

# La Educación Sexual de los hijos

en las diferentes etapas evolutivas: infancia, adolescencia y juventud.

Luis Riesgo Menguez.  
Carmen Pablo De Riesgo  
Psicólogos  
COLEGIO IRABIA

## Introducción

ESCRIBE Maxence van der Meersch, el conocido escritor holandés:

Les enseñamos los más diversos conocimientos. Les proporcionamos los maestros más eminentes. Pero en lo que se refiere a este instinto sagrado que nace en ellos y que gobernará su vida de hombres, de maridos y de padres, callamos vergonzosamente. Dejamos que se instruyan entre sí. Dejamos a un chiquillo de 14 años, más precozmente informado que nuestro hijo, el cuidado de ilustrarlo acerca del más grande de los misterios de la vida.

Ese problema existe también en nuestro país. Una encuesta del Dr. Carlos Alcalde, catedrático de Psicología Evolutiva de la Universidad de Salamanca, llevada a cabo hace algunos años entre jóvenes de 61 colegios de secundaria de toda España revelaba que el 81,6 por 100 de los muchachos y el 82,4 por 100 de las jóvenes habían recibido sus primeros conocimientos sobre sexualidad a través de medios inadecuados: amigos, lecturas, informaciones callejeras, conversaciones oídas a los mayores... Y aunque en los últimos años hayamos avanzado -las jóvenes generaciones de padres son mucho más abiertas-, nos queda aún mucho camino por recorrer, tanto a padres como educadores, para encontrar el punto medio exacto, porque o bien seguimos sin prestar la atención debida al tema de la educación sexual, o bien nos vamos al extremo opuesto confundiendo educación sexual con una instrucción naturalista que bordea la pornografía.

Tratar de hallar ese punto medio exacto es el objeto de este artículo.

---

## 1ª Parte

### I. El problema: importancia, causas y criterios para su solución.

No dar a los hijos una adecuada educación sexual puede significar que crezcan con una mentalidad deformada sobre estos temas, que vivan momentos de angustia que se les debería evitar, que desconfíen de unos padres incapaces de aclararles sus dudas...

### ¿Y cuáles son las causas de que haya problema?

El instinto sexual se impone al hombre para perpetuar la especie, del mismo modo que el instinto de conservación se impone para perpetuar el individuo. Es algo con lo que hemos de contar, querámoslo o no. Pues bien: ese instinto que en forma de curiosidad comienza a aparecer en la segunda infancia, *se despierta con especial intensidad en la adolescencia*, cuando el matrimonio está aún lejano, cuando la voluntad es todavía débil, cuando es incompleto el conocimiento de las cosas... Todo lo que a esto se refiere es recibido por el muchacho o la muchacha como una experiencia grata y turbadora a la vez como algo ante lo

que no puede quedar insensible como si se tratara de un teorema de matemáticas. Su misma existencia y el futuro que se sienten llamados a protagonizar encuentran ahí su explicación... *¿Cómo extrañarnos de que surjan problemas si este tema, tan importante para ellos, se considera 'tabú' por padres y educadores?*

Pero hay más: los padres son los primeros que no han recibido una adecuada educación sexual, ¿cómo van a dársela a sus hijos?, ¿cómo extrañarse de que caigan en una pudibundez excesiva o, por el contrario, en una abierta falta de tacto?

Dejamos a la consideración del lector el análisis de esa serie de circunstancias que se dan en la sociedad de nuestros días y que contribuyen a agravar el problema:

**-ambiente:** que se erotiza cada día más a través del cine, de las revistas, de la televisión. Lo sexual está de moda, sobre todo lo sexual deformado.

**-sociedad:** con su confusionismo de ideas sobre la familia, con su crisis de fe, con su adoración a todo lo que signifique placer.

**-hogar:** los padres disponen cada vez de menos tiempo para los hijos, para escucharles, para atenderles. No se dan cuenta de que ellos, más que tal o cual comodidad -para conseguir la cual no ahorran tiempo ni esfuerzo- precisan el calor de su presencia y amistad.

