

Hablamos
((de))

Educación
Sexual

Hablemos de la educación sexual.

Sabemos que es urgente, por el bienestar de todas y todos, de las niñas y niños y de las personas adultas, y por una convivencia libre de violencias, que la educación sexual sea una realidad. Y sabemos también que la mayoría de las personas que viven en nuestro país la reconocen como una necesidad. Pero todavía

hay personas y organizaciones que dudan o que están recibiendo informaciones que no responden a la realidad. Con ellas queremos contar también. A ellas queremos explicar qué es y por qué es importante la educación sexual. Las siguientes páginas quieren ser una herramienta para ello.



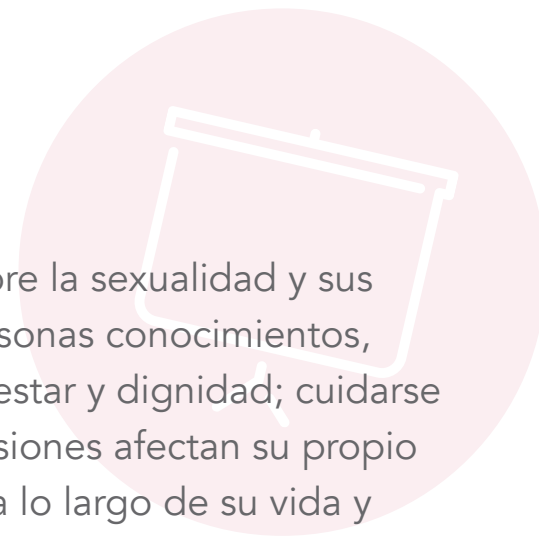
¿Qué es la educación sexual?

La educación sobre sexualidad es un proceso de enseñanza y aprendizaje sobre la sexualidad y sus aspectos psicológicos, físicos y sociales. Su objetivo es proporcionar a las personas conocimientos, habilidades, actitudes y valores que les van a permitir disfrutar de salud, bienestar y dignidad; cuidarse y entablar vínculos y relaciones basadas en el respeto; analizar cómo sus decisiones afectan su propio bienestar y el de otras personas, y comprender cómo proteger sus derechos a lo largo de su vida y defenderlos.

Por eso el conocimiento y la capacidad de poder tomar decisiones que nos ofrece la educación sexual hacen que la convivencia y las relaciones generen felicidad y por tanto eviten sufrimiento.

**La educación sexual
proporciona salud y bienestar.**

**Una sexualidad educada
se basa en el respeto.**



¿Por qué las y los niños y las personas jóvenes necesitan educación sexual?

Hoy en día cada vez más jóvenes reciben información sobre sexualidad y relaciones de múltiples fuentes, sobre todo digitales. En muchos casos es una información engañosa para incitar al consumo o que presenta la erótica como un recetario de técnicas y de modelos de cuerpos, que no se basa en hechos reales o que incluye actitudes violentas o visiones negativas de la sexualidad.

Por eso las y los niños y las personas más jóvenes necesitan contar con **información fiable** que contribuya a que tengan una vida segura y satisfactoria. La educación sexual se la proporciona, y a la vez les empodera para que puedan cuidar a las personas con las que se relacionan y cuidarse a sí mismas, tomar decisiones sobre las relaciones y la sexualidad que les produzcan bienestar y salud y que les libre de la violencia, de las desigualdades y de riesgos como las enfermedades de transmisión sexual o los embarazos precoces y no deseados.

No es posible no educar sobre sexualidad a niñas/os y adolescentes, porque lo hacemos con nuestros gestos, con lo que callamos, con nuestras maneras de relacionarnos. Por eso es mejor hacerla bien. Si no educamos la sexualidad de las niñas y niños de manera consciente y con las **herramientas adecuadas**, les estamos abocando a que su aprendizaje se realice sólo mediante su interpretación infantil de lo que ven, mediante las redes sociales e internet u oyendo a las y los otros niños. Igual que pasa con otros ámbitos, los niños y las niñas no aprenden solos, hay que acompañarles en su aprendizaje.



**Las personas,
también y sobre todo las más jóvenes,
necesitan información
y herramientas para vivir sus relaciones
con bienestar y de manera segura.**

Las madres y padres también educan sobre sexualidad. ¿No deberían ser ellos los únicos responsables de hacerlo?

