar en diferentes etapas de su desarrollo. Con frecuencia, las personas adultas quieren saber cuáles conductas son apropiadas y demuestran un desarrollo sexual infantil saludable. La información que se ofrece a continuación aborda conductas comunes que representan un desarrollo sexual saludable, así como conocimientos y habilidades que son apropiados para niñas y niños en cada etapa (Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil, 2009; Sociedad de Obstetricia y Ginecología de Canadá, 2012).



¡Es hora de hablar! Hablemos a tiempo, hablemos seguido. Prevenamos la violencia sexual.

El desarrollo sexual saludable en la niñez		
Etapa de desarrollo	Conductas comunes	Cómo alentar un desarrollo sexual saludable
<p><b>Infancia (0-2 años de edad)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Curiosidad respecto a su cuerpo, incluidos los genitales.</li> <li>• Tocar sus genitales, incluyendo masturbación, en público y en privado.</li> <li>• Ninguna inhibición en torno a la desnudez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enseñar los nombres correctos del cuerpo, como pene y vagina.</li> <li>• Explicar información básica sobre las diferencias entre las anatomías masculina y femenina.</li> <li>• Ayudar a niñas y niños a empezar a comprender cómo interactuar respetuosamente con otras y otros de su misma edad.</li> <li>• Dar respuestas muy sencillas sobre el cuerpo y las funciones corporales.</li> </ul>
<p><b>Niñez temprana (2-5 años de edad)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masturbación ocasional. Esto suele ocurrir como una conducta calmante y no para obtener placer sexual. Puede suceder en público o en privado.</li> <li>• Exploración consensual en ámbitos de juego e con niñas y/o niños de la misma edad. Podría incluir “jugar casita” o “jugar al doctor”.</li> <li>• Preguntas sobre la sexualidad o la reproducción, como “¿De dónde vienen los bebés?”</li> <li>• Curiosidad respecto a cuerpos adultos (por ejemplo, querer ir al baño con mamá o papá, tocar los senos de las mujeres, etc.).</li> <li>• Continua exhibiendo inhibición en torno a la desnudez. El niño y la niña pueden quitarse el pañal o la ropa.</li> <li>• Uso de jerga para nombrar partes del cuerpo o funciones corporales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar información básica sobre la reproducción (por ejemplo, los y las bebés crecen en el útero de la mujer).</li> <li>• Motivar una comprensión básica de la privacidad y de cuándo las cosas son apropiadas e inapropiadas.</li> <li>• Explicar la diferencia entre caricias deseadas y no deseadas; por ejemplo, un abrazo que es bienvenido y positivo, en comparación con uno que es incómodo y no bienvenido.</li> <li>• Explicar los límites. Hacerles saber a niñas y niños que su cuerpo les pertenece y pueden decir ‘no’ a una caricia no deseada.</li> </ul>



¡Es hora de hablar! Hablemos a tiempo, hablemos seguido. Prevenamos la violencia sexual.

El desarrollo sexual saludable en la niñez		
Etapa de desarrollo	Conductas comunes	Cómo alentar un desarrollo sexual saludable
Niñez intermedia (5-8 años de edad)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso continuo de jerga o palabras no apropiadas, humor respecto a la baño o chistes para describir partes del cuerpo y sus funciones.</li> <li>• Mayor comprensión sobre los roles de género. Niñas y niños pueden actuar de maneras esperadas de su sexo a medida que aprenden conductas y normas asociadas a éste (por ejemplo, las niñas pueden querer usar vestidos).</li> <li>• Juegos o actividades sexuales que exploran la sexualidad y los cuerpos con amistades de su mismo sexo o el opuesto.</li> <li>• Masturbación. Algunos niños y niñas pueden tocar sus genitales para sentir placer. Esto ocurre más frecuentemente en privado que en público.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover una sólida comprensión del género y de cómo niñas y niños viven su identidad de género. Niños y niñas que se autoidentifican como transgénero o de género no definido también viven esto, pero sienten confusión y pueden necesitar mayor apoyo de personas adultas.</li> <li>• Explicar los aspectos básicos de la reproducción humana, incluyendo el rol del coito (relación) vaginal.</li> <li>• Hablar sobre los cambios físicos que ocurrirán durante la pubertad.</li> <li>• Explicar que hay diferentes orientaciones sexuales tales como heterosexual, homosexual y bisexual.</li> <li>• Enseñar que la masturbación es algo que ocurre en privado.</li> <li>• Educar respecto a los derechos individuales (por ejemplo, "tu cuerpo te pertenece") y las responsabilidades personales (tales como tratar a niñas y niños por igual ) con respecto a la sexualidad.</li> </ul>