Vistas la importancia y las causas del problema, entremos en el análisis de los criterios para su solución

### **1º La educación sexual ha de ser clara.**

**Claridad en la explicación.** Que el niño no se quede, después de que se le haya hablado, con más dudas de las que antes tenía. La ignorancia no es buena. Puede ser, incluso, causa de problemas al llegar al matrimonio. Escribe la Dra. Fischle-Carl:

Aún no hace mucho -se está refiriendo a Chile- estaba vedado emplear en sociedad palabras como parto, amamantar embarazo y sexualidad, porque eran consideradas indecorosas. Las adolescentes no eran educadas para convertirse en mujeres, sino en seres indefinidos. Debían vivir en una absoluta ignorancia patológica hasta el matrimonio, para luego asustarse el día de la boda. Estas criaturas, conservadas artificialmente infantiles, eran consideradas puras y especialmente dignas. No se reconocía que muchas se tornaban frías y problematizadas.

**Claridad sin mojigatería.** Bienaventurado el vientre que te llevó y los pechos que te amamantaron. Pocas alabanzas tan exultantes y tan poco ñoñas se hicieron a la Madre de Jesús, a aquella Virgen que siendo adolescente tendría unos 17 años- al recibir el anuncio de que habría de tener un hijo exclamó: ¿Cómo puede ser eso si no conozco varón?. Y luego se apresuró a ir a casa de su prima Isabel para atenderla en el parto. No: no hay mojigatería en el Evangelio. Y esa Edad Media, tan injustamente menospreciada por nosotros, no tenía inconveniente en pintar Madonnas que dan el pecho al niño Jesús y en llamar por su nombre, sin eufemismos a los órganos sexuales. Proceder muy lógico por otra parte, pues como bella y concisamente escribe Clemente de Alejandría: ¿Por qué vamos a avergonzarnos nosotros de nombrar aquello que Dios no se avergonzó en crear?.

**Claridad llena de sencillez:** No transferir a la ingenua alma del niño el doble fondo de muchos de nuestros pensamientos. El pequeño pregunta sobre estas cosas de la misma forma que lo hace sobre cómo se podrá coger la luna y cuántas son las estrellas. Y con esa misma sencillez, aunque adaptando nuestra explicación a su mentalidad, se le debe referir el plan

maravilloso de Dios al incorporar al padre y a la madre a la tarea de la procreación dentro del cálido ambiente familiar.

## **2º La educación sexual ha de ser gradual**

El que la educación sexual deba ser clara no quiere decir que sea total desde el primer momento. *El conocimiento sexual ha de ir adquiriéndose paulatinamente al compás del desarrollo corporal y espiritual, desde los cuatro o cinco años hasta el momento del matrimonio.* De ese modo irá evolucionando armónicamente toda la personalidad, primero del niño y después del adolescente. Cuando vaya recibiendo la instrucción correspondiente a cada etapa ni más ni menos de la que entonces le es conveniente - el muchacho tiene que sentir la impresión de que todo eso lo había vislumbrado y que encaja maravillosamente en lo que ya conocía.

Dedúzcase de esto que debiendo ser la instrucción diversa según la edad, o, mejor aún, según el grado de desarrollo corporal y anímico de cada muchacho, *deberá realizarse de modo individual*, pues lo que convenga decir a éste, acaso aquél, aunque tenga la misma edad, no está todavía en condiciones de comprenderlo.

En este ir cubriendo gradualmente las diversas etapas de la instrucción sexual, *el verdadero peligro está en llegar demasiado tarde.* Los compañeros la televisión, las revistas, el ambiente, en definitiva, hacen que, *mucho antes de lo que se sospecha, los hijos tengan ocasión de ser iniciados incorrectamente.* Por ello se ha de estar atento, y si por algo se ha de pecar, hacerlo más bien por adelantarse que por llegar demasiado tarde.

## **3º La educación sexual ha de ser completa**

Completa en cuanto a los temas a tocar y en cuanto a la extensión y profundidad con que se tocan. Maternidad, con los detalles, en su momento referentes a la menstruación, al embarazo, al parto, etc. Paternidad, y, en el caso de los jóvenes, fenómenos de erección y polución espontáneas. La fuerza del instinto sexual y su finalidad. Su dominio (educación de la pureza), sus abusos (masturbación), sus desviaciones (homosexualismo, prostitución). Tendrá en cuenta lo biológico y lo propiamente genital -sin olvidar los aspectos de higiene- y ha de extenderse al espíritu, a las grandes razones del verdadero amor.