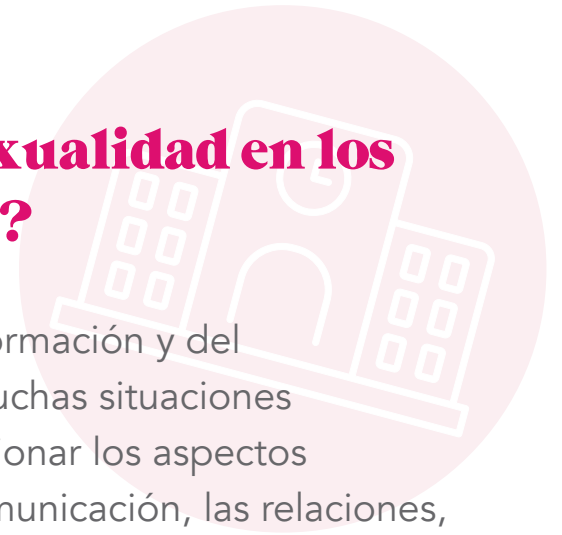
Las madres y padres tienen un papel central en la educación sexual. Inculcan valores y actitudes, y pueden desde el primer momento ofrecer afectos, hacer sentir a sus hijas e hijos que son dignos de ser queridos y respetados y nutrir su autoestima. Responden a sus primeras preguntas sobre su cuerpo y sobre las relaciones que ven en personas adultas. Por eso la educación sexual **es una labor compartida** entre las y los profesionales y las familias, que además debe completarse con servicios de salud para las y los jóvenes.



¿Cuál es entonces el papel de quien enseña sobre sexualidad en los colegios, los institutos u otros lugares fuera de casa?

Las y los profesionales aportan una mirada científica que es producto de su formación y del conocimiento que han adquirido al especializarse y al haber trabajado con muchas situaciones y personas en este ámbito. Su papel es el de ofrecer un marco teórico y relacionar los aspectos biológicos y/o reproductivos de la sexualidad con otros aspectos como la comunicación, las relaciones, los afectos o el bienestar. Porque el objetivo no es sólo enseñar para evitar problemas o riesgos, sino ayudar a las niñas y niños, a las y los adolescentes, a **conocerse, aceptarse, respetarse y respetar** a las demás personas, a elegir sólo aquellas prácticas son las que sienten bienestar y que conectan con sus valores y, por supuesto, a prevenir riesgos. Las personas que llevan a cabo educación sexual ayudan a que sepamos más y por tanto podamos tomar decisiones de manera más adecuada para nuestra protección, salud y bienestar.

Además, y partiendo de las experiencias de las madres y padres, la educación sexual también se dirige a ellos ofreciéndoles herramientas y recursos sencillos y eficaces **para que su mensaje llegue** de manera directa y eficaz. Todo ello teniendo en cuenta que a veces resulta complicado hablar de sexualidad, o que en ciertos momentos nuestros hijos e hijas no quieren hablar del tema.

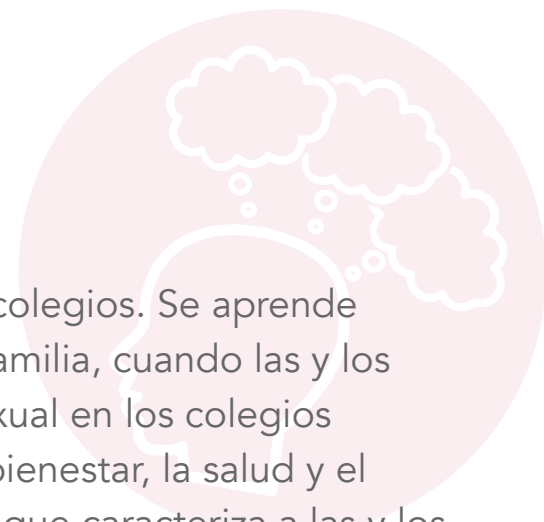
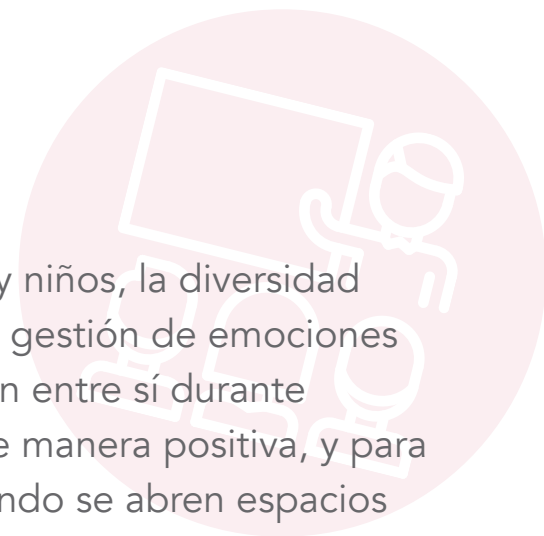


¿Y por qué tiene que ser en el aula?