¡Es hora de hablar! Hablemos a tiempo, hablemos seguido. Prevenamos la violencia sexual.

El desarrollo sexual saludable en la niñez		
Etapa de desarrollo	Conductas comunes	Cómo alentar un desarrollo sexual saludable
<p><b>Preadolescencia (9-12 años de edad)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A medida que inicia la pubertad, con frecuencia se expresa una mayor necesidad de privacidad e independencia.</li> <li>• Interés en las relaciones. Se puede tener interés en tener novia o novio.</li> <li>• Curiosidad respecto a los cuerpos adultos. El niño o la niña podría tratar de ver a personas desnudas o desvistiéndose, o buscar medios de comunicación (como televisión, películas, sitios en internet y revistas) con contenido sexual.</li> <li>• A medida que las normas en torno a la masturbación se hacen más claras, ésta probablemente ocurra en privado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar a niñas y niños información continua sobre los aspectos físicos de la pubertad y los cambios en sus cuerpos.</li> <li>• Educarles sobre los aspectos sociales y emocionales de la pubertad. Ayudarles a ver como normales las nuevas emociones y necesidades que pueden estar experimentando</li> <li>• Proporcionarles información pertinente a su edad sobre la sexualidad, así como información básica acerca de las conductas sexuales, infecciones de transmisión sexual, etc. Fomentar su pensamiento crítico y desarrollar sus habilidades para que puedan diferenciar entre los hechos y la ficción de las imágenes de los medios de comunicación y las representaciones sobre la sexualidad en los medios de comunicación.</li> <li>• Apoyarles para que comprendan que tienen tanto derechos como responsabilidades en sus amistades y relaciones. Alentar las características de las amistades y relaciones saludables.</li> </ul>

## Adolescencia y desarrollo continuo

A medida que niñas y niños se acercan a la adolescencia, los signos del desarrollo se evidencian más y continúa la necesidad de recibir información sincera sobre la sexualidad y las relaciones sexuales. Además de preguntas más detalladas en torno a la sexualidad y la salud sexual, las y los jóvenes suelen necesitar

apoyo para encontrar fuentes precisas auténticas de información y recursos. Las personas adultas pueden apoyarles para que discernan los mensajes culturales y sociales sobre la sexualidad y el género que se difunden en los medios de comunicación y con frecuencia son reforzados por sus amigos y compañeros del colegio.



**¡Es hora de hablar! Hablemos a tiempo, hablemos seguido. Prevenamos la violencia sexual.**

## Desarrollo sexual saludable en la niñez y prevención del abuso sexual infantil

Hablar sobre el desarrollo sexual dentro del contexto de la prevención del abuso sexual infantil puede causar incomodidad y dar lugar a preguntas difíciles. Las conversaciones sobre la niñez y la sexualidad suelen considerarse tabú. Por lo tanto, es rara una educación que incluya información auténtica sobre el desarrollo sexual infantil. Esto conduce a que los medios de comunicación y la cultura popular, que a menudo hipersexualizan o explotan a niñas y niños, sean las principales fuentes de información tanto para personas adultas como para niños y niñas.

