

Desarrollo Sexual y Conducta en los Niños



Información para Padres y Cuidadores

Usted escucha muchas risas y chillidos que vienen desde la habitación de su hija de cinco años mientras ella está jugando con algunos amiguitos.

Cuando usted abre la puerta para averiguar qué está pasando, encuentra a los niños sentados en el piso, sin ropa interior, y señalándose y tocándose mutuamente los genitales.

¿Qué hace usted?

Muchos padres alrededor del mundo se enfrentan a situaciones como esta cada día. El ser tomado de sorpresa cuando los niños empiezan a explorar sus cuerpos y muestran curiosidad sobre las partes del cuerpo y temas sexuales, es una de las realidades más incómodas en la labor de educar a nuestros hijos y puede generar una serie de preguntas preocupantes, como por ejemplo, “¿Es mi niño* normal? ¿Debo preocuparme? ¿Qué le debo decir?”

Aunque hablar con los niños respecto de los cambios corporales y asuntos sexuales pueda parecer extraño o vergonzoso, el proporcionarles información correcta y apropiada según su edad es una de las cosas más importantes que los padres pueden hacer para asegurarse de que los niños crezcan protegidos, saludables y seguros en sus cuerpos.

Principios Básicos Sobre el Desarrollo Sexual y el Comportamiento en Niños Pequeños

Al igual que todas las formas de desarrollo humano, el desarrollo sexual de su niño comienza desde el nacimiento. El desarrollo sexual no sólo incluye los cambios físicos que ocurren cuando los niños crecen, sino también los conocimientos sexuales, las creencias que van aprendiendo y los comportamientos que van demostrando. Todo comportamiento o conocimiento sexual en los niños está fuertemente influenciado por:

- La edad del niño¹⁻³
- Lo que el niño observa (incluyendo los comportamientos sexuales de familiares y amigos)⁴
- Lo que se le enseña al niño (incluyendo creencias culturales y religiosas acerca de la sexualidad y los límites en relación al cuerpo)

“Los jóvenes no despiertan el día que cumplen trece años y se transforman en seres sexuales de la noche a la mañana. Hasta los niños más pequeños en cierta manera son seres sexuales”⁵

Dra. Heather Coleman, PhD & Grant Charles, PhD
University of Calgary, Alberta, Canada and
The University of British Columbia, Vancouver, B.C.

*Para simplificar la lectura de este documento se ha decidido utilizar la palabra niño (en masculino) para referirse tanto a niños como niñas.

Los niños muy pequeños y los preescolares (menores de cuatro años) son naturalmente poco recatados y pueden exhibir abiertamente – a veces de manera sorprendente – su curiosidad acerca del cuerpo y las funciones corporales de otras personas, como tocar los pechos de las mujeres o querer mirar a los adultos en el baño. Es también muy común que los niños quieran estar desnudos (aunque los demás no lo estén) y quieran mostrar o tocarse las partes privadas en público. Los niños tienen mucha curiosidad acerca de su cuerpo y puede que descubran rápidamente que el tocarse ciertas partes del cuerpo les produce una sensación agradable (para más información acerca de lo que los niños hacen típicamente a esta y otras edades, ver el **Tabla 1**).

A medida que los niños crecen y se relacionan más con otros niños (aproximadamente entre los 4 y 6 años), empiezan a darse cuenta de las diferencias entre niños y niñas y se vuelven más sociables en su exploración. Además de explorar sus cuerpos mediante tocar o frotar sus partes privadas (masturbación), puede que empiecen a “jugar al doctor” y a imitar comportamientos de los adultos como besarse o tomarse de las manos. A medida en que los niños gradualmente se hacen más conscientes de las reglas sociales que regulan el comportamiento sexual y el lenguaje (como por ejemplo, la importancia del recato o de qué palabras se consideran “malas”), puede que intenten poner a prueba estas reglas al usar malas palabras. Es posible también que hagan más preguntas acerca de temas sexuales, como por ejemplo acerca de dónde vienen los niños y de por qué los niños y las niñas son diferentes físicamente. (Para mayor información ver la **Tabla 1**)

