



# **HABLANDO SOBRE SEXUALIDAD EN FAMILIA**

**Programa  
de formación de formadores  
sobre educación afectivo-sexual  
dirigido a familias y AMPAs**



**Confederación Española  
de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos**

**Autor:**

Carlos de la Cruz  
María Victoria Ramírez  
Ana Belén Carmona

**Ilustraciones:**

Rubén Jiménez Martín

**Coordinan:**

Pedro Rascón,  
Fernando Martín,  
Pablo Gortázar

**Edita:**

CEAPA  
Puerta del Sol, 4 6º A  
28013 Madrid

**Primera edición:**

Marzo 2009

**Depósito Legal:**

M-XXXXX-2008

**Maquetación:**

Diseño Chacón

**Imprime:**

ROELMA, S.L.L.

**Junta directiva de CEAPA:**

Pedro Rascón Macías, Fernando Martín Martínez,  
Encarnación Salvador Muñoz, José Antonio Puerta  
Fernández, José Luis Pazos Jiménez, Milagros  
Jonte Vázquez, Nuria Buscató Cancho, Sara Inés  
Vega Núñez, Antonio López Martín, Valle Vallano  
Bueno, José Pascual Molinero Casinos, Manuel  
González Erenca, Francisco Redruello Parrondo,  
Adelma Méndez Henríquez, Juan Antonio Vilches  
Vázquez, Jesús M<sup>a</sup> Sánchez Herrero, Petra  
Ángeles Palacios Cuesta, Ginés Martínez Cerón,  
Gemma Piqué Codina, Manuela Ocaña Martín

Prácticamente todos los padres y madres, se plantean abordar la educación sexual como un aspecto importante dentro de la educación de sus hijos e hijas. Pero, sin embargo, como padres y madres, pueden surgir interrogantes y dudas sobre cómo afrontar determinadas situaciones de la educación sexual de sus hijas e hijos,...

***¿Cuándo empezar? ¿Cómo abordarla? ¿Cómo responder? ¿Qué contar? ¿De qué recursos dispongo? ¿Qué podemos hacer para potenciar una sexualidad satisfactoria en mis hijos e hijas? ¿Qué papel puedo jugar en la prevención del VIH-SIDA?...***



Mediante el programa "HABLANDO SOBRE SEXUALIDAD EN FAMILIA", CEAPA pretende formar a padres y madres para que a su vez formen a otros padres y madres, ofreciendo claves, estrategias y materiales que sirvan de guía para la educación sexual dentro de la familia.

Padres y madres, desde la educación sexual, pueden contribuir a que sus hijas e hijos aprendan a conocerse, aceptarse y vivir su sexualidad de la manera más satisfactoria posible. **Tener una vida sexual satisfactoria, también incluye el tener la información, habilidades y actitudes necesarias para saber cuidarse de los riesgos no deseados y prevenir el VIH-SIDA.**

## **LA FAMILIA TIENE UN PAPEL IMPORTANTE EN LA PROMOCIÓN DE ESTOS VALORES Y ACTITUDES**

*Si queréis más información poneros en contacto con CEAPA  
Teléfono: 91 701 21 33  
Coordinador del programa: Pablo Gortázar*

La sexualidad está presente durante toda la vida, por eso **padres y madres deben procurar educar la sexualidad de sus hijos e hijas desde el principio...** desde que nacen. No hay que esperar a la adolescencia para empezar a hablar con ellos sobre sexualidad. En todas las etapas existen aspectos de la sexualidad para cultivar... para vivirla de la manera más plena posible: **Aprendiendo a sentirse satisfecho o satisfecha tanto con lo que se hace como con lo que no, a encontrarse a gusto con uno mismo, con una misma a que el placer guarda relación con muchas cosas, con la piel y los comportamientos pero también con los deseos, con la coherencia, con la intimidad**



**Esto es cierto para todo, también para la prevención de consecuencias no deseadas (VIH-SIDA, ETS, embarazos no deseados...).** Antes de la adolescencia es cuando se van aprendiendo y adquiriendo muchas ideas, actitudes, habilidades, valores, información... que, además, contribuyen a prevenir mejor los riesgos y evitar consecuencias no deseadas, cuando se mantienen relaciones coitales o genitales.



Pero la **educación sexual no solo consiste en evitar riesgos...** queremos que todos los niños y niñas, chicos y chicas aprendan a conocerse, a aceptarse y a que su sexualidad les resulte satisfactoria. Para eso hace falta que todas esas ideas, actitudes, habilidades, valores... no se queden en evitar riesgos, que vayan un poco más allá. **El placer y la satisfacción han de ser también objetivos de la educación sexual. Porque de hecho, las personas que tienen más recursos para disfrutar de su vida erótica, suelen ser aquellas que mejor previenen los riesgos no deseados...**



**Para hacer buena educación sexual con los hijos e hijas, no es necesario ser especialistas en sexología,** ni tener muchos conocimientos sobre el tema. Lo más importante son aspectos con los que madres y padres ya cuentan: el afecto, la buena disposición, el querer hablarles, escucharles, la complicidad,... Por eso **lo fundamental no es lo que cuentas, si no que aprendan que cuentan contigo.** Lo que suele ser verdad para muchos temas y tiene que serlo también para la sexualidad.



***Hacer educación sexual no solamente consiste en proporcionar preservativos o hablar de prevención de embarazos...***

La educación sexual **consiste en muchas cosas**. Contribuir con el **cariño** de padres y madres a que los hijos e hijas aprendan a sentirse personas valiosas, importantes, seguras. **Hablar o responder** a preguntas sobre cómo son los cuerpos, o cualquier otro tema. Tener en cuenta que **hay diferentes orientaciones del deseo** (heterosexual y homosexual), que la sexualidad tiene que ver con **todas las personas** (jóvenes y menos jóvenes, con o sin discapacidad...), que existen **diferentes maneras de vivir la sexualidad**, que existen **maneras muy diversas de entender la familia...**

Hay muchos modos de CONTRIBUIR A UNA ESTUPENDA EDUCACIÓN SEXUAL DE NUESTROS HIJOS E HIJAS...





Subvencionado por el Ministerio de Sanidad y Consumo,  
Secretaría del Plan Nacional sobre el SIDA



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES  
DE PADRES Y MADRES DE ALUMNOS  
Puerta del Sol, 4 - 6º A - 28013 MADRID  
Teléfono (91) 701 47 10 - Fax (91) 521 73 92  
Correo Electrónico: [ceapa@ceapa.es](mailto:ceapa@ceapa.es) En Internet: [www-ceapa.es](http://www-ceapa.es)