Porque compartir en un mismo espacio las diversas necesidades de las niñas y niños, la diversidad de experiencias, es fundamental en el aprendizaje para la vida social y para la gestión de emociones y relaciones. Porque el aula es un espacio en el que niñas y niños se relacionan entre sí durante bastantes horas al día y por tanto privilegiado para aprender a relacionarse de manera positiva, y para poder resolver dudas y desmontar falsas creencias que suelen expresarse cuando se abren espacios para ello. Porque el centro educativo es un espacio pensado para el aprendizaje y en el que por tanto se ponen en marcha pedagogías adecuadas y que se aceptan socialmente. Y porque al ser obligatoria la escolarización, el colegio es el único lugar donde es posible que **todas y todos** los niños y jóvenes puedan aprender y por tanto se garantice que los beneficios del aprendizaje lleguen no sólo a ellas y ellos sino también a la comunidad en la que viven.

“Por mis creencias, no acepto la educación sexual”

La educación sexual existe siempre aunque no esté en las asignaturas de los colegios. Se aprende sobre sexualidad desde que se nace, y en todos los ámbitos: en casa con la familia, cuando las y los niños ven la televisión o cuando juegan en el parque. Lo que la educación sexual en los colegios hace es contribuir a que ese aprendizaje esté basado en el conocimiento, el bienestar, la salud y el **respeto** a la propia persona y a aquellas con las que se relaciona. Si hay algo que caracteriza a las y los profesionales que imparten educación sexual es el respeto por todas las vivencias y creencias. Porque

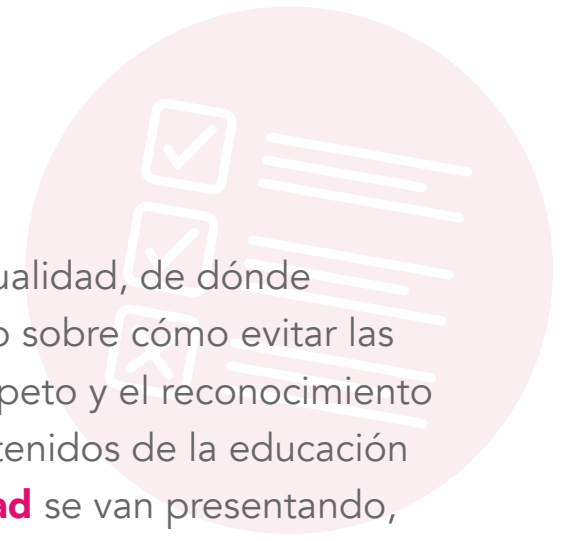


las posibilidades diversas de la sexualidad están atravesadas por dichos valores y creencias personales. La educación sexual ayuda a que las personas tengan respuestas a sus dudas y preguntas y a que puedan tomar decisiones libres de acuerdo con sus valores, cultura, creencias. Por tanto, la educación sexual no tiene por qué entrar en conflicto con ellas.

¿Qué incluye la educación sexual?

Pues, por supuesto, trata sobre cómo funciona nuestro cuerpo, qué es la sexualidad, de dónde vienen los niños y las niñas, sobre la prevención de embarazos no deseados o sobre cómo evitar las infecciones de transmisión sexual. Pero también trata de la autoestima, el respeto y el reconocimiento de la autonomía, de las habilidades de comunicación y negociación. Los contenidos de la educación sexual se adaptan a las necesidades, capacidades e intereses que **a cada edad** se van presentando, de las preguntas que se van haciendo y que buscan respuesta. Por ejemplo, a las niñas y niños más pequeños se les enseña a nombrar las partes de su cuerpo, a hacerles ver que sus preguntas son normales o que hay unos límites que hay que respetar y que se deben expresar. Se les ayuda en su **aprendizaje emocional** y en su capacidad para crear vínculos desde el respeto.

La educación sexual transmite contenidos teóricos e información, y también trabaja sobre las emociones, las actitudes y los comportamientos. Por eso no solemos hablar de educación afectivo-sexual. Porque la educación sexual ya incluye el trabajo sobre los afectos.



