

Sexualidad

"La información verídica y temprana representa una disminución de riesgos"

tuconsejería

El no hablar de sexualidad con lxs niñxs puede ser un factor de riesgo, haciendo que situaciones como el abuso sexual infantil y las prácticas como el sexting y el grooming les pongan en riesgo.

Comenzar a usar las palabras correctas y a hablar de sexualidad desde temprana edad es un proceso normal, que empodera a lxs niñxs y evita que estos temas queden en silencio.

¿Cómo empezamos la educación de la sexualidad o cambiamos nuestra forma de ver la sexualidad como adultxs o jóvenes?

Conociendo nuestro cuerpo para cuidarlo, valorarlo y respetarlo.

- Aprendiendo a nombrar las partes de nuestro cuerpo correctamente.
- Conociendo cómo funciona nuestro cuerpo y sus distintas funciones fisiológicas.
- Podemos acudir con un médico especialista o a un centro de salud para resolver dudas sobre estos temas.

Analizando cuál es nuestro valor como personas.

- Analizando sobre qué basamos nuestro valor como personas.
- Observando cómo nos presentamos ante otras personas.
- Podemos buscar apoyo psicológico si encontramos preguntas con las que necesitamos apoyo o temas no resueltos que deseamos trabajar.

¿Cuál ha sido mi experiencia con el tema de mi sexualidad hasta ahora? ¿Cómo ha cambiado a lo largo de mi vida y cómo me siento con eso?