Tabla 1: Comportamientos Sexuales Comunes en la Infancia^{1-3, 6}

<p>Niños Preescolares (menores de 4 años)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Explorar y tocarse las partes privadas, en público y en privado. ■ Frotarse las partes privadas (con la mano o contra objetos) ■ Mostrar las partes privadas a otras personas ■ Tratar de tocar los pechos de la madre u otras mujeres ■ Quitarse la ropa y querer estar desnudo ■ Tratar de mirar cuando otras personas están desnudas o desvestiéndose (por ejemplo cuando están en el baño) ■ Hacer preguntas acerca de su cuerpo (y el cuerpo de otras personas) y las funciones corporales ■ Hablar con otros niños de la misma edad acerca de funciones corporales como “popó” y “pipí”.
<p>Niños Pequeños (aproximadamente entre 4 y 6 años)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Tocarse las partes privadas a propósito (masturbación), ocasionalmente en la presencia de otros ■ Tratar de mirar a otras personas cuando están desnudas o desvestiéndose ■ Imitar comportamientos de pareja (como besarse o tomarse de las manos) ■ Hablar de las partes privadas y utilizar “malas” palabras, aunque no comprendan su significado ■ Explorar las partes privadas con otros niños de la misma edad (por ejemplo “jugar al doctor”, “te enseño el mío si me enseñas el tuyo”, etc.)
<p>Niños en Edad Escolar (aproximadamente 7-12 años)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Tocarse las partes privadas a propósito (masturbación), usualmente en privado ■ Jugar con niños de la misma edad a juegos que involucran comportamiento sexual (como “verdad o consecuencia”, “jugar a la familia”, o al “novio/novia”) ■ Tratar de mirar a otras personas cuando están desnudas o desvestiéndose ■ Mirar fotos de personas desnudas o semidesnudas ■ Ver/escuchar material de contenido sexual a través de los medios de comunicación (televisión, películas, juegos, Internet, música, etc.) ■ Querer más privacidad (por ejemplo rehusar a desvestirse delante de otras personas) y resistirse a hablar con los adultos acerca de temas sexuales ■ Empezar a sentir atracción sexual e interés hacia otros niños o niñas de su edad.

Una vez que los niños ingresan en la escuela primaria (aproximadamente a los 7 -12 años), su consciencia de las reglas sociales aumenta; se vuelven más recatados y quieren más privacidad, particularmente alrededor de los adultos. Aunque el tocarse (masturbación) y el juego sexual continúan, los niños de esta edad generalmente ocultan estas actividades de los adultos. La curiosidad acerca del comportamiento sexual adulto aumenta -particularmente con la aproximación de la pubertad- y los niños pueden empezar a buscar contenido sexual en la televisión, películas y revistas o libros. Es común que cuenten bromas o historias “sucias” (de contenido sexual). Además, es común que los niños que se acercan a la pubertad empiecen a demostrar interés sexual y romántico en niños o niñas de su edad (Para más información ver **Tabla 1**)



Aunque los padres se preocupan a menudo cuando un niño muestra comportamientos sexuales como el tocar las partes privadas de otro niño, estos comportamientos pueden ser comunes durante el desarrollo de los niños. Casi todos los juegos sexuales son una expresión de la curiosidad natural de los niños y no debe ser una causa de preocupación o alarma. En general, la exploración y juego sexual “típica” de la niñez puede:

- Ocurrir entre niños que por lo regular juegan juntos y que se conocen bien
- Ocurrir entre niños de la misma edad y tamaño
- Ser espontáneo y no planificado
- No ocurrir con frecuencia
- Ser voluntario (los niños accedieron al comportamiento, ninguno de los niños involucrados parece sentirse incómodo o perturbado)
- Ser fácil de re-dirigir cuando los padres les piden a los niños que paren el comportamiento y les explican las reglas de privacidad.

Algunos comportamientos sexuales infantiles indican más que simple curiosidad, y se consideran problemas del comportamiento sexual. Los problemas de comportamiento sexual pueden poner en riesgo la seguridad y bienestar de su niño y de otros niños. (Para mayor información sobre este tema, consulte la hoja de información de la Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil titulada: **“Cómo entender y manejar los problemas de comportamiento sexual en los niños”**)

Los problemas del comportamiento sexual incluyen todo acto que:

- Está claramente más allá del nivel de desarrollo del niño (por ejemplo, un niño de tres años que trata de besar los genitales de un adulto)
- Incluye amenazas, forcejeo o agresión
- Incluye a niños con una gran variedad de edades o habilidades (por ejemplo: un niño de doce años “jugando al doctor” con un niño de cuatro).
- Produce fuertes reacciones emocionales en el niño, tal como rabia (coraje, ira) o ansiedad.



