



Proyecto:

“Acompañamiento educativo para favorecer la inclusión de niños con Síndrome X Frágil”
(Financiado por el Fondo Mixto del Ministerio de Desarrollo Social)

Taller:

“AHORA ES TIEMPO DE HABLARLO”
(MI HIJO, SU SEXUALIDAD Y YO)

(Documento elaborado en base a extractos de la “Guía para el docente: Educación Sexual de niños, niñas y jóvenes con discapacidad intelectual” del Ministerio de Educación / 2005 y documentos publicados por Eduardo Brignani).

Hablar de sexualidad no deja indiferente a nadie. Este tema es una realidad que nadie puede ignorar y es objeto de nuestras más íntimas preocupaciones. Por ello, al hablar de la sexualidad de nuestros hijos lo hacemos desde nuestras propias vivencias y experiencias personales. Sabemos que en mayor o menor medida, a todos nos cuesta hablar de este tema y que cuando lo hacemos, nos nace una especie de pudor o vergüenza. Entonces, nadie ha de sentirse culpable, pero no podemos escudarnos en esta sensación negativa para no afrontar el tema de la educación sexual de nuestros hijos. Es común que algunas personas ignoren este tema, lo nieguen y hagan como si no existiera, otras personas lo tratan con extremo cuidado, pero debemos cuidarnos de no caer en banalizarlo. Sea como fuera la manera en que lo abordamos, es algo que nos toca a todos.

Es importante comenzar aclarando que este documento no tiene por objetivo dar una solución para cada situación particular, pues se elaboró más bien como una forma de invitarlos a detenerse por un momento a reflexionar sobre el tema; por ende, no queremos que lo lean como si fuera un manual con “recetas” a replicar en casa, pues no lo es. Los invitamos a observar, reflexionar y analizar, porque tal vez ciertas conductas que pudieran ver hoy como inadecuadas en sus hijos, sean un signo de que algo se ha olvidado abordar y tal vez haya que mirar atrás para dar respuesta a lo que hoy pasa. Puede ser que para algunas familias les parezca muy pronto como para hablar de sexo, “pero ¿hay que esperar a que cumpla 16 años para educarlo en la sexualidad? Si se espera a “que llegue” el momento, se llegará tarde”. Algunas familias creen que como sus hijos no preguntan, entonces ellos no se lo plantean pues creen que no lo necesitan, pero ¿ello quiere decir que no les interese o no lo necesiten? Cada familia tiene su escala de valores y su propia visión acerca de la sexualidad y es algo que debemos respetar y considerar, pero la realidad de la sexualidad no puede ser olvidada ni ignorada. En todos los casos, lo peor que podemos hacer es no hacer nada al respecto. No dejemos nunca de buscar

soluciones, información, de leer, de contrastar opiniones y vivencias. Nuestra sociedad evoluciona constantemente, desecha tabúes y miedos ancestrales, supera poco a poco la discriminación y la intolerancia, por lo tanto habilitemos a nuestros hijos a vivir, dentro de sus posibilidades, su sexualidad.

Existen creencias y mitos que demuestran lo incómoda que se siente nuestra sociedad ante la idea de considerar a las personas con discapacidad como seres con intereses sexuales. A las personas con discapacidad se les ha prohibido una función propia de las personas: la sexualidad. Sin expresarlo abiertamente, mucha gente piensa que las personas con discapacidad deberían de preocuparse por cuestiones más importantes en su vida y desentenderse de sus necesidades sexuales.

Por el solo hecho de tener dificultades, se las ve como alguien que no es merecedor de una educación sexual adecuada, ya que existe el temor que educarlos en su sexualidad, no haría más que despertar impulsos y conductas sexualmente descontroladas.... Incluso se cae en un grave error, al creer que para evitar arranques de agresividad o descontrol emocional, se debe reprimir la sexualidad, pero ello generaría mayor tensión y por ende un incremento de esas conductas que se quieren eliminar.

