

EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN LA PRIMERA INFANCIA



Colección *Crianza en familia* | PRIMERA INFANCIA

Fundación
**Navarro
Viola**



LA EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN LA PRIMERA INFANCIA

¿QUÉ ES LA EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL O ESI?

La ESI es una Ley Nacional, la 26.150. Esta ley dice que es obligatorio enseñar ESI en todos los jardines de infantes y escuelas del país, sean públicos o privados. Además, las familias tienen el derecho a estar informadas sobre los contenidos.

En este folleto te acercamos nociones básicas de ESI en la primera infancia para que puedas charlar en familia con los niños y las niñas.

Es una forma de cuidado donde se trata de dar información para que niños y niñas conozcan sus derechos y los de las demás personas.

¿ESI DESDE EL NACIMIENTO? ¡CLARO QUE SÍ!

La sexualidad es mucho más que reproducción o genitalidad. Tal como se la entiende hoy, **la sexualidad es una parte integral de las personas y tiene que ver con su desarrollo y bienestar durante toda la vida.**

Pensemos que la intimidad se construye desde que llegamos al mundo. Todo contacto físico influye en nuestros sentimientos, en cómo vivimos

el cuerpo, en la intimidad y en la relación con otras personas.

El respeto por el cuerpo de un bebé, niño o niña es la primera forma de educación sexual. Le estamos enseñando cómo es el contacto con los demás, cuáles son los límites y de qué modo nos cuidamos mutuamente.

LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES

Aprender a reconocer y expresar las emociones, los afectos y las necesidades propias irá dando lugar, poco a poco, a respetar también las emociones y necesidades de otras personas. **El momento más importante para empezar a aprender a regular las emociones es la primera infancia,** momento en que las emociones son muy intensas. Recordemos que en estas edades es muy común que aparezcan los mal llamados “berrinches”. Niños y niñas entre 1 y 4 años que, cuando se enojan, lloran, gritan, pueden llegar incluso a pegar, golpearse y/o tirarse al piso.

¿Y por qué pasa esto? Porque aún no disponen de recursos que les permitan autorregular sus emociones y su cerebro hace una especie de cortocircuito, reaccionando de una manera que nos puede parecer “exagerada”.



¿Y CÓMO ACOMPAÑAMOS LAS EMOCIONES?

- Les ayudamos a poner nombre: “estás enojada”, “eso te puso triste”.
- Les ayudamos a decir con palabras lo que piensan y lo que sienten.
- Les explicamos que escuchar lo que sienten nos ayuda a entenderlos mejor.
- Les mostramos que hablar de lo que nos pasa adentro nos ayuda a calmarnos.
- Tratamos de no ignorarlos ni castigarlos por sus emociones.

Aprender a regular y entender las emociones propias no solo ayuda a que se sientan mejor: también les enseña a confiar en sí mismos y **a decir que “no” cuando se sienten incómodos o inseguros.**



APRENDER A CUIDAR EL CUERPO

Para enseñarles a cuidar sus propios cuerpos primero tenemos que prestar atención a cómo hacemos lo que hacemos todos los días. Por ejemplo, es importante que pidamos permiso antes de

sacarles un abrigo o cambiarles el pañal. **De esta manera les estamos diciendo que su cuerpo es suyo.**

De a poco les iremos contando también quiénes son las personas que van a ayudarlos con su higiene (los abuelos, la niñera o la maestra del jardín) o que van a revisar sus cuerpos (por ejemplo, su pediatra o la dentista) y en qué momentos.

ASÍ LES IREMOS TRANSMITIENDO QUÉ ES EL RESPETO
POR EL CUERPO Y QUÉ ES LA INTIMIDAD.



¿ CÓMO ENSEÑAMOS QUÉ ES LA INTIMIDAD ?

ESTOS SON ALGUNOS EJEMPLOS:

- Cerramos la puerta del baño porque es un lugar íntimo.
- Nombrar correctamente y reconocer las partes íntimas.
- No espiamos a otras personas cuando van al baño o se cambian.
- No entramos al baño cuando está ocupado.
- Si una puerta está cerrada la golpeamos antes de entrar.
- No mostramos nuestras partes íntimas delante de otras personas (excepto en la consulta con pediatra o cuando nos están limpiando).

CÓMO ENSEÑAMOS RESPETO POR EL OTRO ?

ESTOS SON ALGUNOS EJEMPLOS:

- Nunca le pegamos a las personas, aunque estemos enojados.
- Nunca hacemos nada que el otro no quiera (como, por ejemplo, hacer cosquillas o abrazar si la otra persona no se siente cómoda).
- No decimos palabras que puedan lastimar.
- Si la otra persona no quiere jugar a lo mismo, entonces no es un juego.
- Tratar de imaginarnos cómo nos sentiríamos en el lugar de la otra persona.

APRENDER A CUIDAR EL CUERPO TIENE MUCHO QUE VER CON APRENDER A DECIR QUE NO

Es tan importante no forzar a las infancias para que den besos (se puede decir “hola” y saludar con la mano o tirar un beso desde lejos) y contarles que si algo los hace sentir mal hay que pedir ayuda siempre a una persona adulta. Tienen que

saber que, si un secreto los hace sentir mal, ese secreto nunca se guarda, aún si una persona grande les pide que lo hagan. Siempre deben contar lo que les hace sentir mal a una persona adulta de confianza.

¿CÓMO NOMBRAMOS LAS PARTES DEL CUERPO

Más allá de que cada familia pueda tener sobrenombres propios para los genitales es muy importante que todos los niños y las niñas conozcan las partes del cuerpo por sus nombres reales. Las partes íntimas no son groserías, insultos ni “malas palabras”. Los nombres correctos de los genitales externos son pene y escroto, y vulva.

Estos son algunos ejemplos:

- Algunas personas nacen con vulva. La vulva tiene diferentes partes que podés mirar con un espejo (si tenés vulva) o en un dibujo. La vulva siempre se limpia con papel de adelante hacia atrás.

- Otras personas nacen con pene y escroto, que es la bolsita donde están los testículos. Estas partes íntimas se pueden mirar en el espejo (si tenés pene) o en un dibujo. Las personas con pene, pueden hacer pis sentados o parados.



INFANCIAS E IGUALDAD DE DERECHOS

La igualdad es un derecho que implica que todas las personas debemos tener las mismas oportunidades, independientemente de nuestro lugar de nacimiento, género, aspecto físico, etc.

Hoy sabemos que nacemos con cuerpos diferentes y eso no define quiénes somos, sino que la identidad propia la va construyendo cada persona

con el tiempo. Nacer con determinado tipo de genitales no debería determinar qué color usamos, qué juguete elegimos o nuestras habilidades.

Las nenas también pueden jugar al fútbol y los nenes a la cocina. Ambos géneros pueden correr carreras, saltar alto, usar ropa rosada y azul, personificar astronautas, vestir bebotes o construir torres.

◆ Los juegos, los juguetes y los colores no tienen género, edad, ni condiciones. ◆
Son un espacio de libertad, aprendizaje y disfrute.