Cómo Responder a los Comportamientos Sexuales en los Niños

Situaciones como la descrita al comienzo de este folleto pueden ser inquietantes para los padres. Sin embargo, estas situaciones pueden también ofrecer excelentes oportunidades para evaluar que tanto entienden los niños de temas sexuales y para darles información importante acerca del sexo.

El primer paso es tratar de **entender qué pasó realmente**. Para esto, es importante que mantenga la calma. Estar calmado le permitirá a usted tomar decisiones claras respecto a qué decir o hacer antes de reaccionar con emociones intensas.

Para mantener la calma, trate de respirar larga y profundamente, cuente hasta diez o incluso, cierre la puerta y antes de decir nada, aléjese por unos minutos. En el caso descrito arriba, el padre o madre puede decirles calmadamente a los niños que es hora de vestirse y pedirle cada niño que vaya a una habitación diferente en la casa. Después de tomarse unos breves momentos para organizar sus pensamientos- y consultar con el/la esposo(a) o pareja si se está sintiendo muy agitado(a)- el padre o la madre puede entonces hablar individualmente con cada niño.

Al hablar con los niños acerca de temas sexuales es importante **mantener un tono de voz tranquilo y constante y en lo posible hacer preguntas abiertas**, que le puedan ayudar a su hijo a tener la confianza para conversar con usted sobre este tema. Así los niños podrán contarle lo que pasó, con sus propias palabras, en lugar de contestar solamente sí o no. En este caso, el padre o la madre podrían preguntar a cada niño:

- ¿Qué estabas haciendo?
- ¿De dónde sacaste la idea?
- ¿Cómo aprendiste esto?
- ¿Cómo te sentiste al hacerlo?

En la situación citada al comienzo de este folleto todos los niños involucrados tenían la misma edad, habían sido compañeros de juego por algún tiempo, y parecían estar disfrutando del juego. Entonces es probable que estos niños solo hayan tenido curiosidad, estaban jugando y ninguno estaba afectado o sintiéndose mal por lo que pasó. Si usted encuentra una situación donde los niños se sienten un poquito avergonzados, pero no perturbados o afectados de otra manera, esta puede ser una oportunidad ideal para hablar con ellos acerca de límites saludables y reglas sobre el comportamiento sexual.

Mito: El hablar de sexo con mis hijos tan solo los animará a que se vuelvan activos sexualmente.

Realidad: En una encuesta reciente de adolescentes norteamericanos, **9 de 10 reportaron que sería más fácil para ellos el demorar tener actividad sexual y prevenir embarazos no deseados si ellos pudieran tener “conversaciones más abiertas y honestas” con sus padres sobre estos temas.**⁷ Cuando usted conversa honestamente con sus hijos acerca de temas sexuales, usted puede darles el conocimiento y las habilidades necesarias para poder mantenerse seguros y tomar buenas decisiones acerca de relaciones interpersonales e intimidad.

Educando a los Niños Sobre Temas Sexuales

El hecho de que un comportamiento sea típico no significa que deba ser ignorado. A menudo, cuando los niños participan en comportamientos sexuales, esto indica que necesitan aprender algo. **Enséñele al niño lo que necesita saber considerando la situación en particular.** En este caso, por ejemplo, el padre o la madre pueden enseñarles a los niños que está bien el tener curiosidad acerca del cuerpo de otras personas, pero que las partes privadas deben mantenerse privadas, aun con los amigos.

Pese a que los niños generalmente responden bien cuando los padres se dan el tiempo para darles información correcta y contestar sus preguntas, es importante **proporcionarles información apropiada para su edad y nivel de desarrollo.** En la **Tabla 2**, usted encontrará una descripción general de la información y mensajes más importantes para mantener seguros a los niños de diferentes edades. Tenga en cuenta que usted no necesita bombardear al niño con toda la información al mismo tiempo. Deje que la situación – y las preguntas de los niños- guíen las lecciones que usted va a compartir. Lo importante es que los niños sepan que usted está listo para escuchar y responder a cualquier pregunta que ellos puedan tener.

Frecuentemente, los niños obtienen la mayor parte de su educación sexual de otros niños y de los medios de comunicación tales como programas de televisión, canciones, películas y video juegos. Esta información a menudo no solamente es incorrecta sino que puede tener muy poca relación con los valores que los padres quieren transmitir a sus hijos. A veces, durante el “horario familiar” de la televisión se presentan actividades sexuales adultas explícitas en los programas de televisión, los anuncios publicitarios y en las caricaturas o canales de televisión para niños. Y éstos pueden influenciar el comportamiento de los niños.

Una parte importante de enseñar a los niños acerca de temas sexuales, es el controlar que no estén tan expuestos a los medios de comunicación y ofrecerles alternativas apropiadas. Infórmese sobre el sistema de censura de videojuegos, películas y programas de televisión y utilice los programas de control parental disponibles a través de muchos de los proveedores de Internet, cable y televisión.

Sin embargo, no asuma que todo está resuelto tan sólo con activar esos controles. Es muy importante que usted **esté atento de lo que sus niños están viendo en la televisión e Internet**, y dese el tiempo para ver la televisión e internet con ellos. Cuando sea apropiado, usted puede usar esta oportunidad para hablar de temas sexuales o de relaciones íntimas, y ayudar a que sus hijos desarrollen las habilidades necesarias para poder tomar decisiones saludables acerca de sus relaciones emocionales y comportamiento sexual.

Tabla 2: Qué y Cuando Enseñar

Niños preescolares (menores de 4 años)

Información Básica

- Los niños y las niñas son diferentes
- Nombres correctos para las partes del cuerpo de los niños y niñas.
- Los bebés vienen de las mamás
- Reglas acerca de los límites personales (por ejemplo el mantener las partes privadas cubiertas, no tocar las partes privadas de otros niños)
- Dar respuestas simples a todas las preguntas acerca del cuerpo y las funciones corporales



Información Para Mantener La Seguridad

- La diferencia entre caricias “apropiadas/ que están bien” (caricias que son reconfortantes, agradables y bienvenidas) y caricias “no apropiadas/ que no están bien” (que son invasivas, incómodas, no deseadas, o dolorosas)
- Tu cuerpo es tuyo, te pertenece
- Todos tenemos derecho a decir que “no” a ser tocados o acariciados, aun por los adultos
- Nadie: niño o adulto, tiene derecho a tocar tus partes privadas
- Está bien decir que “no” cuando los adultos te piden que hagas cosas que están mal, como tocarte las partes privadas o guardar secretos de mamá o papá.
- Existe diferencia entre una “sorpresa”-que es algo que será revelado pronto, como un regalo- y un “secreto”, que es algo que supuestamente nunca debes decir. Enfatice que nunca está bien el mantener secretos de mamá y papá
- A qué personas puedes contarles si alguien te hizo algo que “no es apropiado/no está bien” o te pidieron hicieras algo que no está bien.

Niños Pequeños (aproximadamente entre 4-6 años)

Información Básica

- Los cuerpos de los niños y niñas cambian cuando pasan los años
- Explicaciones simples acerca de cómo crecen los bebés dentro del vientre de las madres y acerca del proceso de nacimiento
- Reglas acerca de los límites personales (como, el mantener las partes privadas cubiertas, no tocar las partes privadas de otros niños)
- Dar respuestas simples a todas las preguntas acerca del cuerpo y las funciones corporales
- Puede que sientas una sensación agradable cuando te tocas las partes privadas pero es algo que debes hacer en privado.

Información Para Mantener La Seguridad

- Abuso sexual es cuando alguien te toca en las partes privadas o te pide que lo toques en sus partes privadas
- Es abuso sexual aunque se trate de alguien que tú conoces.
- El abuso sexual NUNCA es culpa del niño.
- Si una persona desconocida trata de que te vayas con él o ella, corre y cuéntale lo que pasó a uno de tus padres, a tu maestro, vecino, a un oficial de policía, o a otro persona adulta en quien confíes
- A qué personas puedes contarles si alguien te hizo algo que “no es apropiado/no está bien” o alguien te pidió que se lo hicieras a él o a ella.