Que los niños, niñas, jóvenes y adultos con discapacidad intelectual puedan vivir su sexualidad de manera sana, adecuada socialmente y plena, no depende exclusivamente de su condición intelectual, sino de las vivencias y de los apoyos que su entorno familiar, escolar y social, les posibiliten o les nieguen. Una educación sexual adecuada desde temprana edad puede contribuir a que niños, niñas y jóvenes con discapacidad intelectual: sean capaces de conocer su propio cuerpo, comprender los cambios que experimentan en él, reconocer sus estados de ánimo y aprender la manera de relacionarse con los demás. Por medio de ella, podrían lograr un desarrollo más equilibrado y disponer de mejores herramientas para vivir plenamente su sexualidad.

Por lo tanto, ¿Qué ideas hacen difícil educar en sexualidad?

- Creer que “la sexualidad no se enseña”
- El mito que “Educar en sexualidad es darle permiso a los jóvenes para tener relaciones sexuales”
- Creer que “hay un momento para hablar de sexo con los/as hijos/as o estudiantes”
- El mito que “La educación sexual puede hacer daño”
- Creer que “Existe un tipo de educación sexual para los varones y otra, distinta, para las niñas”

ORIENTACIONES PRÁCTICAS

¿Por qué es necesario entregar educación sexual a las personas que presentan discapacidad intelectual?

Porque son personas sexuadas y como tales:

- Tienen intereses, apetencias y deseos, que se expresan en manifestaciones sexuales, también de contacto corporal e intimidad sexual.
- Tienen necesidad de vínculos afectivos incondicionales, de poseer una red de contactos sociales, la capacidad de enamorarse, de sentirse atraídas y de ser atractivas para otras personas.
- Su cuerpo tiene capacidad de sentir y de excitarse.
- Piensan y tienen ilusiones.
- Porque no hacerlo, además de limitar sus posibilidades de inclusión social, aumenta los riesgos asociados a la actividad sexual.
- Porque nuestra legislación actual apuesta por la inclusión de las personas con discapacidad y defiende la necesidad de educar para la vida a través de los contenidos denominados transversales, uno de ellos es la educación afectiva y sexual.
- Porque es importante y necesaria para el desarrollo psicosexual de TODOS los niños, niñas y jóvenes.

Para hacer educación sexual, es importante tener una visión general de la progresión del desarrollo de la persona en cada edad, que nos servirá como base para visualizar el conjunto del desarrollo de las personas con discapacidad. Los niños y jóvenes con discapacidad intelectual, recorren el mismo camino de desarrollo que los niños y jóvenes que no presentan discapacidad, pero su progreso es más lento y permanecen más tiempo en cada estadio.

¿Quién ha de dar la educación sexual a los hijos/as?

Ambos progenitores, así como engendraron juntos a este hijo-a, son responsables ambos de toda su educación, inclusive de la sexual. Los padres, generalmente son los que más rehúsan asumir este rol, dejando que sea la madre quien hable de “esas cosas”. El concepto de “educación” puede ser que haga todo muy solemne. Pero la cuestión pasa por hablar acerca de la sexualidad, con las palabras que se pueda y de la mejor manera que se pueda, no se trata de dar una clase magistral. La vida cotidiana nos pone en determinadas situaciones que no hay que desperdiciar, ya que son muchas las ocasiones en las que se puede tocar el tema. Por ejemplo, ante un familiar que está embarazada, ante el nacimiento de unos perritos, etc. ¿Y si ya se ha hablado en el colegio? Los educadores, no pueden reemplazar a la palabra de los padres. En muchos casos ellos

asumen una función educadora también de la sexualidad, pero los padres no han de descansar en el que los educadores ya lo hacen. Los docentes, puede ser que lo hagan de una manera más técnica y con mejores recursos didácticos, pero los padres lo harán con un calor propio y especial, al contarles a sus hijos la historia de amor que les dio la vida.

¿Cuándo se ha de comenzar a darle educación sexual?

Si la sexualidad es un componente de la persona, la educación sexual se ha de hacerlo desde muy temprana edad. Ello no quiere decir que hay que darles una charla sobre las relaciones sexuales a los niños pequeños, pues se ha de tener en cuenta que también se educa la sexualidad, enseñándole a cuidar, respetar y mantener privadas las partes corporales íntimas de su propio cuerpo, por ejemplo. O cuando se le enseña a usar el baño con la puerta cerrada, o cuando se le educa a vestirse y desnudarse en su habitación y no en el comedor, o cuando se le enseña a tocar a la puerta de la habitación de sus padres antes de entrar... ¿Por qué? Porque de esa manera se le ayuda a diferenciar lo privado de lo público, a respetar la intimidad de sus padres, a hacer lo que corresponde en el lugar adecuado.

Se le ha de enseñar, también las diferencias sexuales del hombre y la mujer y cómo se respeta el propio cuerpo y el de los demás. Una persona con discapacidad, aunque no pregunte, tiene derecho a saber cómo y de qué manera ha nacido. Conocerlo de boca de sus padres, además de generar confianza y tranquilidad acerca de temas que le preocupan pero que seguramente no sabe cómo verbalizar, recibe un mensaje de que ha sido concebido por y con amor, aunque en la actualidad ambos padre estén separados, o que sea un hijo, de madre soltera.

Algo está cambiando: La adolescencia

La adolescencia irrumpe, tarde o temprano, aún cuando no lo queramos y plantea temores, dudas e inseguridades que no solo ocurren en el cuerpo, por el contrario suceden en toda la persona e influyen en toda la familia. Se rompe un equilibrio, el de la niñez. Toda la familia ha de re-ubicarse ante esta nueva persona. En todas las personas, la adolescencia y la juventud está caracterizada por un proceso de desprendimiento y de emancipación. Se produce un tránsito de la vida familiar a la existencia cultural.

Según Aberastury (1971), “los cambios psicológicos que se producen en este período, y que son un correlato de los cambios corporales, llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo, lo que solo es posible si el adolescente es aceptado como tal y se siente acompañado en ese tránsito de dejar gradualmente la infancia”.

¿Tienen adolescencia las personas con discapacidad?

Claro que sí, pero esta aparecerá con mayor o menor evidencia si en esa persona se han desarrollado conductas y actitudes de autonomía. Un adolescente ha de poder oponerse a las figuras paternas, al igual que lo hace cualquier otro adolescente, según sus posibilidades y los recursos cognitivos conductuales que pose, pero ha de plantearse un antes y un después de la adolescencia. Sabemos que, antes, ocurre la pubertad y que está determinada por una gran actividad hormonal, que produce sensaciones nuevas, cambios físicos y en la percepción de sí mismos, de su cuerpo y de su manera de mirar el entorno familiar y social.

Antes de que ocurran los cambios, los niños y niñas han de estar preparados para lo que les va a pasar. Esto implica conocer las partes de su cuerpo por su nombre, diferencias de los sexos y para ello hay que utilizar material didáctico específico.

Las niñas, a sus 9 o 10 años, han de recibir explicaciones acerca de su desarrollo, que sus pechos se van a desarrollar –tal como los de su madre-, que va a crecerle el vello púbico. Debe entender qué le está pasando cuando comience a menstruar. Si no puede entender los detalles del ciclo menstrual ha de dársele una idea positiva de lo que le acontece, así se verá de manera normal el hecho de cuando le llegue la primera regla y la aparición de la sangre será una buena noticia.

A los niños se les debe explicar que el vello alrededor de los genitales aparecerá y comenzará a tener transpiración, por lo que ha de mejorar y cuidar su higiene personal. Se le hablará acerca de la polución nocturna o los llamados “sueños húmedos”, diciéndoles que son normales y que a todos los varones les ocurre por igual.

Los varones tienen más impulso sexual y las erecciones son comunes. En todos los casos se ha de dar una idea de normalidad y que los cambios que ocurren son positivos y que es importante que aprenda a controlar los impulsos sexuales, tal como le indicamos que ha de tener cuidado al cruzar la calle. Dar la idea de respeto del propio cuerpo, del de sus padres y del de los demás es muy importante.

¿Qué hay que hacer si se masturba?

Tanto para los niños como para las niñas, la masturbación es la estimulación de los órganos sexuales y persigue la búsqueda de una sensación de placer sexual.

Hay que recordar que la masturbación, además tiene una función exploratoria y sirve para reconocer la propia sexualidad y la función de los órganos genitales. Por lo tanto que se masturbe y explore sus órganos genitales es algo normal y se espera que ocurra.

¿Una persona con discapacidad se puede masturbar?

Por supuesto que sí, y muchas veces no lo hace directamente sino que por medio de movimientos de roce o de estimulación indirecta. Los padres, no han de preocuparse si encuentran a su hijo-a masturbándose. Más allá de que cada familia tenga en su escala de valores, hay que evita caer en “moralizar” estas conductas normales. Esto implicaría brindar una visión negativa y “pecaminosa” de algo que es evolutivo y esperado que se de en un-a adolescente.

Para muchos-as personas con trastornos o dificultades cognitivas, la masturbación puede ser la principal válvula de escape para la expresión física de los impulsos sexuales. Si el acto de masturbarse se hace de manera voluntaria, le resulta placentero, lo hace en privado y sin producirse daño físico alguno, debe adoptarse una actitud de normalidad y de respeto para con la propia individualidad de la persona con discapacidad. Sin embargo si esta conducta pasa a ser excesiva, en público o físicamente dañina, los padres han de intervenir **poniéndole límites**, al igual que lo hacen con otras conductas no sexuales pero que pudieran ser nocivas para él. Si no sabe o parece haberlo olvidado se le debe decir que no está bien tocarse o jugar con los genitales junto o delante de otras personas. Si persiste se ha de sacar de esa situación de una manera firme pero tranquila y sin castigarlo expresarle que no está bien que lo haga allí, que eso se hace en privado, que ha de respetar el cuerpo propio o el ajeno. Si hay una conducta exacerbada y se masturba en exceso, puede ser que sea la forma de expresar insatisfacción e infelicidad personal, soledad o aburrimiento, por ello la solución no está en reprimirle sino en buscar las causas y darle una canalización adecuada a esa energía que se está expresando por medio de la masturbación en exceso y compulsiva.

¿Qué se debe hacer cuando aparecen conductas y manifestaciones sexuales socialmente no adecuadas?

Es muy común que aparezcan conductas inadecuadas tales como que un niño o joven llame y trate a las niñas o mujeres como si todas fueran “sus novias”, o una chica que quiere besar sin más a un chico que le gusta... Este tema pasa por ayudarles a entender el **cómo, cuándo, dónde y con quién** se puede tener conductas de intimidad física o sexual. Los niños y niñas han de aprender pronto que en nuestra sociedad no se besa y abraza a los extraños o personas que se conocen ocasionalmente. Por ello se le ha de enseñar desde muy temprana edad que los tratos más expresivos se dan con las personas familiares. También en la raíz de esta conducta inadecuada está el que pueda respetar la voluntad de los demás, que los demás no están al servicio de sus deseos. Una actitud que hay que desarrollar en ellos desde muy temprana edad es el que pregunten o

pidan por favor a los demás, solicitándole un abrazo o una manifestación de afecto por ejemplo y, que los demás no están al servicio de nadie, sino que todas las personas tienen derecho a poder decidir sobre sus actos. El **ejemplo y el modelo** que le dan los padres sirven en este caso porque ellos no van por la calle dando besos a cualquier persona que se les cruza...

Es muy difícil que un adolescente “desaprenda” una conducta inadecuada, por lo que cuando ha llegado el momento de corregir en esta etapa, se ha de ser firme y claro, pero sin mostrar ni enojo ni rechazo por esa conducta inadecuada, ni usando reproches morales. Esto lejos de enmendar una conducta, culpabiliza, genera frustración y ataca negativamente la autoestima del adolescente.

¿Cómo se puede proteger a los hijos de posibles abusos sexuales?

Respecto de la protección de posibles abusos, es especialmente importante brindarle una correcta y adecuada información. Normalmente las personas con discapacidad intelectual suelen ser muy confiadas, ingenuas y dependientes, por ello pueden ser objeto de engaños y abusos. Lo mejor es ir sin rodeos y encarar el tema abiertamente, sin crear un temor excesivo, se les ha de informar que esto puede ocurrir. Ellas y ellos, han de saber que tienen derecho a la intimidad, que ciertas partes de su cuerpo son privadas y que nadie puede ni debe acceder a ellas, menos aún personas extrañas. A cualquiera le está prohibido tocar o ver las partes íntimas del cuerpo de los demás, ni con sobornos, amenazas o regalos. Pero, y en esto también tenemos que ser realistas, nadie puede prevenir a sus hijos de todos los peligros potenciales, ni podemos, para protegerlos, tenerlos encerrados dentro de la casa. Desarrollar en ellos la mayor cantidad y variedad de conductas de autonomía y autovalía es la mejor manera de prepararlos para evitar cualquier tipo de abuso.