Dicen que la educación sexual introduce a las niñas y niños en la “ideología de género”

La educación sexual ayuda a vivir con más salud y bienestar se tenga la ideología que se tenga. Cuando hablamos de género, y en concreto de igualdad de género en la educación sexual, nos referimos a que las niñas y chicas jóvenes puedan contar con las mismas herramientas que los niños y chicos, para que todas y todos puedan tomar decisiones y vivir sus relaciones de manera igualmente segura y positiva. La educación sexual se dirige a niñas y niños, y **beneficia a niñas y niños** por igual. Eso es algo que todas las personas queremos para nuestros hijos e hijas. Además, hay que tener en cuenta que lamentablemente **existen las violencias relacionadas con la sexualidad. Para acabar con ellas**, es necesario que todas y todos niños y niñas, aprendan a **no discriminar** a ninguna persona porque ésta tenga una orientación sexual, una identidad sexual o un género diverso, sea el que sea. Este aprendizaje ayuda a evitar la violencia y además ayuda a detectarla. Así, todas y todos ganamos.

En las guías y programas de educación sexual aparecen términos que no son apropiados para que los aprendan las niñas y niños

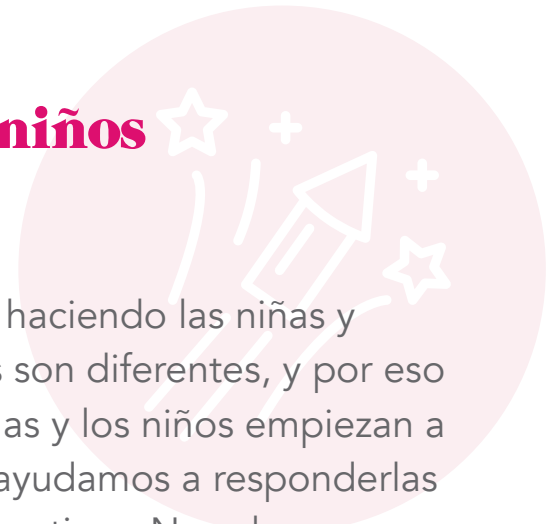
Claro, pero es que esas guías están dirigidas a las personas educadoras nada más. Cuando se habla de, por ejemplo, “juegos infantiles”, las guías se están refiriendo a la curiosidad que las niñas y niños sienten sobre sus cuerpos y los de otros niños y niñas, y los descubrimientos que van haciendo al respecto. No hay que olvidar que en cada edad y fase de desarrollo aparecen preguntas y

comportamientos específicos a los que hay que reaccionar de una manera pedagógica. No hay que preocuparse, porque las personas que hacen educación sexual saben perfectamente **cómo hablar** a las y los niños para contestar a sus preguntas, siempre respetando el momento en que cada niño/a se encuentra. Las familias a veces se preocupan porque interpretan desde su mentalidad adulta las preguntas o los comportamientos de sus hijos/as.

Dicen que la educación sexual incita a que las y los niños practiquen sexo...

La educación sexual aborda los asuntos y preguntas que **ya están viviendo** y haciendo las niñas y niños y las y los adolescentes. En cada etapa de su desarrollo estas preguntas son diferentes, y por eso se educa de manera diferente para cada edad. Hay que tener en cuenta que las y los niños empiezan a hacer descubrimientos y a plantearse preguntas desde muy pronto. Si no les ayudamos a responderlas y las dejamos en la “clandestinidad”, más tarde llegarán las consecuencias negativas. No saber, o creer que se sabe sólo porque se ha hablado con alguna amiga o amigo o se ha buscado en internet, conlleva riesgos.

Entre los beneficios de la educación sexual está el hacer que las niñas y niños puedan poner límites e interpretar de una manera crítica toda la información e invitaciones que pudieran recibir. Que sean conscientes de sus prácticas y de las implicaciones (potencialmente positivas y negativas) de éstas. Permite, por tanto, evitar situaciones de abuso. Y parece, por otro lado, que quienes reciben educación sexual en el aula tienden a retrasar la edad de la primera relación sexual con penetración.



La sexualidad es una dimensión profundamente humana.

Y es obligación de todos y todas que se viva de manera positiva y sin violencia ni riesgos. Para lograrlo, la educación sexual es la mejor herramienta. Con ella se contribuye a que la

convivencia de y entre todas las personas, sean del sexo y género que sean, genere felicidad. Ojalá esta guía sirva para que se lo sepamos contar a todas las personas.





FPFE

**Federación
de Planificación
Familiar Estatal**

Con el apoyo de:

