

ES PARTE DE LA VIDA

*Material de apoyo sobre educación para la sexualidad
y discapacidad para compartir en familia*



Diego Rossi, Coordinador Programa de Educación Sexual - ANEP-CODICEN.

Autor: Sergio Meresman

Diseño gráfico, maquetación e ilustraciones: Denisse Torena

Sonia Marta Mora Escalante
Ministra de Educación Pública

Alicia Vargas Porras
Viceministra Académica

Rosa Carranza Rojas
Directora, Dirección de Desarrollo Curricular

Gilda Aguilar Montoya
Jefa, Departamento de Educación Especial

REVISIÓN Y ADAPTACIÓN DE LA EDICIÓN COSTARRICENSE:

Juan José Solano Barboza y Celia Jiménez Hidalgo, Ministerio de Educación Pública,
Paula Antezana Rimassa y Evelyn Durán Porras, Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA)

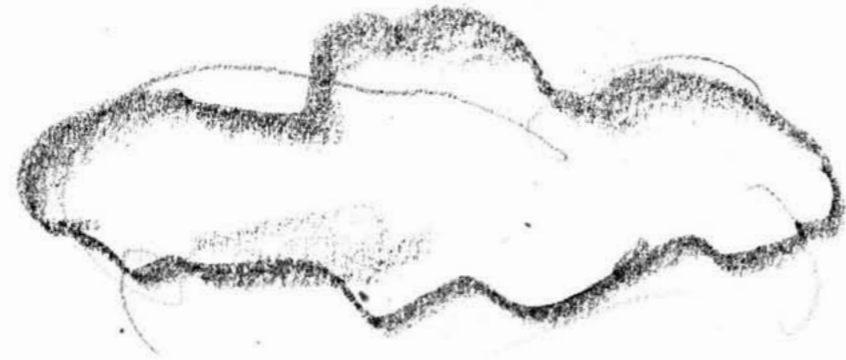
ES PARTE DE LA VIDA

*Material de apoyo sobre educación para la sexualidad
y discapacidad para compartir en familia*



PES - iiDi - UNFPA - UNICEF - MEP

Prólogo a la edición costarricense



Me es muy grato presentar esta adaptación al contexto costarricense del libro “Es parte de la vida”, realizada por el Ministerio de Educación Pública (MEP) y el Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA). “Es parte de la vida” es un material de apoyo sobre educación sexual y discapacidad, que brinda orientaciones a familias, a docentes y a las mismas personas con discapacidad, sobre aspectos básicos de la educación para la sexualidad. Fue originalmente elaborada y publicada en Uruguay en el 2012 por la Administración de Educación Pública (ANEP).

Como lo afirmó el Relator Especial sobre el Derecho a la Educación de Naciones Unidas en 2010, “el derecho a la educación incluye el derecho a la educación sexual, el cual es un derecho humano en sí mismo, que a su vez resulta condición indispensable para asegurar que las personas disfrutemos de otros derechos humanos, como el derecho a la salud, el derecho a la información y los derechos sexuales y reproductivos”. No obstante, con demasiada frecuencia se ha negado el derecho a la educación sexual a las personas con discapacidad, las cuales han sido excluidas de manera directa o indirecta, de los programas de educación para la sexualidad.

Los enfoques obsoletos sobre la discapacidad han incidido para que se considere a las personas con discapacidad como seres asexuados o como incapaces de manejar su sexualidad. El sistema educativo debe ser uno de los impulsores centrales para la superación de esos enfoques, porque es desde el sistema educativo que se forma por el respeto a los derechos humanos de todas las personas. A la luz de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, un sistema educativo inclusivo debe garantizar el sentido de dignidad y autoestima y el máximo desarrollo de las aptitudes mentales y físicas de las personas. En ese sentido, la educación para la sexualidad es una parte integral de la educación inclusiva.

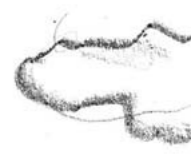
El libro “Es parte de la vida” ayuda a comprender la educación para la sexualidad desde esa perspectiva, derribando las creencias que han perpetuado los mitos y prejuicios sobre las personas con discapacidad y la sexualidad.

El Ministerio de Educación Pública tiene un compromiso con la educación inclusiva, la igualdad de género, la no discriminación y el respeto a los derechos humanos de todas las personas. En ese sentido, ha emitido las políticas de igualdad de género e impulsa la revisión de las Políticas de la Educación Integral de la expresión de la Sexualidad Humana, así como la ampliación de los Programas de Afectividad y Sexualidad, con el fin de que alcancen a todo el estudiantado en todos los niveles y de acuerdo con las necesidades de cada niño, niña y adolescente.

Agradezco sobremanera a la ANEP de Uruguay por habernos permitido adaptar y reimprimir esta obra. De igual manera agradezco a su autor Sergio Meresman, quien nos brindó su valiosa colaboración para hacer posible la adaptación. Esta reimpresión es producto de la colaboración entre países y un símbolo de que la lucha por los derechos humanos no tiene fronteras.



Sonia Marta Mora Escalante
Ministra de Educación, Costa Rica



El autor desea agradecer a las siguientes personas por su colaboración en el proceso de trabajo:

- A Rosangela Berman Bieler, junto a quien se desarrollaron la mayor parte de los conocimientos y experiencias sobre sexualidad y discapacidad que se reflejan en este material.
- A Carmen Castellano, Bernadette Bujan, Mirta Marina y su equipo del Programa de Educación Sexual Integral del Ministerio de Educación (Argentina), Raul Mercer, Andrea Gularte, Lilian Galvao, Fernanda Sodelli, Pat Almeyda, Federico Lezama y Alvaro Arroyo por su lectura cuidadosa del borrador y por las valiosas contribuciones para el mejoramiento de este texto.
- A Stella Cerrutti, Carmen Scavonne, Ma del Carmen Aranda así como a las autoridades del Consejo de Educación Inicial y Primaria (CEIP) y de la Inspección Nacional de Educación Especial por el apoyo institucional brindado a nuestra investigación "El derecho de los niños, niñas y adolescentes con discapacidad a la educación sexual: un aporte a la inclusión" desarrollada a lo largo del año 2011 y en la cual se inspiró este material.
- Un agradecimiento especial a Diego Rossi, Coordinador del Programa de Educación Sexual de ANEP y Valeria Ramos de UNFPA por el acompañamiento brindado a todo el proceso de elaboración de este texto, enriquecido por su experiencia y compromiso hacia la educación sexual y la inclusión.
- Alicia Benitez del Centro de Referencia, que aportó referencias bibliográficas y colaboró en la edición del listado de recursos comunitarios, a Raúl de Mora (UNFPA) y Leticia Schiavo que contribuyeron en la corrección del texto.
- A Judith Meresman, que coordinó los talleres de educación sexual con niños y niñas de donde tomamos las definiciones del "diccionario" que ilustran algunas de estas páginas.

Prólogo a la edición uruguaya

Desde la Dirección Sectorial de Planificación Educativa de CODICEN y en el marco de las acciones del Programa de Educación Sexual para el quinquenio 2015 – 2019 se realiza hoy una nueva edición de "Es parte de la vida", publicación cuya primera impresión se realizó en el año 2012.

Teniendo en cuenta los lineamientos de política educativa y las líneas transversales jerarquizadas para este período por ANEP, ratificamos la vigencia de este *material de apoyo sobre educación sexual y discapacidad para compartir en familia*. Sin duda es un aporte que coopera en la mirada de la educación desde una perspectiva de derechos humanos, que considera la centralidad del estudiante en los procesos educativos y reconoce la diversidad de modos de aprender y de transitar las trayectorias.

"Es parte de la vida" apuesta, además, a la apertura de caminos para llegar a los hogares desde una concepción de la educación como un tema de todos, instituciones educativas y familia, centros educativos y adultos referentes de los estudiantes, cada uno resignificado desde su lugar de referencia. Se trata de aportar a la generación de espacios de encuentro en los que la participación implica la posibilidad de la escucha de todas las voces y la oportunidad de protagonizar los procesos de formación y desarrollo personal de niños, niñas y adolescentes.

La Educación Sexual en contextos de inclusión contribuye a mejorar la calidad de vida de niñas, niños y adolescentes que asisten a nuestras aulas, ya que aporta elementos favorecedores para un desarrollo integral y armónico de la personalidad, en ámbitos de respeto, equidad y tolerancia.

Esta publicación es el fruto del encuentro de saberes y miradas de actores protagonistas de primer orden en educación como lo son los niños, las niñas y los adolescentes, sus familias, los docentes y también técnicos de diferentes disciplinas. Asimismo conjuga el esfuerzo de instituciones públicas y organismos internacionales que ratifican su compromiso con la generación de los mejores escenarios para el acceso a la educación en tanto derecho humano fundamental.

"Es parte de la vida" está en vuestras manos. Ahora son ustedes también protagonistas de este proyecto.

Graciela Almirón

Directora Sectorial de Planificación Educativa

I. Para comenzar...



¿A qué llamamos “sexualidad”?

14

¿Por qué es importante la educación para la sexualidad?

17

La vida cotidiana y las diferencias de género

20

¿Qué enseña el centro educativo?

22

II. La sexualidad de los niños, niñas y adolescentes con discapacidad



Cosas de todos y todas

30

Algunos mitos, tabúes y temores frecuentes ...

38

Actitudes que ayudan

40

¿De qué podemos hablar?

42

La Pubertad

44

Aprendiendo a reconocer los riesgos, a decir que NO y pedir ayuda

47

III. ¡Es parte de la vida!



Algunas recomendaciones específicas

52

Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad intelectual

53

Los niños, niñas y adolescentes sordos/as

58

Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad visual

60

Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad física

62

Los niños, niñas y adolescentes con parálisis cerebral

64

Este material ha sido elaborado para el Programa de Educación Sexual de ANEP por Sergio Meresman del Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo (iiDi) con la colaboración de Valeria Ramos (UNFPA) y Diego Rossi (Programa de Educación Sexual, ANEP-CODICEN).

“Parte de la Vida: Material de apoyo sobre educación sexual y discapacidad para compartir en familia” fue realizado con el apoyo de:

- © UNFPA Uruguay ,
- © UNICEF Uruguay ,
- © Programa de Educación Sexual de ANEP-CODICEN,
- © Naciones Unidas, 2011.ç
- © The Partnership for Child Development (UK) a través del proyecto “Escuela de Todos” que se desarrolla conjuntamente con el Centro de Promoción de Salud (CEDAPS) y el Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo (iiDi)

Diseño gráfico, maquetación e ilustraciones a cargo de Denisse Torena.

Primera edición: Montevideo, enero 2012.



Los textos, dibujos y gráficos de esta publicación no reflejan necesariamente la opinión de Naciones Unidas, ni de la Administración Nacional de Educación Pública, ni de sus diversos subsistemas. Los mismos son de exclusiva responsabilidad de los autores y dibujante.

Este documento es para distribución general. Se reservan los derechos de autoría y se autorizan las reproducciones y traducciones siempre que se cite la fuente. Queda prohibido todo uso de esta obra, de sus reproducciones o de sus traducciones con fines comerciales.

En la elaboración de este material se ha buscado que el lenguaje no invisibilice ni discrimine a las mujeres y a la vez que el uso reiterado de “/o”, “/a”, “los y las”, etcétera, no dificulte la lectura.

Presentación

Durante el año 2011 el Programa de Educación Sexual (ANEP-CODICEN) y el Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo (iiDi) desarrollaron una investigación acerca de la implementación de la educación sexual en contextos de inclusión. En este marco, se realizaron una serie de grupos de discusión e intercambio con padres y madres en Uruguay de niños y niñas que asisten a escuelas especiales de Montevideo y Canelones para conocer sus puntos de vista, necesidades e intereses en relación con la educación sexual. ¿Por qué es importante la educación sexual?, ¿qué debe hablarse en familia y cuándo hacerlo?, ¿cómo y hasta dónde puede desarrollarse la sexualidad de un niño o niña con discapacidad?, ¿cómo manejar las situaciones incómodas y enseñar a cuidar la intimidad y el respeto? Estas y otras preguntas aparecieron con insistencia en el desarrollo de los grupos, muchas veces acompañadas de temores, risas y también incertidumbre. El material que aquí presentamos es un primer intento de responder a algunas de estas preguntas y brindar herramientas para hablar en familia de la sexualidad, partiendo de la información básica y orientando las formas de algunos de los temas claves.

En muchos de estos grupos focales, los padres y las madres repetían una frase que parecía encerrar un reconocimiento sobre la importancia y también el desafío que implicaba para ellos y ellas la educación sexual, particularmente en el caso de sus hijos e hijas con discapacidad. Muchos dijeron “...la sexualidad es parte de la vida...Por eso debemos hablar con ellos, también este tema”.

En esta idea, que la sexualidad es una parte importante de la vida y que en torno a ella se definen muchos de nuestros sueños, proyectos y búsquedas, se inspira buena parte de este material. La educación sexual es una de las herramientas necesarias para construir el proyecto de vida y por lo tanto, debe estar al alcance de cada niño, niña y adolescente. Se trata de una responsabilidad que empieza en el hogar y se continúa a lo largo de la vida. No solo las escuelas sino los medios de comunicación y las redes sociales tienen hoy una enorme influencia en los y las jóvenes y por ello también una parte de esta responsabilidad compartida.

En el caso de los niños, niñas y adolescentes con discapacidad, las temáticas que generan incertidumbre a esta población y sus familias y requieren más apoyo por parte de todos/as, son casi siempre las mismas que movilizan a quienes no tienen discapacidad. En este material, hemos intentado lograr un balance entre temas “generales” de la educación sexual y algunas cuestiones puntuales que tienen que ver con los aspectos sociales y de desarrollo personal que conciernen especialmente a los niños, niñas y adolescentes con discapacidad y a sus familias.

Este material elaborado con apoyo de UNFPA, UNICEF y la colaboración de una red de organizaciones y profesionales vinculados a los temas de infancia y discapacidad, representa un punto de partida en la implementación de acciones que fortalezcan la educación sexual en las escuelas, brindando apoyo y abriendo espacios de participación a las familias y a las organizaciones de personas con discapacidad. Esperamos que sucesivas versiones se enriquezcan de esta colaboración y abonen el camino para un desarrollo saludable y pleno de derechos e inclusión para todas las personas de nuestro país.

¿A qué llamamos sexualidad?

Mientras que los aspectos biológicos de la sexualidad están básicamente definidos por los componentes genéticos, la estructura de los órganos genitales y la capacidad de la procreación, las posibilidades de encuentro entre dos personas ya sea para brindarse placer o para asumir en forma libre, conciente y responsable la creación de un nuevo ser, trae aparejada una serie de circunstancias y factores complejos que son propios de la privilegiada condición que tenemos los seres humanos.¹

Según la Organización Mundial de la Salud, la sexualidad "es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de toda su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual" (OMS, 2006).

Vemos entonces que la sexualidad humana posee varios componentes: biológicos, psicológicos, sociales y también culturales. De esta manera, podemos decir que la sexualidad va más allá de lo físico y biológico y cobra un sentido distinto donde se expresan integralmente las características propias de cada persona. Es uno de los ámbitos en los que la comunicación con otros y otras y la expresión de afectos pueden alcanzar el máximo grado de profundidad e importancia.

Por eso, lo primero a tener en cuenta es que **hablar de sexualidad no es solo hablar de relaciones sexuales**. Sigmund Freud, el creador del psicoanálisis, decía que "en la sexualidad de las personas está incluido el amor en un sentido amplio, tal como lo hablan los poetas". La sexualidad humana tiene aspectos que la distinguen de otras especies: el erotismo, la búsqueda de placer, la necesidad de privacidad, el carácter personal del deseo que se expresa de distintas maneras y a través de diferentes búsquedas. Hablar de sexualidad implica fantasías, pensamientos, salud, etc. hablar de afectos, sensaciones, emociones, sentimientos, significados, etc.



1. Tomado de S. Cerruti, *Documento Curricular, Programa de Educación Sexual*. ANEP-Codicen (2008).

Todas y todos somos seres sexuados y sexuales ya que la sexualidad es una parte importante de nuestra vida y nuestra persona. Existen muchas maneras de sentir, vivir, pensar y ejercer la sexualidad, las que además van cambiando a lo largo de la vida, entre las diferentes personas y las culturas. No hay una forma única y que pueda considerarse "mejor" o "peor" que las demás.

Puede decirse que la sexualidad humana, más que de "órganos sexuales" está hecha de símbolos y significados. Los seres humanos somos la única especie en el reino animal que abordamos la sexualidad a través de la palabra. Es decir que para acercarnos unos a los otros, relacionarnos afectivamente o sexualmente, necesitamos comunicarnos, seducir, convencer. Para eso a veces es necesario escribir un poema, hablar con palabras bonitas, hacer señas, con dibujos, con gestos a la persona que nos gusta, interesarla en nosotros y nosotras son todas cuestiones que solo pueden lograrse a través del lenguaje y la comunicación en un sentido amplio.

Por todo esto, hablar con simplicidad de la sexualidad, puede no ser fácil... Se trata de un tema que encierra muchos de nuestros temores, fantasías, emociones, tabúes, estereotipos. La sexualidad a veces incluye situaciones complejas, difíciles de entender y que forman parte de una de las esferas más íntimas y privadas de las personas. **La sexualidad humana no puede simplificarse.** Es una vivencia en la que no sirven las "recetas" y que debemos considerar siempre sobre la base de la confianza, el afecto, la intimidad y el respeto propio y de las demás personas.



¿Por qué es importante la educación para la sexualidad?

La educación para la sexualidad también transcurre a través de las formas con las que en familia se habla de algunos temas: de dónde (y por qué) vienen los niños y las niñas, cómo ha sido el comienzo de una historia de amor, cuánto alguien sufre cuando es rechazado. **Cuando hablamos en familia de estos temas, estamos haciendo educación para la sexualidad. Pero cuando no hablamos también estamos emitiendo mensajes sobre la sexualidad.** A través de gestos, miradas, sonrisas, rubores e incluso evitando o censurando el hablar del tema, estamos comunicando mensajes que pueden ser determinantes en la educación para la sexualidad que reciben nuestros hijos e hijas.

La educación para la sexualidad debe contribuir a la comprensión de nuestros sentimientos. No solo los sentimientos amorosos sino los de amistad, de compañerismo, de solidaridad, e incluso aquellos más negativos de incomodidad, vergüenza repulsión o rechazo. Debe ayudarnos a sentirnos cómodos y cómodas en nuestra relación con las demás personas y también con nosotros/as mismos/as, nuestro cuerpo y nuestros sentimientos. La educación para la sexualidad ayuda a desarrollar la capacidad de reconocer lo que sentimos, cuándo estamos cómodos y cómodas y cuándo no. Por eso, es parte de los elementos protectores ante situaciones de abuso sexual, coerción o violencia.

La vida cotidiana de la familia es un referente fundamental en la formación sexual de los niños y niñas y adolescentes. A través de la comunicación entre los padres, madres, hermanos, hermanas y otros y otras familiares, los niños, niñas y adolescentes construyen su forma de valorar los sentimientos y comprenden aspectos importantes de la relación entre hombres y mujeres, que les serán de utilidad para relacionarse con otras personas. Es a través de estos vínculos que tienen lugar algunos de los procesos psicosociales que determinarán su identidad sexual.

La manera de relacionarse de la familia le da a los niños y niñas y adolescentes las claves para encontrar la seguridad necesaria, aprender a recibir y dar afecto y construir su autoestima. Es necesario que predomine el diálogo, la escucha y la comprensión en relación con "sus deseos, desde un punto de vista sensible y no egoísta".²



En Costa Rica, la Política de Educación Integral de la Expresión de la Sexualidad Humana (2001), reconoce la responsabilidad, urgencia y obligación del Ministerio de Educación Pública de ejecutar programas de educación para la sexualidad.

Además, la Política Nacional de Discapacidad 2011-2021 [PONADIS], incluye el componente de educación para la sexualidad humana, que señala como labor del sistema educativo la enseñanza oportuna de la sexualidad para las personas con discapacidad, según cada etapa de desarrollo, brindando información científica y objetiva e incentivando valores y actitudes que favorezcan la afectividad, el compromiso, la seguridad y la construcción responsable de su proyecto de vida.

La educación para la sexualidad es necesaria para todos y todas y también para los niños y niñas y adolescentes con discapacidad, pues incluye una parte importante de los conocimientos y habilidades que necesitan para desarrollarse saludables y desempeñarse adecuadamente en el mundo.

Además, contribuye a fomentar en ellos y ellas la madurez y los sentimientos positivos acerca de sí mismos/as, ayudándoles a rechazar ideas equivocadas como que no son dignos y dignas de ser amados o amadas o que nunca podrán mantener una relación afectiva satisfactoria. Después de todo, la salud sexual es una parte importante de la salud física y mental.

Y sobre todas las cosas, la educación para la sexualidad es un derecho de los niños y niñas y adolescentes, que las personas adultas debemos respetar, promover y compartir con ellos y ellas.

2. Behar, Renné; Cerruti. Stella, *La travesía de la vida*, OPS (1994)

La vida cotidiana y las diferencias de género

Los roles de género son transmitidos por la sociedad y forman parte de la vida diaria desde que la persona nace. Por ejemplo, en todas las familias se da un trato diferente para el niño o la niña, tanto en la manera de vestirlos como en la forma de tratarlos, acariciarlos, hablarles. Se enseña por ejemplo que "los hombres no lloran" o que realizar determinadas tareas como cocinar o coser, "es de niñas".

A través de todo esto, la vida cotidiana genera una manera de comprender y actuar los roles de género. A través de la imitación y el juego, los niños y las niñas reproducen las costumbres que han visto en su familia como si fueran una regla permanente y no una simple costumbre de cada época y cada cultura.



Costa Rica ha ratificado la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (mediante Ley N° 8661 de 19 de agosto de 2008), que en su artículo 5 consagra el principio de igualdad y no discriminación y el deber del Estado de prohibir toda discriminación por motivos de discapacidad y de garantizar a todas las personas con discapacidad protección legal igual y efectiva contra la discriminación por cualquier motivo.

Cuando los roles de género son rígidos o estereotipados, limitan mucho las posibilidades de desarrollo de las personas y coartan su libertad. Las personas adultas debemos tratar de romper esos estereotipos y promover que el niño y la niña acceda al más amplio espectro posible de oportunidades, aprendizajes, actividades y proyectos personales.

¿Qué enseña el centro educativo?



El centro educativo no solo brinda conocimientos pertinentes y científicos vinculados al cuerpo, a la reproducción y a la afectividad. También enseña sobre las diferencias de género, sobre los derechos de hombres y mujeres, sobre las diferentes maneras de vivir y expresar la identidad sexual de cada persona. Y lo hace en el momento más oportuno de acuerdo a los intereses y edades de niños y niñas y adolescentes. En el marco de las orientaciones estratégicas institucionales "Educar para una nueva ciudadanía" del Ministerio de Educación Pública (MEP), se reafirma la necesidad de actualización de los programas de estudio de las diferentes asignaturas, considerándose la incorporación de contenidos relacionados con la sexualidad para que sean desarrollados en los diferentes ciclos, niveles y modalidades del sistema educativo nacional.

Cada centro educativo debe colaborar para que los niños y niñas y adolescentes reciban educación integral para la sexualidad, enseñándoles a respetar la diversidad de opiniones, haciéndoles conocer su derecho a expresarse y brindándoles la información necesaria para tomar las decisiones personales que influirán en su vida. La educación para la sexualidad en el centro educativo también es de importancia para proteger a los niños y niñas y adolescentes de la violencia y promover que valoren de manera positiva su cuerpo, su bienestar y su salud.

El centro educativo debe enseñar y promover la igualdad y equidad entre niños y niñas, hombres y mujeres. Es cierto que un hombre y una mujer, un niño y una niña, no son iguales. Pero esas diferencias deben ser respetadas y reconocidas. El derecho a la igualdad, implica que -valorando estas diferencias- las oportunidades en la vida así como las obligaciones y responsabilidades no dependan del sexo de la persona.

Por eso cuando hablamos de la igualdad entre hombres y mujeres nos estamos refiriendo a no discriminar a las personas por su sexo y a valorar siempre la igualdad de oportunidades.

Trato igualitario implica no discriminar a nadie por ser hombre o mujer. El centro educativo y la familia tienen un rol fundamental para garantizar el respeto al derecho de igualdad, promoviendo en todos y todas la capacidad para resolver y decidir sobre su propia vida. El centro educativo debe promover la diversidad humana por la riqueza que implica y porque se trata de un derecho humano, evitando que la discriminación o estigmatización por edad, sexo, orientación sexual, características físicas, lugar de procedencia o residencia, etcétera se acepten de cualquier manera. Para ello debe enseñar las relaciones igualitarias, el buen trato y el respeto mutuo.

* Las definiciones utilizadas en estas ilustraciones, fueron tomadas del "Diccionario de la educación sexual" desarrollado por niños y niñas que asisten a escuelas especiales de Montevideo.

En el centro educativo se busca promover y generar climas de respeto y confianza para que fluya la comunicación y el diálogo sobre los más diversos temas. El intercambio de experiencias y la expresión de emociones, sentimientos, dudas, inquietudes, promueve los aprendizajes a la vez que permite apreciar diferentes puntos de vista, aumentando las posibilidades de comprender al semejante, a uno mismo o una misma y a respetar los derechos de todos y todas.

El centro educativo busca también desarrollar estrategias de trabajo con las familias y la comunidad, acercándoles a los servicios y recursos que están vinculados a su desarrollo y salud sexual y reproductiva.

El Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, incorporó el uso de las tecnologías de la información y la comunicación al sistema educativo, en términos de equipamiento, cobertura y recursos didácticos.

Costa Rica cuenta con la Ley de igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad (Ley N° 7600 del 2 de mayo de 1996), que ha representado un hito significativo para la conceptualización de la discapacidad desde un enfoque de derechos y de equiparación de oportunidades.

El Código de la Niñez y la Adolescencia (Ley N° 7739 del 6 de enero de 1998), ha introducido la doctrina de la protección integral de los derechos de las personas menores de edad.

El Reglamento de Fotografía para Cédula de Identidad del Tribunal Supremo de Elecciones establece que toda persona tiene derecho a que se respete su imagen y su identidad de género al momento de tomarse la fotografía que se inserta en la cédula de identidad (Decreto N° 03-2016).

En el 2015 el Ministerio de Educación Pública de Costa Rica emitió una directriz para que todos los centros educativos se declaren espacios libres de discriminación por orientación sexual e identidad de género. Las comunidades educativas –personal docente y administrativo– están obligadas a velar por el cumplimiento de la disposición.

Creó el Plan Nacional de Tecnologías Móviles (PNTM), *Tecno@prender*, orientado al desarrollo de la educación a través de tecnologías digitales, para apoyar el currículo educativo e innovar en las prácticas docentes. Dentro de ese plan, se posicionó también el modelo de acción *Tecno@cceso*, dirigido específicamente a los Centros de Educación Especial (CEE).

Asimismo, debe garantizarse que personas adultas acompañen a niñas, niños y adolescentes, en el uso seguro de las tecnologías, para evitar cualquier tipo de abusos.

La incorporación del uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los centros educativos no se limita a los recursos que la propia Administración suministre, sino que, para beneficiar el proceso educativo de los y las estudiantes y con fines pedagógicos, se autoriza el empleo y aprovechamiento de los recursos o dispositivos móviles propiedad del estudiantado, tales como; teléfonos móviles, tabletas, reproductores de medios y computadoras portátiles.





Recomendaciones sobre el uso de Internet³

Internet es una excelente herramienta de comunicación que ayuda a nuestros hijos e hijas a disfrutar del aprendizaje, investigar a través de la lectura, comunicarse y hacer amigos y amigas, además de darnos la tranquilidad de saber dónde se encuentran. Sin embargo, aunque están en casa, se encuentran navegando por el mundo y por lo tanto, es necesario que haya una persona adulta que les acompañe.

Como familias, tenemos la responsabilidad de velar por la seguridad de nuestros hijos e hijas, orientándoles sobre los riesgos de este medio y ayudándoles a descubrir la mejor manera de disfrutar de Internet.

Aquí te damos algunas ideas para orientar a tus hijos e hijas para que naveguen de forma más segura:

- 1 Ubicar la computadora en zonas comunes de la casa. Evitar en general que tus hijos e hijas naveguen solos. Es ideal que el monitor siempre sea fácilmente visible por familiares.
- 2 Crear cuentas de usuarios limitadas: configurar una cuenta de administrador con control total sobre el equipo y asignar a tus hijos e hijas cuentas de usuario limitada con controles restringidos. Los usuarios limitados no pueden cambiar la configuración del sistema ni instalar hardware o software nuevo.
- 3 Hacer seguimiento de dónde navegan: chequear el historial de páginas que han visitado. Esto puede hacerse simplemente haciendo click sobre el botón "Historial" en la barra del navegador.
- 4 Bloquear el acceso a las páginas que no son confiables y crear una lista de favoritos con sus páginas preferidas para que tengan acceso directo a ellas.
- 5 Explicarles que no deben brindar información personal o datos de la familia por Internet y que esto incluye la publicación de fotografías donde se pueda deducir la dirección de la casa u otra información personal.
- 6 Si visitan salas de chat o utilizan mensajería, es importante explicarles que deben mantenerse en salas públicas y siempre usar un "nickname", "alias" o seudónimo que no brinde información personal.
- 7 Administrar los contactos de tus hijos e hijas en el programa de mensajería. Para hacerlo: hacer clic en Herramientas, seleccionar opciones y luego elegir la ficha de *Privacidad*, allí agregar las personas que conoces a la lista Permitir y bloquear a todos los demás usuarios.
- 8 Recordar a los niños niñas y adolescentes que no hablen con desconocidos a través de la Web y que nunca deben tener una cita en persona con amigos o amigas virtuales ya que estos pueden no ser quienes dicen ser.
- 9 Explicarles que copiar música, videojuegos y otros programas sin autorización de quien los creó es un delito.
- 10 Existen diversos programas y aplicaciones para filtrar las páginas que no deseas que tus hijos e hijas exploren y evitar que den sus datos personales, pero nada se compara a enseñarles buenos hábitos de navegación.

El sitio web www.crianzatecnologica.org orienta y enseña a padres, madres y docentes a guiar a niños y niñas en entornos digitales sobre uso de Internet y tecnología.

³. Disponible en <http://www.antel.com.uy>



||. La sexualidad de los niños, niñas y adolescentes con discapacidad

Cosas de todos y todas

Los niños, las niñas y los adolescentes con discapacidad son personas sexuadas como todas y tienen también necesidades de amor, ternura y placer.

Ejercer la sensualidad y la vivencia sexual no solo es un derecho que tienen todos los seres humanos sino un importantísimo factor de bienestar.

En este sentido, la Política de Sexualidad 2010-2021 de Costa Rica, señala que negar el derecho a una sexualidad integral puede derivar en un grave daño para el bienestar de las personas (Ministerio de Salud, 2011).

Existe un variado espectro de tipos de discapacidades:

intelectuales, psicológicas, sensoriales, físicas, motrices, etcétera. Los niños y niñas presentan diferentes características según su discapacidad y eso se expresará en la vivencia y ejercicio de sus sentimientos y su sexualidad. Por ejemplo, no es lo mismo un niño o una niña con discapacidad intelectual que puede necesitar que se le hable del tema de manera más simple que a otros niños o niñas de su edad, que un niño o una niña con una discapacidad física que compromete sus funciones corporales o su capacidad de movimiento. A continuación presentaremos algunas características comunes a todos los niños y niñas, para después puntualizar algunas consideraciones específicas en función de las discapacidades más frecuentes.

La discapacidad no implica que la identidad de una persona pueda resumirse a esa condición.

Para comunicarnos con nuestros hijos e hijas sobre las cuestiones sexuales, la mayor parte de las veces alcanza con un poco de sentido común y sensibilidad para entender lo que él o ella necesitan saber. Lo fundamental es el cariño, respeto y atención.



En términos generales, la discapacidad no afecta el deseo sexual de una persona y solo condiciona parcialmente su nivel de funcionamiento y de expresión. Sin embargo, la discapacidad puede afectar las habilidades de comunicación y la imagen de sí mismo, resultando así un factor condicionante de la vida emocional y sexual. A lo largo de este libro, daremos algunos ejemplos sobre las posibilidades que tienen las personas con discapacidad de tener una vida emocional y sexual saludable y gratificante.

El cuerpo puede ser una de las primeras imágenes que uno da a los demás y se modifica a partir de los vínculos que establecemos. En el caso de un niño o niña o adolescente con discapacidad, la imagen de sí mismo o de sí misma parte de un aspecto físico que puede ser diferente a la de la mayoría y debe además incorporar elementos tales como prótesis, bastones, sillas de ruedas, orinales, sondas. Esto implica una serie de desafíos psicológicos en la construcción de la autoestima y el autoestima, el relacionamiento y la convivencia con las demás personas.



La realidad nos muestra que muchas veces las personas con discapacidad enfrentan desde su infancia una serie de barreras que condicionan sus posibilidades de desarrollarse en el terreno de la vida amorosa. La ignorancia y algunas actitudes sociales hacia la discapacidad (basadas en tabúes milenarios) construyen y sostienen la mayoría de las barreras y limitaciones:



⊘ Estigmatizan a las personas con discapacidad, negando y reprimiendo su sexualidad.

⊘ Disminuyen sus oportunidades protegiéndoles y aislándoles en el ámbito familiar.

⊘ Fomentan una baja auto-estima.

⊘ Impiden la participación de los niños y niñas y adolescentes con discapacidad en los espacios, conversaciones y oportunidades de intercambio, juego y relacionamiento (socialización) con otros niños, niñas y/o adolescentes.

⊘ Hacen que las propias familias tengan dificultades a la hora de tomar en cuenta sus necesidades de educación para la sexualidad y brindarles acceso a información preventiva.

Muchas veces el temor, la falta de experiencia y los propios estereotipos acerca de la discapacidad, hacen que no seamos tan buenos/as consejeros o tan afectuosos como desearíamos. Estos temores acerca de las cuestiones sexuales nos llevan a evitar o reducir al mínimo el interés con el tema y damos el mensaje equivocado: "de eso no se habla".

Las personas con discapacidad tienen derecho a vivir su vida afectiva. Tienen proyectos y deseos. La vida afectiva y la sexualidad, entendida en sentido amplio, se manifiesta de la misma manera en todas las personas. Muchas veces, la mayor barrera para un niño o niña y adolescente con discapacidad es la mirada de las demás personas.

Es importante asegurarles la posibilidad de preguntar y pedir información y educación sexual. Necesitan estos conocimientos para relacionarse con las otras niñas y niños y adolescentes y también para relacionarse con las personas adultas en el terreno afectivo: ser respetados/as, sentirse valorados/as, desarrollar vínculos de cariño y ser correspondidos en su necesidad de afecto.

Démosles información. Dejemos que pregunten y respondamos siempre con la verdad. El silencio y las mentiras refuerzan los temores, el misterio y las fantasías erróneas. Pongamos a un lado los estereotipos y temores que nos generan los temas y las situaciones que nos incomodan o que no comprendemos.



No se trata de manejarnos con reglas fijas. ¡Qué diferentes somos todos y todas! Lo realmente importante pasa por considerar las necesidades, posibilidades, maneras de ser y de comunicarse de cada persona y brindar los apoyos necesarios.

La mayoría de las personas debe aprender, por ensayo y error, las actitudes de acercamiento, seducción, conquista, amistad, cordialidad, competencia, solidaridad, la resolución de conflictos y la distribución "adecuada" de nuestros sentimientos y energías afectivas. En el caso de los niños y niñas y adolescentes con discapacidad este aprendizaje puede resultar más arduo o tomar más tiempo, pero igualmente es posible.

Los niños y niñas y adolescentes con discapacidad pueden aprender muchas cosas importantes que les irán ayudando a entender y "manejar" sus sensaciones y deseos.

¿Por dónde empezamos?

Los puntos para comenzar a hablar de la sexualidad con un niño o niña y adolescente con discapacidad pueden variar mucho, pero no difieren demasiado de lo que sucede con otros niños, niñas y adolescentes. Podemos tomar en cuenta algunas cosas que necesitan entender y también tomar como punto de partida sus propias inquietudes y preguntas:

- Lo que es público y lo que es privado: partes del cuerpo, lugares, actividades.
- El cuerpo y sus funciones: información básica necesaria para el cuidado y la higiene.
- Los sentimientos, los límites y las relaciones interpersonales: los contactos, la conversación y el nivel de confianza que resultan aceptables en cada tipo de relación.
- Interacción social: cómo dirigirse a los demás y cómo los demás han de dirigirse a él o ella.
- Seguridad: qué hacer cuando se le toca de forma indebida.
- A quién recurrir si alguien los/las toca o le habla de modo indebida.

Adaptado de "Sexualidad de los niños, niñas y jóvenes con discapacidad", Paola Rivera Sánchez, Revista Educación, Costa Rica 2008

Los más pequeños y pequeñas

Entender y aceptar las diferencias anatómicas entre un niño y una niña, conocer las diferencias asignadas culturalmente entre un hombre y una mujer, y comprender que niñas y niños tienen los mismos derechos y las mismas capacidades para jugar, dibujar, saltar, hacer deportes, etc.

Comprender cómo está formada una familia y la existencia de diferentes tipos de familias.

Comprender por qué y cómo nace un niño o niña (las preguntas acerca de esto suelen aparecer insistentemente ante la llegada de un hermanito/a u otro embarazo o nacimiento cercano).



Conocer las partes del cuerpo y las principales funciones anatómicas, así como los aspectos vinculados a la higiene corporal.

Saber que la sexualidad, el deseo, el placer, la curiosidad, los sentimientos forman parte de todos y todas: papá, mamá, hermano, hermana etc. Las otras personas conocidas los tienen. Se trata de cosas íntimas, pero no "sucias" ni vergonzosas.

Comprender la necesidad de resguardar algunas partes de su cuerpo al ámbito privado. No hay por qué reprimir la sexualidad, pero hay momentos y lugares para las cosas íntimas.

Comprender el autoerotismo y los juegos autoeróticos como una forma saludable de ejercer y explorar su sexualidad.

Los más grandes

(algunos ejemplos)

Comprender no solo su cuerpo y las principales funciones anatómicas sino los sentimientos agradables y desagradables que están relacionados con algunas zonas corporales.

Aprender a respetar la igualdad de derechos entre los hombres y las mujeres independientemente de la orientación sexual, identidad de género, edad, color de piel, etc.

Entender las relaciones entre las personas más allá de los vínculos familiares, por ejemplo qué significa una amistad y que implica una relación de una pareja. Comprender qué hay en común y cuáles son los límites y diferencias entre estos tipos de relaciones.



Conocer el derecho a decir que no cuando no se desea ser mirado/a, tocado/a o aproximado/a de alguna manera. Desarrollar estrategias de comunicación. El uso del Sí y el No debe iniciar desde las edades más tempranas.

Saber cómo se produce un embarazo y las formas de prevenirlo.

Conocer las infecciones de transmisión sexual más comunes y cómo prevenirlas.

Comprender las distintas formas de sentir y vivir la sexualidad, aprendiendo a respetarlas y valorarlas como expresiones de la diversidad humana.

Aprender maneras de "negociar" en forma consciente cuándo y bajo qué condiciones llevará adelante una relación amorosa.



Estos aprendizajes comienzan desde las primeras etapas de la vida. Deberán ser enseñados en varias etapas a lo largo de los años. No debemos pensar que como "son pequeños" no entienden y esperar a que crezcan, llegue la adolescencia o surja algún problema para hablar con ellos y ellas de estos temas.

Las actitudes de las personas adultas inciden desde antes aún que los niños y las niñas lleguen al mundo y los influyen desde antes que puedan hablar o caminar. Un niño/a bebé que descubre su cuerpo y explora sus genitales, necesita que la persona adulta lo trate con cariño (al bañarlo/a o cambiarlo/a) y estimule positivamente el placer (hablándole, cantándole) y evitar sobre todo que su necesidad y curiosidad de procurarse afecto sea registrada como algo negativo o "sucio".

Algunos mitos, tabúes y temores frecuentes

 A veces se cree que...

 Sin embargo...

“Los niños y niñas con discapacidad se sienten deprimidos, frustrados, son agresivos y muchas veces manipuladores”

Muchos niños y niñas con discapacidad son vitales, alegres y tienen un especial sentido del humor. No es correcto generalizar o atribuirles siempre un comportamiento negativo.

“Necesitan siempre que se les proteja y cuide”

El paternalismo y la sobreprotección no son una buena manera de cuidar. Cuanto más sepan, mejor. Y sobre todo: cuanto más consigan valerse por sí mismos mejor.

“Es un poco ‘tonto’ o tonta, no conoce los límites o no entiende”

No trate a su hijo o hija con discapacidad como si fuera eternamente un niño o niña o no comprendiera. A medida que su hijo o hija vaya creciendo, procure que comprenda las cosas por sí solo o por sí sola siempre que sea posible. No subestime ni ponga límites a sus posibilidades de aprendizaje y superación.

“Las personas con discapacidad no son deseadas o atractivas”

Todas las sociedades promueven determinadas ideas acerca de la belleza y la perfección exterior de hombres y mujeres. Promueven así valores e ideales de belleza física y nos convencen de que hay que ser “súper modelos” o contar con determinadas características físicas para poder atraer a las demás personas. Se olvida así el valor principal de cada persona: sus sentimientos, su personalidad, sus deseos, sus acciones.

sobre las personas con discapacidad.

 A veces se cree que...

 Sin embargo...

“Las personas con discapacidad no pueden tener sexo”

Los hombres y mujeres con discapacidad pueden disfrutar del amor, expresar su sexualidad y también tener relaciones sexuales con responsabilidad y siempre que lo deseen. No hay limitaciones pre-establecidas y en la mayoría de los casos, cada persona encuentra su propio límite a través de experiencias sucesivas que solo puede vivir y procesar por sí misma.

“Las personas con discapacidad no son sexualmente muy atrevidas”

Las personas con discapacidad tendrán sus preferencias para realizar un acto íntimo. Pueden tener deseos e ideas para transmitir y vivir su sexualidad.

“La gente que se encuentra institucionalizada no debería tener sexo”

En la mayoría de las instituciones se pierde el derecho a la intimidad. Sin embargo, cuando se facilitan condiciones apropiadas, las personas con discapacidad que están institucionalizadas pueden encontrar también su forma de acceder al placer de una manera digna.

“Las personas con discapacidad nunca serán agredidas sexualmente”

Muchas veces se cree que las personas con discapacidad no corren riesgo de ser agredidas sexualmente. Sin embargo, la realidad es la contraria: las personas con discapacidad se encuentran más propensas a sufrir abusos sexuales y tienen menos posibilidades de conseguir ayuda y protección.

Actitudes que ayudan a favorecer la vivencia afectiva-sexual:

- ✿ Exprese buenas expectativas acerca de su desempeño y su desarrollo. Hable con ella o él acerca del futuro y ayúdela a proponerse metas, encontrar los caminos hacia ellas y ganar confianza en sí misma o en sí mismo. Los objetivos y sueños a futuro sirven para ir caminando.
- ✿ Aproveche las oportunidades para estimularle a tomar sus propias decisiones.
- ✿ Siempre que sea posible, dele la oportunidad de moverse libremente y desempeñarse en forma autónoma. Para cualquier persona, hacer sus elecciones y tomar sus propias decisiones de la forma más independientemente que sea posible, es una posibilidad de aprender, crecer y ganar confianza en sí mismo o en sí misma.
- ✿ Demuéstrele que usted conoce sus habilidades y posibilidades.
- ✿ La interacción con otros niños, niñas o jóvenes es muy importante: a ellos y ellas les llama mucho la atención las discapacidades de otros niños, niñas o personas adultas. En un primer encuentro con su hijo o hija, seguramente van a mirarle fijamente y con curiosidad. No se sienta con vergüenza ni reprima su curiosidad. Deje que interactúen, hableles sobre las discapacidades y ayúdeles a entender que la gente es diferente. ¡Tómelo como parte de la educación!
- ✿ Es importante ser uno mismo y una misma y hablar con naturalidad, dirigiéndose siempre directamente al niño o a la niña y adolescente. No piense que él o ella no lo entienden.
- ✿ No mentir. Dar explicaciones que se puedan entender de forma simple, concreta, oportuna y respondiendo lo que están preguntando. A veces las personas adultas damos largas explicaciones sobre aspectos muy concretos. Si preguntan por dónde salen los bebés, hay que responder por dónde "salen" y permitir que vuelvan a preguntarlo varias veces si es necesario. Cuando deseen saber cómo o por donde "entran" es decir "de dónde vienen los niños", lo preguntarán y ese será el momento de responderlo.
- ✿ No hable de las dificultades de su hijo o hija ni de aspectos que atañen a su intimidad, con otras personas cuando está adelante de ellos o de ellas. De esta manera se les avergüenza y falta el respeto.

- ✿ Esto no solo aplica para la sexualidad sino para la vida cotidiana en general. Se debe hablar integralmente de estos temas, deteniéndose en las cuestiones vinculadas a la privacidad del cuerpo y de las zonas íntimas.



- ✿ Es útil apoyarse en láminas, muñecas, cuentos, etcétera, pues ayudan a la comprensión y a la explicación. Hoy también podemos encontrar interesantes videos en internet sobre la fecundación y el desarrollo del bebé en el útero y el parto, que son un recurso valioso para familias y educadores, siempre y cuando ese sea el nivel de detalle que las personas menores de edad están deseando conocer.

¿Por qué me preguntas eso?

Las preguntas que hacen los niños y las niñas son importantes porque permiten conversar. Muchas veces, la conversación es más importante que la respuesta. El maestro José Pacheco cuenta una anécdota muy interesante acerca de la importancia de cultivar las preguntas.

“Un niño se acerca a mí y pregunta: “maestro, ¿la pila de mi reloj es un ser vivo?”. ¿Qué debo responderle? ¿Cuál es la respuesta correcta? Yo podría responderle que no, pues según los libros de Ciencias Naturales de 4to Grado, “ser vivo” es aquel que tiene la capacidad de nacer, crecer, reproducirse y morir. Pero esa no es la respuesta correcta. La respuesta correcta es ¿Por qué me preguntas eso?”

Si yo digo al niño... “¿por qué me preguntas eso?”, me responde de una forma apasionante: “Maestro, lo que pasa es que esta pila en realidad es de cuarzo, yo ví en la internet que el cuarzo es un elemento muy antiguo, que nació hace millones de años, las moléculas de cuarzo tienen una capacidad para unirse, van sumándose y así crecen. Fíjese maestro... además de eso, yo ví en un museo que por efecto de movimientos en la tierra las piedras que contienen el cuarzo se dividen, o sea se multiplican! Y además... mi reloj se ha quedado parado... ¡sin pilas! ¡Las pilas han muerto! Así que yo pienso que el cuarzo es un ser vivo”.

Es importante dar lugar a la pregunta, estimular las teorías que los niños y niñas tienen acerca del mundo y de las cosas.

¿De qué podemos hablar?

El desarrollo sexual (físico y emocional) forma parte del desarrollo integral de un niño, niña o adolescente y parte del proceso por el cual se convierte en “persona adulta” y aprende a ser tratada como tal. Por eso es tan importante.

Sin embargo, en nuestra sociedad, es común que asociemos este desarrollo hacia la etapa adulta con la posibilidad de formularnos un proyecto de vida y de pareja: conseguir un trabajo o una carrera profesional, formar una familia, la maternidad o la paternidad. Todas estas posibilidades pueden llegar a ser más complicadas en el caso de una persona con discapacidad.



“Cuando mi hija tuvo su primer período... yo estaba aterrorizada. Significaba que mi hija ¡ya era una mujer! Y también significaba que podía quedarse embarazada. Ella tiene un retraso intelectual, por lo que me ha costado enseñarle que se cuide por sí misma y se higienice cuando le viene la regla... ¡pero es tan lindo verla orgullosa de ser una mujer!”

Madre de una adolescente con discapacidad

Soñar, imaginar proyectos y construir un horizonte hacia el cual caminar es tan necesario para un niño o niña con discapacidad como para cualquiera. Ayude a su hijo/a hablar y pensar sobre estas cosas, comprenderlas y construir así sus desafíos a futuro.

¿De qué podemos hablar con ellos y ellas?

2 - 9 años

- De las diferencias entre niños y niñas.
- De las partes del cuerpo.
- De cómo nacen los niños y las niñas.
- De los lugares y conductas públicas y privadas.
- De los modos de reconocer y decir no ante contactos indebidos y abusivos.
- De la auto-estimulación o auto-erotismo.
- De la valoración de la integridad humana.
- De evitar estereotipos por aspecto de género.

10 - 14 años

- De la menstruación y otras transformaciones típicas de la pubertad.
- De los sentimientos y emociones relacionadas con el deseo y la atracción.
- De la orientación sexual.
- De qué significa crear y mantener una relación afectiva.
- De los juegos pre-sexuales y sexuales.
- De las relaciones interpersonales.
- De la formación y valoración de la auto-imagen

15 años en adelante

- De las diferencias entre sexo y amor.
- De las infecciones de transmisión sexual y de las formas de prevenirlas.
- De la responsabilidad que implica una relación sexual.
- De las responsabilidades que implica ser madre o padre.
- De la prevención del embarazo.
- De las relaciones abusivas y cómo prevenirlas.
- De la violencia sexual y la importancia de la denuncia.

Adaptado de P. Rivera Sánchez (2008)

La pubertad

La pubertad de un niño o niña con discapacidad es una fase compleja, llena de nuevos desafíos y cambios a los que también la familia debe ajustarse. El cuerpo cambia, las hormonas hacen su trabajo, los estados de ánimo y el humor cambian abruptamente. Además de esto, muchas veces la pubertad implica “desajustes” entre la edad cronológica y la edad “mental” o de maduración.



A los padres, madres y familias muchas veces les cuesta reconocer esta nueva situación. Es bastante común que se tenga el impulso de negar o reprimir el interés que aparece en los niños, niñas y adolescentes por las cuestiones sexuales, o no se logre responder cálidamente a las nuevas preguntas y necesidades. Sin embargo, es muy importante no “cerrar los ojos” y ofrecer espacios para conversar de los temas que se tornan más inquietantes, así como dejar espacio libre para la intimidad y la “vida privada” que también necesitan los/as adolescentes.

Aprendiendo a respetar la privacidad

Aprender a respetar su propia privacidad y la de otras personas, es muy importante en el proceso de crecimiento y maduración. Se trata de comprender la necesidad de **reservar algunas palabras, situaciones y comportamientos, a momentos y lugares íntimos y privados, para evitar ofender o ser ofendido por otros y otras.**

La importancia de respetar la privacidad se transmite de muchas maneras en la relación entre un niño, niña o adolescente y su familia. No se trata solo de decirlo sino de transmitirlo en hechos concretos para que el niño, niña o adolescente tenga la posibilidad de encontrar sus espacios y momentos privados, por ejemplo: ir al baño en forma autónoma, ver que los demás se dan vuelta cuando alguien se cambia, encontrar que hay lugares y momentos que toda la familia trata y respeta como íntimos.

La privacidad se aprende a respetar a través del vínculo que las familias tienen con el niño o niña. Es importante por ejemplo:

- Fomentar que su hijo/a vaya al baño solo/a o que se quede solo/a cuando está allí (siempre que sea posible),
- Enseñarle con el ejemplo que hay lugares privados para cambiarse o vestirse,
- Hablar en forma privada o íntima de algunos temas, demostrando que algunos temas no se conversan en público.

Sin embargo es cierto que la falta de autonomía de algunos niños, niñas o adolescentes debido a su discapacidad conlleva la necesidad de un contacto físico para realizar ciertas actividades de la vida cotidiana (tener que ser cargado/a, bañado/a, vestido/a, etcétera). Esto trae como consecuencia una distinta situación al momento de establecer límites personales.

En el caso de que el niño, niña o adolescente necesite ayuda para ir al baño, vestirse y desvestirse, moverse o desplazarse, debe tomarse en cuenta que la privacidad tendrá otros límites. A pesar de esto, es muy importante reservar algunos lugares y momentos a los cuales solo puede accederse si el niño, niña o adolescente lo autoriza. Debe fomentarse (en la medida de las posibilidades) la comprensión de estas reglas, pidiéndoles permiso cuando se les va ayudar, preguntándoles si desean hacer algo, resguardando su lugar privado con una puerta o una cortina cerrada.



Aprendiendo a reconocer los riesgos, a decir que NO y a pedir ayuda

Todos los niños, niñas y adolescentes con discapacidad necesitan informarse acerca de las relaciones sexuales, las formas de prevenir un embarazo y las infecciones de transmisión sexual. En relación con el embarazo, es necesario explicarles cómo funciona el cuerpo del hombre y de la mujer, en qué consiste la fertilidad y de qué manera queda embarazada una mujer.

Es muy importante brindarles información sobre las infecciones de transmisión sexual y las formas de prevenirlas. Para ello, es bueno que estén familiarizados con los diferentes métodos anticonceptivos y conozcan cómo pedir ayuda (en caso de necesitarla) para utilizarlos adecuadamente.

Sin embargo, no solo la información cuenta a la hora de decidir sobre la sexualidad. Los sentimientos son muchas veces confusos y (para un o una adolescente con discapacidad como para cualquiera), existirán conflictos emocionales y situaciones difíciles de manejar. No se trata de decirles lo que "no deben hacer" sino ayudarles a pensar que muchas veces las personas hacemos cosas sin pensarlo bien o sin tomar las debidas precauciones.

Las familias deben transmitir claramente que las relaciones sexuales no son para los niños o niñas sino para las personas adultas y que solo deben ocurrir cuando éstos lo desean y aceptan, sin que exista coerción o presión de ningún tipo. Tener relaciones es un acto muy íntimo e importante en la vida y que no debe hacerse con cualquier persona que conozcan, sino cuando realmente se sientan bien con esa persona y los dos estén de acuerdo.

Las personas con discapacidad también son vulnerables al abuso sexual. Puede ocurrir que por su aislamiento, sus dificultades para comprender las intenciones de otro/a, se vean inducidos o coercionados a realizar prácticas sexuales. Muchas veces, los niños o niñas o aún adolescentes, en especial con discapacidad intelectual, simplemente no saben cómo decir que no, escapar de una situación comprometedoras o defenderse de algo que no quieren hacer. Es muy importante enseñarles a reconocer aquello que no les gusta o les hace sentir mal y a no tener miedo a decir que no.

Pero los niños, niñas y adolescentes también aprenden a ser capaces de defenderse y salir de situaciones adversas. Es por ello que debemos brindarles herramientas que les ayuden a prevenir abusos, detectando las situaciones de riesgo lo más pronto posible para interrumpirlas y escapar siempre del peligro de la manera que esté más de acuerdo a su edad o posibilidades. Para ello, es fundamental darles información y educarles acerca de la sexualidad, acompañándoles en el proceso de comprender cómo relacionarse y qué precauciones tomar.

Es fundamental que puedan conversar con personas adultas de confianza sin temor. El mensaje de la familia debe transmitir que no es bueno guardar secretos que nos dañan y que cuentan con personas que los aman y en quienes pueden confiar.

Acerca de la “sobreprotección”

La sobreprotección impide que los niños y niñas y adolescentes vivan experiencias habituales e ineludibles para su socialización y para adecuarse al entorno y los años de vida que tienen.

La sobreprotección solamente protege a los niños, niñas y adolescentes de una cosa: De experimentar la vida. A vivir se aprende viviendo...

La persona adulta es adulta porque es autónoma... es decir que ha adquirido en su infancia (y emplea plenamente) las habilidades sociales que los niños y las niñas deben aprender para integrarse a la sociedad.

*Adaptado de Javier Bellina de los Heros
(memoriasdeorfeo.blogspot.com)*





III. ¡Es parte de la vida!

Algunas recomendaciones específicas

En esta sección, daremos algunas pistas y recomendaciones específicas para compartir en familia acerca de la sexualidad de niños y niñas y adolescentes con distintas discapacidades.

Hay muchos tipos de discapacidades y limitaciones funcionales en la diversidad humana y no pretendemos cubrir todos los casos en esta guía. Además, cada día surgen nuevas manifestaciones de la diversidad humana.

Lo más importante es percibir que todas las personas somos diferentes en nuestra individualidad a la vez que iguales en nuestros derechos como personas, incluyendo el derecho a la educación para la sexualidad como parte de la vida.



Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad intelectual

No es imprescindible la intervención de un profesional o un especialista para comprender y comunicarse con un niño, niña o adolescente con discapacidad intelectual sobre su sexualidad. Basta con respetar sus tiempos, comprender sus necesidades y enseñarle algunas pautas básicas acerca del lugar y momento más adecuado para conversar sobre esto. Puede llevar un tiempo encontrar la forma de comunicarnos, pero el resultado será muy valioso para él y gratificante para nosotros (Aznar y G. Castañon, 2006).

Los niños y niñas y adolescentes con discapacidad intelectual a veces necesitan algo más de tiempo que los demás para comprender las cuestiones referidas a su sexualidad. Las reiteraciones, el lenguaje llano y sencillo, las indicaciones claras y por pasos, los mensajes breves (dosificando la información) suelen ser buenos recursos para hacernos entender y saber qué necesitan.

Los niños, niñas y adolescentes que tienen menos posibilidades de comunicación a través del lenguaje suelen usar gestos para hacerse entender. Las fotos, los dibujos simples y sobre todo las situaciones cotidianas y no artificiales (algo que pasa en la TV o que surge durante un paseo en la calle) son la mejor manera de comunicarnos con ellos y ellas y enseñarles.

Los acuerdos entre los distintos miembros de una familia (madre, padre, hermanos, hermanas, abuelos, abuelas u otras personas que convivan en el hogar) son muy importantes para que haya coherencia en el mensaje, las reglas y la información que se da.

La Pubertad

En general, los niños y las niñas con discapacidad intelectual comienzan la pubertad a la misma edad que todos y experimentan los mismos cambios físicos y hormonales. Pero un niño o una niña con discapacidad intelectual necesitará de más educación y más apoyo para comprender los cambios que implica la pubertad y para adaptarse a ellos.

Probablemente, emergerán impulsos y experiencias del cuerpo sin que el niño o la niña logre tener una clara representación o comprensión de lo que siente. Aún así, comprenderá que a través de algunas zonas del cuerpo, puede experimentar sensaciones placenteras. Sin saber qué es exactamente lo que ocurre con su cuerpo, si es bueno o malo o cuándo y cómo puede manejarlo, lo disfrutará y no podrá evitar desearlo.

Los niños y las niñas que necesitan mayores cuidados y apoyo, requerirán una atención muy personalizada y paciente hasta lograr expresar su sexualidad de una manera adecuada y positiva. Por ejemplo, es probable que les cueste comprender los conceptos de lo que es público y lo que es privado, y cuáles son las conductas más apropiadas en cada caso. Sin embargo, los padres y las madres encontrarán muchas ocasiones en las que reforzar un mensaje útil y tranquilizador sobre este asunto.

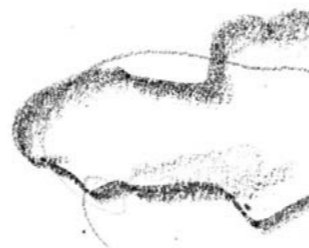
El auto-erotismo o la auto-estimulación suele originar constantemente conflictos entre el niño, niña o adolescente y su familia, sobre todo cuando se realiza frente a otras personas y con relativa frecuencia. Debemos tomar con calma esta situación a la que no estamos acostumbrados/as. Es conveniente no dramatizar ni castigar al niño, niña o adolescente con prohibiciones y castigos cuyo motivo no puede comprender y que contribuyen a aumentar su inseguridad. Es necesario hacerle comprender que se trata de ayudarlo/a para no comportarse de un modo que será socialmente rechazado.

RECUERDE

Las personas con síndrome de Down pueden tener relaciones sexuales, y las tienen.

Los varones no son fértiles. Las mujeres sí.

Cuando una mujer con síndrome de Down queda embarazada tiene un 50% de probabilidad de tener un bebé con síndrome de Down.



Para compartir en familia

Algunas películas (que están disponibles en cualquier videoclub) pueden ser una buena manera de acercarse a hablar en familia de los sentimientos, deseos, encuentros y desencuentros amorosos que vive una persona con discapacidad. En este caso le recomendamos por ejemplo:

- ☁ *¿A quién ama Gilbert Grape?* Una película estadounidense del año 1993 con Leonardo Di Caprio, quien obtuvo varias nominaciones al Oscar por su personificación de un adolescente con discapacidad intelectual.
- ☁ *Mi nombre es Sam.* Trata acerca de un hombre adulto con discapacidad intelectual (leves) quien asume la paternidad de una niña. La película narra, al compás de los Beatles, las dificultades que tienen que atravesar cuando, a partir de los 7 años la niña empieza a tener más capacidad intelectual que su padre. Mientras el estado cuestiona la capacidad de Sam para educar a su hija, el filme nos hace recapacitar sobre lo que en verdad es necesario para la pequeña y el derecho de la paternidad o maternidad de las personas con discapacidad. Siempre brindándoles los apoyos necesarios.
- ☁ *Sin drama de Down. Un lenguaje propio.* Película protagonizada por jóvenes con síndrome de Down argentinos/as. Cuenta la historia de un grupo de personas con síndrome de Down que viven en comunidad, hasta que la casa que habitan tiene que ser desalojada. A partir de ese conflicto se origina la trama guiada por la igualdad y la integración como factores claves..
- ☁ *"Pipas no ar...yo también quiero volar".* Video que recopila la experiencia de educación sexual realizada por este programa con adolescentes y jóvenes con síndrome de Down. (Disponible en la Central de Recursos del Programa de Educación Sexual- PES)
- ☁ *Yo también.* Película española, ganadora de varios premios en el 2010.

Recursos en Internet

Una experiencia de "entrenamiento creativo" desarrollada en Colombia para preparar a adolescentes y jóvenes con síndrome de Down. Acceda haciendo una búsqueda en Youtube con las palabras "MQP sexualidad en personas con síndrome de down 1" o bien directamente a través de estos enlaces:

Parte I <http://www.youtube.com/watch?v=USUE4zZMBo>

Parte II http://www.youtube.com/watch?v=Z0_AskFdnPw&feature=related

Parte III http://www.youtube.com/watch?v=B5t_T0EfmFM&feature=related

Mamá tiene síndrome de Down⁴

Hay en el mundo cerca de 30 casos documentados de mujeres con síndrome de Down que dieron a luz. Una de ellas es Gabriela, esposa de Fábio y mamá de la pequeña Valentina.



Gabriela y Fábio con Valentina. La postura positiva de la mamá de Gabriela, fue determinante en el desarrollo de su hija. A pesar que durante su infancia tenía miedo del agua y a las caídas, aprendió a nadar y a andar en bicicleta. Tomó clases de Judo y llegó a cinturón marrón. Hizo ballet. En su ciudad, todo el mundo conoce un poco de su historia.

En familia

Valentina no heredó la discapacidad intelectual de su padre, Fábio, ni el síndrome de Down de su madre, Gabriela.

“¡La panza de Gabriela está dando patadas!” En medio de una broma inocente y un poco chismosa, el estudiante Fábio Marchete de Moraes de 28 años, dejó escapar que él y su compañera jugaban a “examinar” el vientre de ella. Fábio no imaginaba que esas pataditas partían de un bebé en gestación.

Gabriela Andrade Demate, la muchacha de la panza, que también tiene 28 años, no sabía aún que estaba embarazada. A pesar de llevar tres años juntos, de compartir el mismo techo y la misma cama, Fábio y Gabriela creían que el sexo entre ellos no estaba permitido. Sus padres nunca les habían dicho, de manera explícita, que estaban de acuerdo en que ellos tuvieran ese tipo de intimidad. Gabriela tiene síndrome de Down. Fábio tiene discapacidad intelectual.

Desconfiando de la panza creciente de Gabriela un amigo de Fábio decidió hablar con la madre de la muchacha. Una prueba de embarazo comprada a las apuradas en la farmacia, no bastó para eliminar las dudas. *“Ví las dos barritas en el examen, pero no podía creer que mi hija esté embarazada”,* afirma Laurinda Ferreira de Andrade. *“Llevé a Gabriela a tres ginecólogos y ninguno me dió la seguridad de que ella pudiera tener al niño. Percibí que se estaba poniendo mas gordita, pero creía que solo estaba comiendo mucho”.*

La gestación avanzada fue descubierta a los seis meses generando miedo y muchas dudas en la familia. Hasta el nacimiento prematuro de Valentina, pasaron cerca de 60 días. *“Fueron los más largos de mi vida”,* dice Laurinda. *“Mi hija no había hecho*

ninguno de los controles pre-natales que son recomendados desde el inicio del embarazo. Por causa del síndrome de Down, ella podría tener problemas cardíacos. Era un embarazo de riesgo”.

A pesar de que la inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad está lejos de ser perfecta, Gabriela representa una generación que viene abriéndose caminos inéditos. Cuando ella nació, en 1980, no era muy común ver niños con síndrome de Down en las calles de la ciudad de Socorro, municipio de Sao Paulo, donde creció.

La desinformación –incluida la de los propios profesionales de salud– perpetúa mitos que la ciencia ya derrumbó. No es común, pero se sabe que las mujeres con síndrome de Down pueden quedar embarazadas. *“En todo el mundo, hay apenas unos 30 casos documentados de mujeres con síndrome de Down que tuvieron hijos”,* dice Siegfried M. Pueschel, genetista del Rhode Island Hospital, en los Estados Unidos, uno de los principales estudiosos del síndrome.

Los hombres con síndrome de Down son casi siempre estériles. En la literatura médica, solo hay tres casos documentados de hombres con síndrome de Down que han sido padres. Pero con las mujeres es distinto. *“Un tercio de ellas es fértil. Un tercio ovula irregularmente. Y un tercio no ovula”,* afirma el genetista Juan Llerena, del Instituto Fernandes Figueira (Fiocruz). *“Hoy, los jóvenes que tienen el síndrome están más expuestos a la vida social y a la sexualidad. Muchos de ellos trabajan, tienen amigos, salen a divertirse. Antes no era así, era muy común que se quedaran recluidos en la casa”,* dice Pueschel. ■

4. Tomado de Revista Época, Sept 2008. Accesible en: <http://revistaepoca.globo.com/Revista/Epoca/0,,EMI11982-15228,00-MAMAE+E+DOWN.html>

Los niños, niñas y adolescentes sordos/as

Está comprobado que la comunicación y el lenguaje son herramientas inherentes a la especie humana. La principal característica de los niños, niñas y adolescentes sordos/as con discapacidad auditiva consiste en que muchas veces el lenguaje y la simbolización se encuentran limitados.

En principio los niños y las niñas sordos/as no están limitados solo por su discapacidad auditiva, sino porque encuentran menores oportunidades de diálogo y menos motivación a relacionarse con quienes les rodean. El déficit auditivo en sí mismo no impide que se desarrolle la capacidad de simbolizar y de comunicarse.

La sordera suele afectar el desarrollo de las primeras relaciones interpersonales cuando la familia no consigue generar recursos comunicativos adecuados. Un dato para considerar es que si bien el 90% de los niños sordos nacen en hogares oyentes (Allen, 1986), la mayoría de sus padres y madres no acceden a la lengua de señas. El resultado muchas veces implica que el niño y la niña no cuente con las habilidades sociales y emocionales que requiere para compartir su tiempo con otras personas. Además de esto, la información esencial en relación a temas de la vida cotidiana se ve limitada o fragmentada.

La lengua de señas se apoya en el cuerpo de las personas y se construye con elementos del cuerpo: los movimientos, las formas de la mano, los gestos. El niño y la niña sordo/a tendrán una manera visual de entender el mundo y las relaciones entre las personas.

Muchas veces las señas relacionadas con la sexualidad son "vistas" por los oyentes como "demasiado explícitas" ya que involucran "literalmente" las partes del cuerpo y a veces necesitan tocarlas para comunicarlas. Estos aspectos son inherentes a la cultura sorda y también a su manera de tratar la sexualidad.

De igual manera, en la medida que las señas son vistas por todos/as los que comparten un mismo espacio físico; no existe la posibilidad de hablar en secreto, o en voz baja, como hacen los oyentes cuando necesitan tratar un tema privado.

Los niños, niñas y adolescentes sordos/as necesitan información sobre sexualidad y posibilidades de hablar y pensar acerca de las relaciones de pareja, de los sentimientos y lo que significan para cada hombre y cada mujer.



Todo lo que se desea decir es visto. Es difícil explicarles a los niños y las niñas las ideas de 'privado', 'secreto', 'confianza' o 'intimidad'. Recuerde que necesitará explicar esas ideas más de una vez. Use diferentes señas, gestos, dibujos y palabras hasta estar seguro de que su hijo o hija le hayan entendido.

Igualmente, siempre pueden surgir problemas, angustia y confusión. Es importante tomar en cuenta la necesidad de apoyo en este terreno, especialmente cuando surgen situaciones vinculadas a una relación sexual que puede ser no consentida, a posibles infecciones de transmisión sexual o a embarazos. Es fundamental que la familia de un niño/a o adolescente sordo/a facilite su acceso a información sobre salud sexual y reproductiva y promueva espacios donde pueda acceder a recursos de auto-cuidado y prevención.

Para compartir en familia

Algunas películas (que están disponibles en cualquier videoclub) pueden ser una buena manera de acercarse a hablar en familia de los sentimientos, deseos, encuentros y desencuentros amorosos que vive una persona sorda. En este caso le recomendamos por ejemplo:

Y su nombre es Jonah. Una película de 1979 sobre una pareja cuyo hijo, con aparente discapacidad intelectual, fue institucionalizado, hasta que se dan cuenta que en realidad el niño era sordo. Cuando Jonah aprende la lengua de señas, se "libera" de las barreras que lo alejaban de su familia

El milagro de Ana Sullivan (la vida de Hellen Keller). Annie Sullivan llega a casa de los Keller para encargarse de una tarea casi imposible: enseñarle el mundo exterior a Helen Keller, una niña de siete años ciega y sorda desde los dieciocho meses, a causa de una enfermedad

Recursos en Internet

La historia de Romina, un breve relato sobre una niña sorda, en lengua de señas del Uruguay, desarrollado en Rivera por Cinchufe y Centros MEC, puede accederse a través de <http://cinchufe.wordpress.com/about/> o bien directamente en youtube: <http://www.youtube.com/watch?v=pt51WNcw8o&feature=related>

Campaña de Costa Rica (UNFPA): EnSEÑando Sexualidad: <http://unfpa.or.cr/index.php/actualidad/3-actualidad/921-campana-para-personas-sordas-en-temas-de-sexualidad>

Un excelente sitio web con cuentos en lengua de señas y otros materiales valiosos: <http://www.adas.org.ar/>

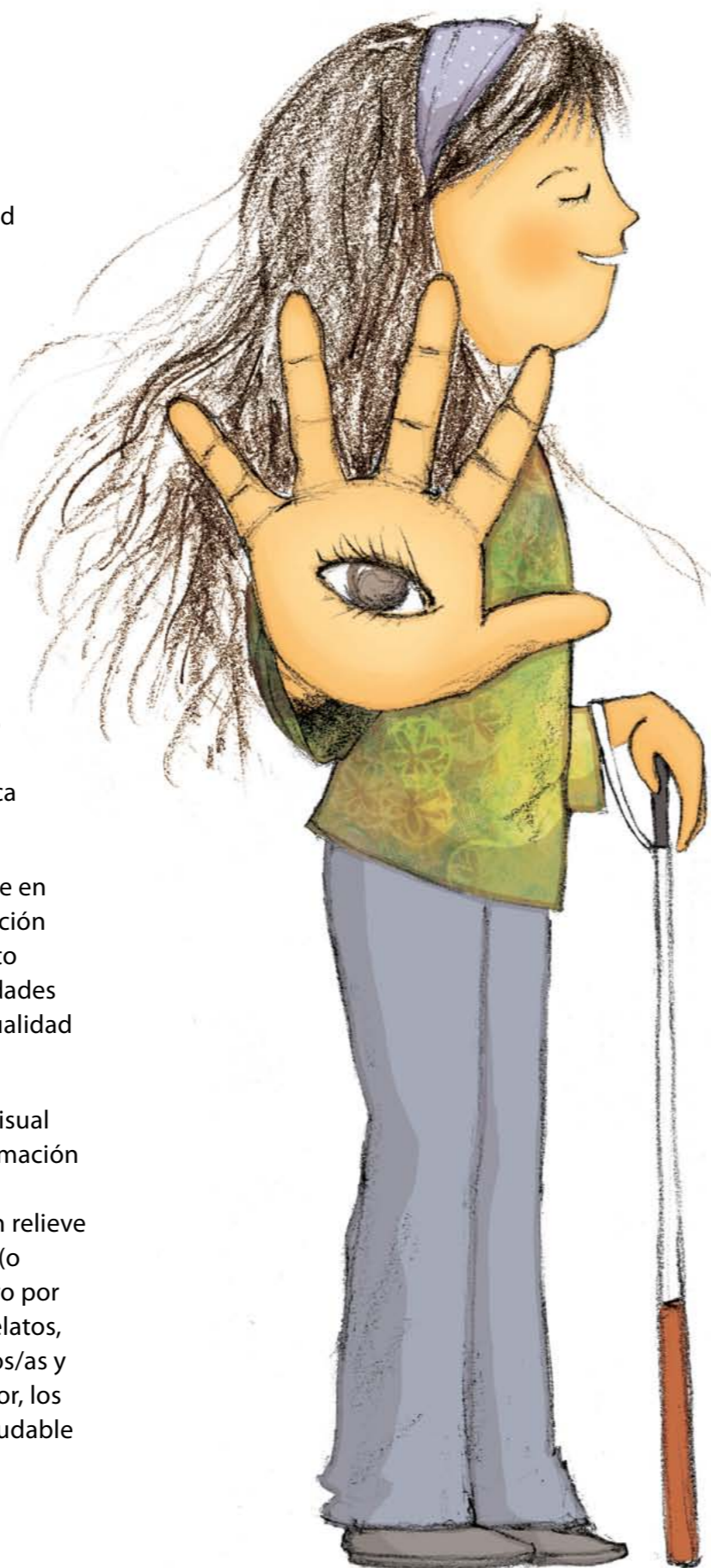
Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad visual

Los niños y las niñas y adolescentes con discapacidad visual pueden verse limitados de algunos recursos para aprender acerca de las diferencias sexuales, comprender los códigos de relaciones con otros y otras y ajustar sus comportamientos, tomando en cuenta lo que la cultura considera apropiado.

El conocimiento insuficiente de la anatomía masculina y femenina puede ocasionar inseguridad, por ejemplo si el niño o niña o adolescente no consigue explicarse los cambios en su cuerpo al llegar la pubertad. También pueden pensar que no tiene una apariencia atractiva y sentirse en duda de su potencial para conquistar a otros/as. Muchas de las formas de comunicar el interés sexual o amoroso entre las personas jóvenes tiene características visuales (ropas, adornos, insinuaciones) lo cual coloca en desventaja a un/a adolescente ciego.

Por esto mismo, las familias juegan un rol importante en la formación de su identidad y en proveerle información útil y apoyo permanente en temas relacionados tanto con el funcionamiento anatómico como a las habilidades interpersonales necesarias para comprender su sexualidad y disfrutar el relacionamiento con sus pares.

Los niños y niñas y adolescentes con discapacidad visual cuentan con una gran capacidad de asimilar la información y educación sexual que reciben. Para ayudarlos, es necesario aportarles materiales concretos, figuras en relieve y oportunidades de experimentar a través del tacto (o Braille) los aspectos de la sexualidad y el cuerpo. Pero por sobre todas las cosas, necesitan empaparse de los relatos, historias y aportes que sus padres, madres, hermanos/as y otros/as familiares puedan transmitirle acerca del amor, los sentimientos y la importancia de una sexualidad saludable y segura.



Para compartir en familia:

El cine y la literatura son una excelente vía por la cual facilitar una conversación familiar sobre los sentimientos y la sexualidad de un adolescente ciego/a. Existe una excelente biblioteca digital en español, que puede accederse a través de internet. Allí se recomiendan muchos libros narrados, que permitirán abordar temas como el amor, la pareja o las diferencias y relaciones de género. <http://www.tiflolibros.com.ar/>

Contrariamente a lo que a veces se piensa, el cine no está vedado a los niños y niñas o adolescentes con discapacidad visual. Cada vez más existen propuestas de películas con audio-descripción o videodescripción. Esta permite considerar a las personas con discapacidad visual, que incluye a las personas ciegas y con baja visión, tener acceso al cine y otras manifestaciones del arte audiovisual. La audiodescripción sustituye la falta de percepción visual (sobre la situación espacial, los gestos, actitudes, paisajes, vestuario, en definitiva, detalles que sean esenciales para comprender el desarrollo de la narración) por descripciones sonoras. Puede accederse a algunos ejemplos de esta técnica en [http://www.audiodescripcion.org./](http://www.audiodescripcion.org/)

Igualmente, los niños, niñas y adolescentes con discapacidad visual pueden disfrutar las películas si una persona vidente les relata lo que aportan las imágenes en las escenas más importantes. Una recomendación de una película para hablar de sentimientos y sexualidad:

☁ *El Color del Paraíso*. Película iraní, que relata el conflicto entre un padre viudo, que quiere rehacer su vida y un hijo ciego que obstaculiza sus planes. Mohammad es un muchacho muy sensible que se encuentra en el pleno desarrollo de la lectura de los sonidos y uso del tacto y es un gran amante de la naturaleza. A pesar de ser una persona adorable, su padre piensa que un hijo ciego es una complicación y un estorbo en la búsqueda de una pareja.

Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad física

Las discapacidades físicas son muy diversas. Sin embargo, puede decirse que la mayoría de ellas no impide a la persona desarrollar una vida amorosa y sexual placentera y saludable.

La fantasía y la imaginación no entienden, por suerte, de limitaciones físicas ni de barreras arquitectónicas. En lo que al erotismo se refiere, los y las jóvenes con discapacidad entenderán la importancia de usar esa fantasía para disfrutar de sí mismos, para manejar el deseo, para potenciar la excitación y en definitiva para sentirse dueños de su sexualidad.

Para muchos niños y niñas y adolescentes que usan sillas de ruedas (u otros equipos de ayuda personal, como scooters, bastones canadienses y otros) éstos forman de alguna manera parte de su propio cuerpo y espacio personal. En consecuencia, existen algunas pautas y recomendaciones que ayudan a tratar estos elementos de una manera que refuerce el sentido de la intimidad corporal:

- Trátelos con el mismo cuidado que da al cuerpo de su hijo/a en cuanto a higiene y contacto físico.
- Evite que las personas adultas que están en contacto con ellos y ellas apoyen su pié en la silla o la toquen o muevan sin consultar con el niño o la niña o adolescente.
- Enséñele a las personas cercanas a respetar la silla como parte del espacio privado de su hijo o hija.



Un poema Autora: María R. Palacios

Lo que te sorprende de mi
no es este trono de metal
en donde estoy sentada
ni el silencio de mis pies
que se niegan a aprender el lenguaje
de los pasos,
tampoco esos sueños desviados de mi espalda
ni la ardiente presencia de mis manos
las que derraman sensualidad
al primer toque de tus dedos.

Lo que te sorprende de mi
es como la normalidad
se desborda bajo mi falda
la flexibilidad de mis piernas dormidas,
ciegas al movimiento pero videntes
a la presencia del amor...
ese aroma conocido
que acelera tus sentidos
los que se confunden ante la realidad
de hallar en mi
simplemente una mujer.

Los niños y niñas y adolescentes con parálisis cerebral

La parálisis cerebral es una condición que afecta los músculos y en algunos casos los sentidos.⁵ Movilizarse suele ser lo más difícil para un niño/a, adolescente con parálisis cerebral, ya que los músculos pueden tensarse y restringir los movimientos. Esto dependerá del tipo de parálisis cerebral: a algunos les afecta levemente y a otros con mayor gravedad. Estas características son normales a su condición y deben ser tomadas con naturalidad.

Es común encontrar niños, niñas y adolescentes con parálisis cerebral que por su dificultad de habla emiten sonidos no entendibles o desproporcionadamente altos, en su esfuerzo por comunicarse. Enseñe a las otras personas a escucharlos/as con atención y ser paciente.

Algunas recomendaciones sobre el buen trato a los niños, niñas y adolescentes con parálisis cerebral

- ☘ Tenga presente que el ritmo y la pronunciación son distintos al acostumbrado.
- ☘ Si no les entiende puede hacérselo saber tranquilamente para que lo intente de nuevo o utilice otra manera de comunicar lo que desea. Si es el caso, se puede facilitar la comunicación a través de tarjetas, teclados, sistemas aumentativos u alternativos de comunicación (SAAC).
- ☘ No intente completar sus frases, espere a que termine.
- ☘ Las personas con parálisis cerebral pueden necesitar ayuda de vez en cuando, por ejemplo para alcanzar algo. Si de eso se trata, es bueno preguntarles y ofrecer ayuda.

5. Existen tres tipos de parálisis cerebral: **espástica** (las personas con este tipo de trastorno tienen dificultad para moverse o sus movimientos son rígidos. La mayoría de las personas con parálisis cerebral tiene este tipo de trastorno), **atetoide** (las personas tienen dificultad para controlar los movimientos y pueden expresar movimientos corporales involuntarios) y **atáxica** (tienen problemas de equilibrio, coordinación y percepción de la profundidad; sus movimientos son generalmente temblorosos). Algunas personas pueden tener una o más de estos tipos de parálisis cerebral. Lo más común es una combinación de parálisis cerebral espástica y atetoide. (Adaptado de http://kidshealth.org/parent/en_espanol/medicos/cerebral_palsy_esp.html)



Enseñe con el ejemplo que es posible tratar a los niños, niñas y adolescentes con parálisis cerebral de la misma manera que a cualquier otro/a: con cortesía y respeto.

Hay muchos niños, niñas y adolescentes con parálisis cerebral que pueden hacer el mismo tipo de actividades que hacen todos. Su vida sexual puede ser satisfactoria y plena. También al crecer pueden formar una familia, ser padres y madres.

Para compartir en familia

Algunas películas (que están disponibles en cualquier videoclub) pueden ser una buena manera de acercarse a hablar en familia de los sentimientos, deseos, encuentros y desencuentros amorosos que vive una persona con discapacidad. En este caso le recomendamos por ejemplo:

☘ *Mi pie izquierdo*. Narra la inspiradora vida real de Christy Brown (Daniel Day-Lewis) un pintor, poeta y escritor irlandés con parálisis cerebral (en su caso triplejía) nacido en una familia muy pobre. Con el apoyo de su madre, una profesora, y su propia tenacidad, echó por tierra todas las barreras que impedían su integración en la sociedad, al aprender a usar su pie izquierdo para escribir y pintar.

☘ *Gaby, una historia verdadera* que muestra la vida de Gabriela Brimmer, una mujer con parálisis cerebral que enfrentó muchas dificultades para realizar sus amores y resolver sus necesidades interpersonales, de contacto e intimidad afectiva y sexual. También se observan barreras familiares, educativas y laborales. Resalta el gran compromiso de las personas que brindaron los apoyos para que Gabriela lograra potencializar sus capacidades y necesidades.

En Internet

Desde Colombia, el testimonio de un matrimonio con parálisis cerebral y discapacidad física acerca de su historia de vida y la familia que forman junto a su pequeña hija. Puede hacer una búsqueda en youtube usando "discapacidad muy capaz (una pareja ejemplar)" o directamente en el enlace a : <http://www.youtube.com/watch?v=EILmRQ9UD2g&feature=related>

Para finalizar

La educación para la sexualidad no comienza “algún día”, sino que está presente desde el nacimiento. Los niños y niñas y adolescentes irán formando su idea de sí mismos/as como ser deseado/a y deseante a través de las actitudes de sus familiares.

La responsabilidad por la educación para la sexualidad no puede ser totalmente transferida en exclusividad a los centros educativos. Todas las personas que están cerca de los niños, niñas y adolescentes deben ser sensibles a sus necesidades y deseos, procurando influir de manera positiva.

La educación para la sexualidad es más un medio que un fin: lo más importante está en el reconocimiento de que la formación de un niño/a y adolescente, sus sueños, proyectos y vínculos con sus semejantes, van a incluir también esta parte de la vida.

A través del diálogo y la reflexión sobre los conocimientos y sentimientos que moviliza la educación para la sexualidad, los padres y madres pueden ser un instrumento de inclusión y solidaridad con sus hijos e hijas con discapacidad, contribuyendo así a una vida digna, justa y con salud y placer para todos y todas.



RECURSOS DE AYUDA:
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA*

Dirección Regional de Educación	Asesorías Regionales de Educación Especial Teléfono de oficina
Norte-Norte	2470 0067 // 2470 0051 // 2470 0735 ext.120
Santa Cruz	2680 0655
Cañas	669 2932 ext.220
Nicoya	26855904 ext.208
Liberia	2665 3119 ext. 220
Desamparados	2219 1752 ext. 206 o 211 secretaria
Alajuela	2443-3095
San José Oeste	2223 5933 ext. 221
San José Norte	2253 3606 // 2253 3659 ext. 209
San José Central	2223-1897 ext. 120
Pérez Zeledón	2771 3417 ext. 4277
Turrialba	2556 5092
Los Santos	2546 2635 ext. 212
Cartago	25924212
Sarapiquí	2766 5821 // 2766 5823
Peninsular	2641 0308 // 2641 0339 ext. 217
Heredia	2261 0426 // 2261 3978
Aguirre	2777 1987
Puriscal	2416 5218
Guápiles	2710 6756
Limón	2758 2005 ext. 215
Puntarenas	2663 8228 Ext 211
Occidente	2445 5146
Grande de Térraba	2730 5072
San Carlos	2460-8969 // 2460-8959
Coto	2783 3726 ext. 212
Sulá	2751-0179 // 2751-1175 // 2751-0219

* www.mep.go.cr



Consejo Nacional de Personas con Discapacidad (CONAPDIS):

La Valencia, 200 metros norte del Cementerio Jardines del Recuerdo, carretera Heredia, Línea 800-2667-7356

Directorio interno: http://www.cnree.go.cr/contactenos/directorio_interno.aspx



Centro Nacional de Recursos para la Educación Inclusiva (CENAREC)

Correo electrónico: <http://www.cenarec.go.cr/>

Central telefónica: (506) 2225-3976, Fax: extensión 108 - 129.Recepción: extensión 9 – 100, Dirección: 200mts Este del Cementerio Guadalupe, Goicoechea, San José. Apartado postal: 285-2100, Costa Rica



Comisiones Municipales de Accesibilidad y Discapacidad (COMAD)

http://www.cnree.go.cr/contactenos/comisiones_municipales_en_accesibilidad_y_discapacidad_COMAD.aspx



Comisión Institucional en Accesibilidad y Discapacidad (CIAD)

http://www.cnree.go.cr/contactenos/comisiones_institucionales_en_accesibilidad_y_discapacidad_CIAD.aspx



Unidad de Equiparación de Oportunidades para las Personas con Discapacidad del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, Correo: Lorena.chaves@mtss.go.cr, Teléfono: 22560244



Organizaciones de Personas con Discapacidad:

http://www.cnree.go.cr/tramites_y_servicios/perfiles/organizaciones.aspx

*

Bibliografía



ALLEN, T. Patterns of academic achievement among hearing impaired students, en A. Schildroth (Ed) Deaf children in America, College Hill Press, 1986.

AUTISM SOCIETY, Teaching Children And Youth About Sexuality, 2008, disponible en <http://www.asgc.org/ed-sex-ed.htm>

AZNAR A. y GONZALEZ CASTAÑON D. Guía del Proyecto Puentes, 2006.

BEHAR, Renné y CERRUTI, Stella. La travesía de la vida, Uruguay, OPS, 1994.

BERMAN BIELER, Rosangela. y MERESMAN, Sergio. Sida y Discapacidad: cuatro principios fundamentales para la prevención, Proyecto Regional de VIH-SIDA, Banco Mundial, 2010

CERRUTI, Stella. Documento Curricular, Programa de Educación Sexual, ANEP- Codicen, 2008

DRUMMOND, L. y PIRES PINTO, Ángela. Aids e deficiências: os direitos humanos. En: Ângela Pires Pinto. (Org.). Direitos Humanos e HIV/Aids. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2008

FAMILUME, M. A. Sexualidad y discapacidad mental, Periódico El Cisne, Noviembre 2001

GLAT, R. Desarrollo psicosocial y sexualidad de jóvenes portadores de discapacidad", en: Construir- Desconstruir-Reconstruir, en Educación Especial: otras miradas, vol. II, Facultad de Educación Elemental y Especial de la Universidad Nacional de Cuyo (Mendoza, Argentina) 2005

LORD, J. et al, Human Rights. Yes!, The Harvard Project on Disability, 2007

LOPEZ GOMEZ, A. y QUESADA, Solana. Material de apoyo en salud sexual y reproductiva con enfoque de género a Equipos Técnicos de los Centros CAIF, Gurises Unidos-UNFPA, 2006

LOPEZ GOMEZ, A. y QUESADA, Solana. Modelos para armar y desarmar: herramientas conceptuales y materiales didácticos para la Educación en Sexualidad desde un enfoque de género, Gurises Unidos-UNFPA, 2005

MERESMAN, Sergio y BERMAN BIELER, Rosangela. Including children with disabilities: challenges and responses in school health programs, 2011

MERESMAN, Sergio y GIL, Marta. SIDA y personas con discapacidad: el lenguaje de la prevención, Revista El Cisne, 2006

MINISTERIO DE EDUCACIÓN. Educación sexual de niños, niñas y jóvenes con discapacidad intelectual, Chile 2007

NACIONES UNIDAS. Informe del Relator Especial sobre el derecho a la educación y la educación sexual, 2010

NEIMANN, S, GREENSTEIN, D. y DAVID, D. Ayudar a los niños sordos: Apoyo familiar y comunitario para niños que no oyen bien, Hasperian, 2006

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Defining sexual health, Report of a technical consultation on sexual health 28–31 January 2002, Ginebra, 2006.

RIVERA SÁNCHEZ, Paola. Sexualidad de los niños, niñas y jóvenes con discapacidad, Revista Educación, Costa Rica 2008

UNFPA, Sexual and reproductive health of persons with disabilities, Emerging Issues Series, New York, 2008.

UNFPA. Report on the Promotion and Protection of the Rights of Persons with Disabilities, 2011.

UNICEF. Violence against Disabled Children: Findings and Recommendations. Secretary Generals Report on Violence against Children, 2005

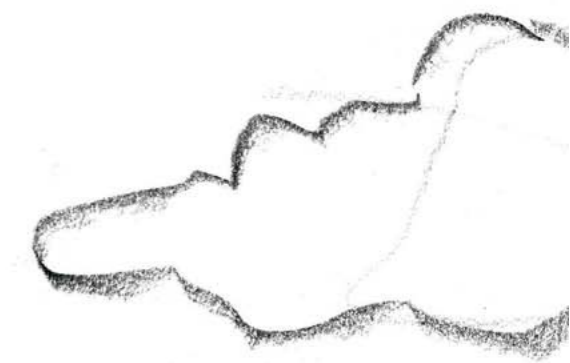
Sitios web consultados

espanol.hesperian.org

www.adas.org.ar/

www.sexualhealth.com/

www.deficienteciente.com.br/2009/10/sexualidade-dos-deficientes.html



¿Por qué es importante la educación para la sexualidad?,

¿Qué debe hablarse en familia y cuándo debemos hacerlo?,

¿Cómo y hasta dónde puede desarrollarse la sexualidad de un niño, niña o adolescente con discapacidad?,

¿Cómo manejar las situaciones incómodas y enseñar a cuidar la intimidad y el respeto?



El material que aquí presentamos es un primer intento de responder a algunas de estas preguntas y brindar herramientas para hablar en familia de la sexualidad, incluyendo la información básica y orientando acerca de las formas de tratar algunos temas claves.

La sexualidad es una parte importante de la vida, en torno a la que se definen muchos de nuestros sueños y proyectos de vida. En el caso de los niños, niñas y adolescentes con discapacidad, las temáticas que generan incertidumbre no son tan diferentes de aquellas que movilizan a quienes no tienen discapacidad. Este material, elaborado por el Programa de Educación Sexual (ANEP-CODICEN) y el Instituto Interamericano sobre Discapacidad y Desarrollo Inclusivo (iiDi) y adaptado para el Ministerio de Educación Pública (MEP) de Costa Rica con apoyo de UNFPA y UNICEF representa un punto de partida en la implementación de acciones para brindar apoyo y abrir espacios de participación a las familias y organizaciones de personas con discapacidad en pos de un desarrollo saludable y pleno de derechos e inclusión para todos los niños, niñas y adolescentes de nuestro país.