¿Qué aspectos abordar y cómo?

La educación sexual, implica aprendizajes que comienzan desde las primeras etapas de la vida. Cada cosa deberá ser enseñada con diversa profundidad a lo largo de los años. No debemos pensar que como son pequeños no entienden y esperar a que crezcan, a que llegue la adolescencia o a que surja algún problema para hablar con ellos de estos temas.

Al momento de hablar de sexualidad a los hijos, es importante ser uno mismo y hablar con naturalidad, dirigiéndose siempre directamente al niño o a la niña. No mentir.

Dar explicaciones que se puedan entender de forma simple, concreta, oportuna y respondiendo lo que están preguntando, ni más ni menos.

No hable de las dificultades de su hijo ni de aspectos de atañen a su intimidad, con otros adultos cuando está adelante de ellos, de esta manera se les avergüenza y falta el respeto.

Es útil apoyarse en láminas, muñecas, cuentos, videos, etcétera, pues ayudan a la comprensión y a la explicación.

No se requiere ser un profesional o un especialista, basta con respetar sus tiempos, comprender sus necesidades y enseñarle algunas pautas básicas acerca del lugar y momento más adecuado para conversar sobre ésto. Puede llevar un tiempo encontrar la forma de comunicarnos, pero el resultado será muy valioso para él y gratificante para nosotros (Aznar y G. Castañon, 2006).

Los acuerdos entre los distintos miembros de una familia (madre, padre hermanos, abuelos u otras personas que convivan en el hogar) son muy importantes para que haya coherencia en el mensaje, las reglas y la información que se da.

Se sugiere apuntar a objetivos como los que se presentan a continuación:

- Entender y aceptar las diferencias anatómicas entre un niño y una niña, visualizar las diferencias culturales asignadas socialmente y comprender que niñas y niños tienen los mismos derechos y las mismas capacidades para jugar, dibujar, saltar, hacer deportes, etc.
- Comprender cómo está formada una familia y la existencia de diferentes tipos de familias. Comprender qué cosas pueden hablarse o hacerse solo en el ámbito familiar.
- Comprender por qué y cómo nace un niño (las preguntas acerca de esto suelen aparecer insistentemente ante la llegada de un hermanito u otro embarazo o nacimiento cercano).
- Conocer las partes del cuerpo y las principales funciones anatómicas, así como los aspectos vinculados a la higiene corporal.
- Saber que la sexualidad, el deseo, la curiosidad, los sentimientos forman parte de todos: sus padres, hermanos, las otras personas conocidas los tienen. Se trata de cosas íntimas, pero no “sucias” ni vergonzosas.
- Comprender la necesidad de resguardar algunas partes de su cuerpo al ámbito privado. No hay por qué reprimir la sexualidad, pero hay momentos y lugares para las cosas íntimas.

- Comprender la masturbación y los juegos autoeróticos como una forma saludable de ejercer y explorar su sexualidad.
- Comprender no solo su cuerpo y las principales funciones anatómicas sino los sentimientos agradables y desagradables que están relacionados con algunas zonas corporales.
- Aprender a respetar la igualdad de derechos entre los hombres y las mujeres.
- Entender las relaciones entre las personas más allá de los vínculos familiares, por ejemplo qué significa una amistad y que implica una relación de una pareja. Comprender qué hay en común y cuáles son los límites y diferencias entre estos tipos de relaciones.

Esperamos que este documento sea un aporte para cada uno de ustedes y sus hijos.

Febe Valenzuela
Terapeuta Ocupacional

Laura Campos
Psicopedagoga

Yarela Muñoz.
Educatora Diferencial.
Directora de Intervención pedagógica.

Proyecto Educativo /2016
Corporación X Frágil de Chile.