Es importante reconocer que muchas personas adultas recibieron muy poca o ninguna educación en sexualidad durante su crecimiento y quizás en la niñez se les dieron mensajes negativos sobre su propio desarrollo sexual. Esto puede ocasionar que vean como un problema las conductas que son típicas y esperadas del desarrollo sexual infantil. También podrían sentirse incómodos si interpretan la conducta infantil aplicándole una perspectiva adulta. Por ejemplo, un niño o una niña de cuatro años que quiere bañarse con su madre o padre puede simplemente sentir curiosidad respecto a diferentes cuerpos, mientras que la persona adulta podría interpretar esta conducta como demasiado sexual.

El desarrollo sexual infantil es un tema que plantea retos. Con más conocimientos, comodidad y habilidades, las personas adultas pueden comprender y apoyar mejor un desarrollo saludable y reconocer indicios(rastros) de conductas enfermizas o abusivas tanto en niños y niñas como en otras personas adultas.

## Conviene recordar que las conductas durante el desarrollo sexual saludable de niñas y niños deberían presentar las siguientes características

(Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil, 2009):

- Niñas y niños actúan de manera juguetona y/o con curiosidad, no agresivamente o con enojo.
- Los juegos que involucran la sexualidad (por ejemplo, jugar al doctor, “Muéstrame la tuya y te mostraré la mía”) deberían darse con un niño o una niña de edad y nivel de desarrollo similares, no con alguien mucho mayor o menor.
- Niñas y niños escuchan cuando las personas adultas les piden dejar de hacer algo o ponen límites a conductas inapropiadas.
- La conducta no causa daños físicos o emocionales a la niña o el niño ni a otras/os.

En el caso de madres, padres, personas de la comunidad y otras que trabajan en prevención de la violencia sexual, evaluar su propio nivel de comodidad es un primer gran paso para determinar cuál información y qué habilidades requieren una comprensión más sólida del desarrollo sexual saludable de niñas y niños. Todas las personas adultas en la comunidad pueden ser posibles aliados y activistas en la lucha contra el abuso sexual infantil.



**¡Es hora de hablar! Hablemos a tiempo, hablemos seguido. Prevenamos la violencia sexual.**

## **Madres, padres y personas dedicadas al cuidado infantil pueden:**

Desarrollar una comunicación positiva y abierta en torno a temas relacionados con la sexualidad. Conviene crear una dinámica en la cual tus hijas e hijos sepan que pueden acudir a ti para obtener información veraz y una orientación que refleje tus valores sin avergonzar a nadie.

Infundir límites respetuosos cuando se trata de caricias y afecto. No fuerces a niñas o niños a que den abrazos o muestren afecto de otras maneras si no quieren hacerlo. Enséñales que tienen derecho a fijar límites en torno a su espacio personal y su cuerpo desde una temprana edad, así como la responsabilidad de respetar los límites de otras personas. Empodéralas para que busquen ayuda cuando algo les hace sentir incomodidad.

## **Todas las personas adultas y de la comunidad pueden:**

Rechazar normas no saludables. Cuando en niños, niñas o personas adultas veas o escuches una norma que no es saludable, di algo. Explica por qué esa norma es preocupante y comparte una alternativa saludable. Con el fin de erradicar la opresión y la violencia, es clave enfatizar como normas la seguridad, la igualdad y el respeto.

Utilizar intervención a espectadores. En caso de percibir una situación preocupante, confía en tus instintos y haz algo al respecto si sientes que hacerlo no implica riesgos. Toda la gente tiene la responsabilidad de proteger a niñas y niños contra la violencia sexual. Los espectadores activos producen un impacto y es crucial que se pronuncien cuando las instituciones, políticas y leyes pueden modificarse para prevenir daños.



## **Personas defensoras, educadoras y profesionales pueden:**

Involucrar a personas adultas para afrontar el problema. Ayuda a personas adultas de la comunidad a comprender mejor sus roles en la prevención del abuso sexual contra niñas y niños. En actividades de concientización social y la programación, crea oportunidades para diálogo y desarrollo de habilidades en torno a este asunto.

