

No es el mundo en el que usted creció

Al igual que usted alguna vez lo hizo, sus hijos están tomando decisiones sobre el sexo. . .sin embargo ellos lo están haciendo en un mundo muy diferente. Hoy, el VIH/SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual hacen que el sexo sea más peligroso, con enfermedades a largo plazo y otras consecuencias. Al mismo tiempo, sus hijos, especialmente las niñas, tienen muchas más oportunidades y el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual pueden reducir sus opciones.

“Yo pude no haber esperado hasta estar casada, pero era un mundo diferente, y hay cosas sobre las que tú debes preocuparte y que yo no tuve que hacerlo.”

“Tener numerosas parejas sexuales es mucho más peligroso, no solo desde el punto de vista del embarazo, sino de la salud para toda la vida.”

“Los niños están además creciendo más rápido, con una descarga constante de mensajes sobre sexo en sus programas de TV, juegos de computadora, música y películas.”

“Parece como que están simplemente aprendiendo mucho más y más temprano ahora, y no creo que podamos permitirnos, como padres, esperar hasta que creamos que lo están haciendo [sexo] para hablar con ellos sobre el tema.”

Para más información

Para obtener consejos sobre cómo hablar con sus hijos, la abstinencia y otros aspectos de toma de decisiones sexuales, ordene un paquete gratuito de Talk 2 Me llamando al Departamento de Salud de Virginia al

(804) 864-7808 o visitando www.vdh.virginia.gov.

El paquete incluye un juego de cartas, una guía de recursos y una guía para padres sobre cómo usar el paquete para hablar sobre la toma de decisiones sexuales con sus hijos.



Iniciativa de
Educación sobre
la Abstinencia
de Virginia

Elecciones Sabias. Familias más Fuertes

VDH VIRGINIA
DEPARTAMENTO
DE SALUD DE
Protegiéndole a usted y su ambiente
www.vdh.virginia.gov



Qué Están Diciendo Otros Padres

Hablando con sus hijos

Encontrar el momento correcto –y la manera– para hablar con sus hijos puede ser difícil. Para prepararse, piense sobre sus valores y qué le gustaría compartir o impartir a sus hijos, de manera que usted esté relajado y preparado cuando se presente el momento para hablar. Le presentamos algunas sugerencias que pueden facilitarle hablar con sus hijos:

- ★ Cuando esté mirando TV o una película, o escuchando música con sus hijos, y se hagan referencias al sexo, pregúnteles sobre las mismas después. Algunas preguntas podrían ser:

¿Qué pensaste sobre X (escena, personaje, situación)?

¿Tienes preguntas sobre lo que viste/escuchaste?

- ★ Si una amiga de la familia o familiar está embarazada, hable con su hijo o hija sobre el tema. Pregúntele cómo se siente sobre el embarazo.

- ★ Sepa que, tal como es difícil para usted hablar sobre estos temas, también es difícil para sus hijos preguntar. Cuando lo hagan, sea comprensivo. Incluso si usted se siente incómodo, déjeles saber que le alegra que hayan preguntado y que estaría abierto a hablar más si tienen preguntas en el futuro.

- ★ Averigüe qué enseñan las escuelas sobre sexo en cada grado y en qué momento del año. Hable con su hijo o hija antes y después que se discuta el material en la escuela. Al hacerlo, usted estará consciente y preparado para responder a sus preguntas dentro del contexto de lo que ellos saben.

- ★ Independientemente de la edad que tengan, responda a las preguntas de sus hijos sobre sexo dándoles información precisa y adecuada para la edad. Cuanto más pequeños empiezan a hablar con usted sobre estos temas, más fácil y natural será para ellos preguntarle cuando sean mayores.

Hablar sobre sexo no es fácil

Si se siente incómodo al hablar sobre sexo con sus hijos, usted no está solo – muchos padres se sienten así. Usted podría no saber qué decir o cómo responder a sus preguntas.

Comentarios de otros padres:

“Cuando yo estaba creciendo, no se hablaba para nada de sexo en nuestra casa.”

“Cuando vino a casa de la escuela [luego de una clase de educación sexual], yo me quedé helada. No podía creer algunas de las preguntas que salían de su boca, quiero decir, él quería saber cosas específicas y me decía, 'Es que no nos dieron detalles en la escuela'.”

“Es una pregunta muy difícil cuando un hijo dice, '¿Tuviste relaciones antes de casarte?'”

A sus hijos les interesa lo que usted piensa

Hablar con sus hijos sobre abstinencia y sexo no es siempre fácil . . . pero es importante. Los jovencitos hoy están tomando decisiones sobre sexo a una edad mucho más temprana, y los estudios muestran que aquellos que hablan abiertamente con sus padres sobre sexo son más propensos a demorar la actividad sexual. Entonces, no lo postergue . . . existen muchas razones para hablar con ellos.

Sus hijos quieren saber lo que usted piensa, y usted puede ayudarles a tomar las decisiones correctas . . . decisiones que les afectarán por muchos años. Como usted, otros padres están lidiando con estas mismas decisiones.

“Mi hija de 10 años es mi hija mayor. No he atravesado la pubertad antes con otro hijo, y es bastante aterrador hasta ahora. Estoy tratando de averiguar qué decirle y cuándo. Sé que ella ha tenido la clase de educación sexual en la escuela, y he estado tratando de sacarle sobre qué hablaron, para tener al menos un punto de inicio.”

“A todos nos gusta saber que no estamos solos en esto. Es bueno saber que hay otras personas . . . por ahí, también.”

“Creo que las personas quieren apoyo con esa conversación, para no sentirse avergonzadas y enviar señales equivocadas.”