Niños en Edad Escolar (Aproximadamente entre 7-12 años)

Información Básica

- Qué esperar y cómo enfrentarse a los cambios de la pubertad (incluyendo la menstruación y los sueños mojados)
- Información básica sobre la reproducción, el embarazo y el parto
- Riesgos asociados con la actividad sexual (embarazo, enfermedades transmitidas sexualmente)
- Información básica sobre métodos anticonceptivos
- La masturbación es común y no está asociada con problemas a largo plazo pero debe hacerse en privado.

Información Para Mantener La Seguridad

- El abuso sexual puede o no puede incluir tocamientos (caricias, manoseo, etc.)
- Cómo mantener la seguridad y los límites personales al chatear con o conocer a personas por internet
- Cómo reconocer y evitar riesgos en situaciones sociales
- Reglas cuando tienen novia o novio o cuando salen en citas.

Si usted no está seguro de cómo hablar con su niño de temas sexuales, no tenga temor de informarse y hacer un poco de investigación. Además de hablar con su pediatra o doctor, usted puede encontrar recursos en Internet, como el Consejo de Información y Educación de la Sexualidad de los Estados Unidos (Sexuality Information and Education Council of the United States) (SIECUS), el sitio de red de Las Familias Están Hablando (Families Are Talking) (listadas abajo). Existen también muchos libros excelentes acerca de cómo conversar con los niños acerca de temas sexuales, además de libros que usted y su niño pueden leer juntos. (Para una lista parcial ver la **Tabla 3**)

Tabla 3: Recursos Adicionales en Inglés que le pueden ayudar a comunicarse con su niño acerca de temas sexuales.

Los recursos descritos a continuación son en inglés. Si necesita materiales en español, por favor comuníquese con nosotros enviándonos un correo electrónico a: info@nctsn.org

Para Usted

Libros en Inglés

Haffner, Debra W. (2008). *From diapers to dating: A parent's guide to raising sexually healthy children– from infancy to middle school, 2nd edition*. New York: Newmarket Press.

La autora Debra Haffner provee consejos y guías prácticas para ayudarlo a hablar con niños y adolescentes acerca de la sexualidad. Incluye estrategias para que usted examine sus propios valores sexuales de manera que usted pueda compartir estos mensajes con sus hijos.

Hickling, Meg. (2005). *The new speaking of sex: What your children need to know and when they need to know it*. Kelowna, BC, Canada: Wood Lake Publishing, Inc.

Esta actualización del bestselling *More Speaking of Sex* está llena de información práctica, precisa, y ligeramente graciosa acerca de la sexualidad y la salud sexual. La autora Meg Hickling disipa ideas erróneas y creencias no saludables acerca del sexo, provee guías de cómo hablar con niños en diferentes etapas del desarrollo, y ofrece ejemplos de cómo responder preguntas difíciles.

Roffman, Deborah M. (2002). *But how'd I get in there in the first place? Talking to your young child about sex*. New York: Perseus Publishing.

La educadora sobre sexualidad y vida en familia Deborah Roffman provee guías claras y sensibles acerca de cómo hablar con confianza con los niños pequeños acerca de temas sexuales, incluyendo cómo responder a preguntas acerca de la sexualidad, el embarazo y el nacimiento.

Roffman, Deborah M. (2001). *Sex and sensibility: The thinking parent's guide to talking sense about sex*. New York: Perseus Publishing.

Este libro está diseñado para inspirar una comunicación honesta entre padres e hijos acerca de la sexualidad. Se focaliza en las destrezas fundamentales que los padres necesitan para responder e interpretar prácticamente cualquier pregunta o situación, con el objetivo de empoderar a los niños a través del conocimiento.

Recursos En Internet en inglés

El Committee for Children ofrece sugerencias de cómo enseñar a los niños acerca del contacto físico/caricias/tocar seguro (<http://www.cfchildren.org/issues/abuse/touchsaferules/>) como también información sobre cómo hablar con su niño acerca de temas de abuso sexual (<http://www.cfchildren.org/issues/abuse/touchsafety/>).

El sitio de red Sexuality Information and Education Council of the United States (SIECUS) *Families Are Talking* websites contiene una gran cantidad de información y recursos para ayudarlo a hablar con los niños acerca de sexualidad y temas relacionados con esta (<http://www.familiesaretalking.org> and <http://www.lafamiliahabla.org>).

Para Sus Niños

Libros en Inglés

Bell, Ruth. (1998). *Changing bodies, changing lives: Expanded 3rd edition: A book for teens on sex and relationships*. New York: TimesBooks.

Para niños de 9 años y mayores. Diseñado para ayudar a que la gente joven pueda tomar decisiones informadas acerca de su vida. *Changing bodies, changing lives* provee respuestas a preguntas difíciles acerca de cómo el cuerpo funciona, acerca del sexo, amor y las relaciones. Está lleno de ilustraciones, listas y recursos. Como también de historias, poemas y caricaturas de cientos de adolescentes.

Brown, Laurie Krasny. (2000). *What's the big secret? Talking about sex with girls and boys*. New York: Little, Brown Books for Young Readers.

Para niños entre 4-8 años. Este colorido y entretenido libro utiliza ilustraciones, caricaturas, y un texto muy simple para explicar los principios básicos de anatomía, reproducción, embarazo, y nacimiento. Discute también el tema de la privacidad y las caricias/el tocar.

Hansen, Diane. (2007). *Those are MY private parts*. Redondo Beach, CA: Empowerment Productions.

Para niños de 4 a 8 años. Este libro corto y de fácil lectura utiliza ilustraciones coloridas y rimas divertidas para enseñar a los niños que nadie -familiar, amigo, vecino- tiene derecho a tocarlos de manera que os haga sentir incómodos.

Para Sus Niños (continuado)

Libros en Inglés

Harris, Robie H. (2006) *It's NOT the stork: Un libro acerca de niños, niñas, cuerpos, familias y amigos*. Somerville, MA: Candlewick Press.

Para niños de 4 años y mayores: Este libro entretenido y cautivador usa dos personajes de historieta -un pájaro curioso y una abeja escrupulosa- para dar voz a las muchas emociones y reacciones que los niños experimentan mientras aprenden acerca de sus cuerpos. La información proporcionada es actualizada, apropiada para la edad, y científicamente correcta. Está diseñada para ayudar a que los niños se sientan orgullosos, bien informados, y cómodos con sus cuerpos y con cómo nacieron.

Harris, Robie H. (2004) *It's perfectly normal: Changing bodies, growing up, sex, and sexual health*. Somerville, MA: Candlewick Press.

Para niños de 10 años y mayores. Proporciona respuestas precisas y objetivas a casi cualquier pregunta imaginable, desde la concepción y pubertad, hasta los métodos anticonceptivos y el SIDA . *It's perfectly normal* provee a la gente joven con la información que necesitan para poder tomar decisiones informadas y permanecer saludables.

Harris, Robie H. (2004) *It's so amazing!: A book about eggs, sperm, birth, babies, and families*. Somerville, MA: Candlewick Press.

Para niños de 4 años y mayores. *It's so amazing!* Provee respuestas a las preguntas de los niños acerca de la reproducción, el sexo, y la sexualidad. Las ilustraciones en estilo de historieta y el texto vívido y claro reflejan los intereses típicos de los niños en la escuela elemental acerca de ciencias y de cómo los objetos funcionan. A lo largo del libro un pájaro curioso y una abeja escrupulosa ayudan a contra la historia de cómo se hace un bebé - desde el momento en el que el óvulo y espermatozoide se juntan, hasta el embarazo y parto. *It's so amazing!* también aborda temas sobre el amor, sexo, género, familias, heterosexualidad, homosexualidad, abuso sexual, VIH y SIDA. Provee información tranquilizante y apropiada para la edad mientras ofrece a los niños una comprensión saludable acerca de sus cuerpos.

Madaras, Lynda. (2007). *The "What's happening to my body?" book for girls, revised 3rd edition*. New York: Newmarket Press.

Para niños de 10 años y mayores. Estos libros—parte de la aclamada serie de libros "*What's Happening To My Body?*" por la misma autora, provee información sensible y directa acerca de los cuerpos en proceso de cambio en los niños, nutrición y ejercicio, sentimientos románticos y sexuales, la pubertad y el sexo opuesto. Incluyen además información acerca de temas difíciles como desórdenes de alimentación, enfermedades transmitidas sexualmente, uso de esteroides, y métodos anticonceptivos.

Mayle, Peter. (2000). *"What's happening to me?" An illustrated guide to puberty*. New York: Kensington Publishing.

For ages 9–12. Por más de 20 años "*What's happening to me?*" ha ayudado a los jóvenes -y a sus padres- a navegar el período entre la infancia y la adolescencia.

Mayle, Peter. (2000). *Where did I come from? The facts of life without any nonsense and with illustrations*. New York: Kensington Publishing.

Para niños de 4 años y mayores. Dedicated to "red-faced parents everywhere," *Where did I come from?* Cubre la información básica de la sexualidad desde la fisiología de hacer el amor, el orgasmo, la concepción, el crecimiento del bebé en el útero, y el parto. Las ilustraciones son claras y realistas, y el texto da explicaciones excelentes de manera apropiada para la edad.

Schaefer, Valerie. (1998) *The care & keeping of you: The body book for girls*. Middleton, WI: Pleasant Company Publications.

Para niñas de 7-12 años: Esta guía de "pies a cabeza" aborda la variedad de cambios que ocurren durante la pubertad, y responde a muchas de las preguntas que las niñas tienen, desde arreglarse y cuidarse el pelo (cabello) hasta nutrición sana, mal aliento a brassieres (sostenes), períodos (menstruaciones) a espinillas, y todo lo que pasa en el intermedio .

Los padres juegan un papel fundamental en ayudar a sus hijos a desarrollar actitudes y comportamientos sanos hacia la sexualidad. Aunque el hablar de sexo con sus niños pueda ser algo que lo haga sentir incómodo, existen muchos recursos disponibles para ayudarlo a comenzar y continuar conversaciones sobre sexualidad con ellos. En la medida que los niños progresan a través de las etapas de la infancia es crucial el proveer supervisión cercana, al igual que mensajes claros y positivos acerca del recato y los límites. Usted puede fomentar el desarrollo y crecimiento saludable de sus niños al hablar abiertamente con ellos acerca de las relaciones, la intimidad, y la sexualidad.



Referencias

1. Friedrich, W. N., Fisher, J., Broughton, D., Houston, M., & Shafran, C. R. (1998). Normative sexual behavior in children: a contemporary sample. *Pediatrics*, *101* (4), E9.
2. Hornor, G. (2004). Sexual behavior in children: normal or not? *Journal of Pediatric Health Care*, *18* (2), 57-64.
3. Hagan, J. F., Shaw, J. S., & Duncan, P. (Eds.). (2008). Theme 8: Promoting healthy sexual development and sexuality. In *Bright futures: Guidelines for health supervision of infants, children, and adolescents (3rd ed.)* (pp. 169-176). Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.
4. Friedrich, W. N., Grambsch, P., Broughton, D., Kuiper, J., & Beilke, R. L. (1991). Normative sexual behavior in children. *Pediatrics*, *88* (3), 456-464.
5. Coleman, H., & Charles, G. (2001). Adolescent sexuality: A matter of condom sense. *Journal of Child and Youth Care*, *14* (4), 17-18.
6. American Academy of Pediatrics (2005). *Sexual Behaviors in Children*. Elk Grove, IL: American Academy of Pediatrics. Retrieved February 15, 2009 from <http://www.aap.org/pubserv/PSVpreview/pages/behaviorchart.html>
7. Albert, B. (2004). *With one voice: America's adults and teens sound off about teen pregnancy*. Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Retrieved March 1, 2009, from http://www.thenationalcampaign.org/resources/pdf/pubs/WOV_2004.pdf
8. National Guidelines Task Force. (2004). *Guidelines for comprehensive sexuality education: Kindergarten-12th grade, 3rd edition*. New York, NY: Sexuality Information and Education Council of the United States. Retrieved March 1, 2009, from <http://www.siecus.org/data/global/images/guidelines.pdf>

Este producto fue desarrollado por el Comité del Abuso Sexual Infantil, así como la traducción y adaptación del material al español estuvo a cargo del Comité de Revisión de Traducciones (Translations Review Committee) que es parte del consorcio cultural (Culture Consortium). Ambos comités y el consorcio forman parte de la Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil (NCTSN: National Child Traumatic Stress Network). La Red está formada por profesionales en las áreas legal, de salud, de salud mental y de medicina, que son expertos en el campo del abuso sexual infantil.

Este proyecto fue patrocinado por la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA; Substance Abuse and Mental Health Services Administration) y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU (HHS: US Department of Health and Human Services). Los puntos de vista, opiniones y contenido son los de los autores y no necesariamente reflejan los de SAMHSA o HHS.