Actuar como recurso. Madres, padres y otras personas de la comunidad necesitan apoyo e información sobre el desarrollo sexual infantil y la prevención del abuso sexual contra niñas y niños. Sugiereles libros, currículos y otros recursos que puedan ayudar a aumentar sus conocimientos y comodidad.



¡Es hora de hablar! Hablemos a tiempo, hablemos seguido. Prevenamos la violencia sexual.

## Referencias

Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil. (2009). *Sexual Development and Behavior in Children: Information for Parents and Caregivers* [Desarrollo y conductas sexuales de niñas y niños: Información para madres, padres y personas dedicadas al cuidado infantil]. Disponible en [www.nctsn.org/products/sexual-development-and-behavior-children-information-parents-and-caregivers-2009](http://www.nctsn.org/products/sexual-development-and-behavior-children-information-parents-and-caregivers-2009)

Sociedad de Obstetricia y Ginecología de Canadá. (s/f). *Sexuality and childhood development* [Sexualidad y desarrollo infantil]. Disponible en [www.sexualityandu.ca/parents/sexuality-child-development](http://www.sexualityandu.ca/parents/sexuality-child-development)

## Lecturas sugeridas

- **Adolescentes jóvenes (12 a 14 años):** [www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html](http://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html)
- **Anatomía sexual y reproductiva:** [www.plannedparenthood.org/esp/temas-de-salud/sexo-sexualidad/anatomia-sexual-y-reproductiva-22959.htm](http://www.plannedparenthood.org/esp/temas-de-salud/sexo-sexualidad/anatomia-sexual-y-reproductiva-22959.htm)
- **Consejos según la edad (por categorías desde 0 hasta 18 años):** <http://espanol.onetoughjob.org/consejos-segun-la-edad>
- **Crecimiento y desarrollo (por categorías desde 0 hasta 18 años):** <http://espanol.onetoughjob.org/crecimiento-y-desarrollo>
- **El desarrollo de la sexualidad:** [www.contusalud.com/website/folder/sepa-sexualidad\\_desarrollo.htm](http://www.contusalud.com/website/folder/sepa-sexualidad_desarrollo.htm)
- **Libro blanco sobre educación sexual:** [www.institutodesexologia.org/LibroBlancoEducacionSexual.pdf](http://www.institutodesexologia.org/LibroBlancoEducacionSexual.pdf)
- **Mi cuerpo está cambiando - Conocimiento de la fertilidad para jóvenes:** [www.fhi360.org/NR/rdonlyres/eb1gvhebwk-kca3r5h2btaafkvgbdkk46mdq4tiioddcrrhod-fkhxzgegvqebest4uuk3idujowfapl/MyChanging20Body20Spanish202306.pdf](http://www.fhi360.org/NR/rdonlyres/eb1gvhebwk-kca3r5h2btaafkvgbdkk46mdq4tiioddcrrhod-fkhxzgegvqebest4uuk3idujowfapl/MyChanging20Body20Spanish202306.pdf)
- **Sexualidad infantil:** [www.slideshare.net/contacto.gesmujer/sexualidad-infantil](http://www.slideshare.net/contacto.gesmujer/sexualidad-infantil)
- **Todo lo que querías saber sobre la pubertad:** [http://kidshealth.org/teen/en\\_espanol/sexual/puberty\\_esp.html](http://kidshealth.org/teen/en_espanol/sexual/puberty_esp.html)
- **Recursos sobre salud sexual de adolescentes:** [www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/teensexualhealth.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/teensexualhealth.html)
- **Recursos sobre sexualidad, educación sexual, masturbación en la infancia y prevención del abuso sexual infantil:** [www.guiainfantil.com/educacion/sexualidad/hablasexualidad.htm](http://www.guiainfantil.com/educacion/sexualidad/hablasexualidad.htm)