

A partir de los seis años, los niños están preparados para comprender las primeras pinceladas sobre la reproducción, según los psiquiatras.



WALTER B. MCKENZIE

¿Se enamoran los niños?

Puede que den su primer beso o jueguen a los médicos, pero antes de la pubertad no están preparados para desplegar su potencial afectivo. Su sexualidad sí empieza a manifestarse. Los expertos recomiendan preguntar menos si tienen novio y responder más a sus preguntas (sin recurrir a la cigüeña)

MARTA ESPAR

A menudo, los niños comentan que tienen un novio o una novia en clase. Incluso pueden contar que les han dado un primer beso. Pero los niños no se enamoran. “Antes de llegar a la pubertad, todavía no están preparados biológicamente para segregar las sustancias químicas que regulan la atracción física”, explica José Luis Pedreira, psiquiatra y psicoterapeuta en el hospital infantil universitario Niño Jesús de Madrid. Tampoco están equipados cognitivamente para desplegar su potencial afectivo ni llevar a la práctica el concepto de “elección mutua” propio del enamoramiento. “Lo que sí sienten es una inclinación o preferencia por uno de sus iguales, normal en su proceso de socialización, y que en muchos casos, debido a la influencia sociocultural, puede acabar resumida en la palabra novio”, asegura Victoria Noguero, psicóloga clínica especializada en abusos sexuales y maltrato infantil. Ambos expertos coinciden en que, con frecuencia, los mismos adultos que insisten en preguntarle a un niño de cinco años si tiene novia, luego eluden contestar con mensajes claros y comprensibles a sus primeros interrogantes sobre sexualidad.

Según Pedreira, también presidente de la sección de psiquiatría infantil de la Asociación Española de Pediatría (AEP), “una exploración progresiva y guiada de las dudas y juegos sexuales que aparecen durante la infancia ayuda a forjar la comunicación que necesitan cuando llegan a la adolescencia y empiezan –entonces sí– a enamo-

A los dos años surgen las primeras dudas sobre anatomía

rarse”. Pero son muchos los padres que se turban ante estas primeras expresiones de la sexualidad y prefieren aplazar el tema hasta que llega la pubertad. En cambio, permiten que su hija de ocho años pueda elegir sin interponer límite alguno la ropa que más le guste en una tienda o acceder sin matiz ni control al alud de mensajes altamente sexualizados que le llegan a través de Internet o los anuncios publicitarios. Noguero asegura que para que estos futuros adultos tengan una vida sexual satisfactoria, los padres deberían hablar de sexo con ellos “siempre y de forma continua” y ayudarles a regular sus deseos, así como a descodificar la información que les llega por otros canales.

Pero ¿cómo?, ¿cuándo empezar? “Éstas son las demandas que surgen más a menudo en las sesiones que tenemos con los padres en la práctica profesional diaria”, advierte esta psicóloga clínica, directora del Centro Noguero y supervisora de la unidad de clínica de la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid (UCM). En la respuesta coincide con otros expertos: casi nunca hace falta sentar a un niño para hablar de sexo. A lo largo de todas las etapas evolutivas, los niños obsequian a sus padres con maravillosas y puntiagudas preguntas o escenas que ofrecen oportunidades de intervención. Algunos ejemplos pueden ser de gran utilidad. Imaginemos que Juan y María son compañeros de clase. Tienen seis años. Están jugando a médicos cuando de repente empiezan a desnudarse. La madre de

Juan entra en el cuarto y observa la situación, pero en lugar de regañarlos, aprovecha ese escenario improvisado para preguntarles qué están haciendo y entablar una conversación con ellos. Con esta actitud receptiva, los niños van a preguntarle, seguramente, por qué sus órganos sexuales son diferentes o cómo se hacen los bebés.

¿Cómo contestar? “Las respuestas deberían ser cortas, directas y honestas, adecuadas a su posibilidad de comprensión, y contener los elementos de respeto, privacidad, ausencia de culpa e intercambio afectivo, propios de una sexualidad sana”, asegura Pedreira. Un niño de seis o siete años está preparado para entender una primera pincelada de cómo funciona la reproducción en los humanos. Pero si a la pregunta se responde que vienen de París con una cigüeña, el menor entenderá que no puede confiar en ese adulto y volverá a indagar más adelante, quizá en otro entorno menos adecuado. “Los niños hacen estas preguntas para tantear si pueden confiar en el adulto”, insiste el psiquiatra, que advierte que “hay tres temas que les preocupan desde pequeños: el del amor, el del sexo y el de la muerte”. Los primeros interrogantes aparecen ya en torno a los dos años y versan sobre las diferencias anatómicas que observan entre las personas de su entorno. Pero la sexualidad se manifiesta en todos los estadios evolutivos, y los juegos de médicos o las primeras masturbaciones son, añade Noguero, “pura exploración sana”, que requiere que el adulto detecte cuando se hacen demasiado persistentes o enseñe a respetar los límites de la privacidad.

Hasta los 10 años, el entorno familiar del niño es el que modela este proceso evolutivo y constituye el modelo del que se nutren. Por eso, Noguero subraya la importancia de que “los adultos den ejemplo, con mensajes de una sexualidad incorporada como expresión saludable de sus actitudes afectivas, y eviten turbarse o dar respuestas evasivas, porque lo que se oculta puede convertirse en un factor de riesgo”. “Cuando el niño ha podido explorar todos estos temas con naturalidad y sin culpa, llega a la adolescencia preparado para confiar en sus padres, en su pareja y, no menos importante, para respetar los deseos del otro”, afirma Pedreira.

Un estudio reciente, publicado en la revista *Pediatrics* de la Academia Americana de Pediatría (AAP), evidenció que muchos adolescentes tienen poca o ninguna comunicación con sus padres sobre sexo. Los autores alentaban a los padres a iniciar este intercambio antes de la pubertad.

Noguero asegura que buena parte de los adolescentes que ya han tenido sus primeras relaciones sexuales expresan en la consulta un grado de satisfacción muy bajo con estas experiencias, acompañado de una enorme frustración “por una sensación de haber empezado demasiado pronto, sin haber tenido el suficiente tiempo para explorar la sexualidad, arrastrados por la presión del grupo”. Esta psicóloga clínica insiste en que “tan importante como la formación y la información sexual es la educación en el conocimiento de los límites de sus conductas”. Una de las demandas que reciben en la terapia tiene que ver con una dificultad a poner límites a sus actitudes verbales, a veces incluso violentas. La psicóloga advierte que empezar a enseñarles entonces a regular sus deseos y sus frustraciones puede ser demasiado tarde.