Precisamente porque ha de ser completa, no se puede concebir una verdadera educación sexual separada de la educación general del joven. Educación en la que hay aspectos que, aunque directamente se hagan referencia a lo sexual, tienen decisiva influencia sobre este campo: ambiente familiar, armonía entre los padres etc. Muchas veces las faltas en materia de sexualidad son como el escape a la compensación que el joven busca, ansioso de una felicidad que no encuentra en casa.

*Educación sexual, pues, clara. Educación sexual gradual. Educación sexual completa. He ahí los tres criterios que deben señalar, en cada momento, el camino a seguir.*

## **II. Quién debe dar la educación sexual**

La respuesta es obvia: **los padres** o quienes hagan sus veces.

Lo dice la Iglesia: La educación sexual que es un derecho básico de los padres, -leemos en el artículo 5 de la Carta de los Derechos de la Familia- debe ser impartida bajo su atenta guía, tanto en casa como en los centros educativos.

Lo dice la Ciencia: Son las manos infinitamente cuidadosas de los padres y no ningunas otras, por sabias que sean -escribe el Dr. Marañón- las que tienen la máxima eficacia para llevar a cabo la iniciación sexual.

Lo piden los mismos muchachos: Todos los padres deberían comprender -dice uno de los adolescentes encuestados por el Dr. Alcalde- el bien que nos hacen cuando nos hablan claramente de todas estas cosas que tenemos derecho a saber de una manera limpia y no como algo morboso.

Sin embargo, *sólo uno o dos de cada diez niños reciben esta iniciación de sus padres o educadores*. Lo normal, indicábamos antes, es la iniciación callejera, deformada, del amigo que vive parecidos problemas y tiene análogas dudas. Y lo que el amigo enseña será completado consultando libros, escuchando a hurtadillas conversaciones, atando cabos de esa película y de aquella revista...

### **¿Y el colegio? ¿Qué papel está llamado a desempeñar?:**

Se podría resumir en estos tres puntos:

1. Instrucción propiamente dicha: de forma análoga a como conocen el aparato digestivo, por ejemplo, los muchachos deben conocer el aparato reproductor. Y es esa una labor propia del colegio. *Labor realizada, por supuesto, con la delicadeza -que no excluye la claridad- que el tema requiere.*

2. Suplencia de los padres: La iniciación sexual -como toda educación requiere un ambiente de paz, de confianza, de cariño. . . Al faltar esto en muchos hogares, la iniciación sexual se realiza, si es que se realiza, a contrapelo y de modo forzado: es instrucción, si acaso, pero no verdadera educación. Y es en esos casos donde el puesto de los padres debe ser ocupado por el profesor o profesora, que conoce al muchacho o a la muchacha, que posee su confianza y afecto y que sabrá encontrar el momento oportuno y las palabras adecuadas para una correcta iniciación.

¡Qué labor más bella se presenta aquí al educador verdaderamente preocupado por el bien de los niños y jóvenes a él confiados! ¡Y cuántas veces es algo que, si el educador no realiza, nadie realizará jamás!

3. Organización de charlas sobre estos temas: charlas que tienen su lugar adecuado en los últimos años de Bachiller y en las que, por ejemplo, un médico un psicólogo, unos padres de familia y un sacerdote o religioso hablen a los jóvenes, cada uno desde sus respectivos ángulos, de lo que más puede interesarles tanto en cuanto a información como en lo relativo a formación de criterios. Cara a la Universidad o al trabajo que se avecinan esta labor del colegio la consideramos importantísima como complemento de la de los padres.

Únase a todo lo dicho cuánto puede hacer el colegio estimulando a los padres para que cumplan debidamente esta tarea de la que son responsables.

### **III. Cómo debe darse la educación sexual.**

No hay fórmulas prefabricadas. Cada hijo es un caso particular al que hay que atender de acuerdo a sus personales circunstancias de edad, temperamento conocimiento que ya posee, etc. Pero en todos los casos se han de respetar estas dos normas:

1. **No engañar nunca.** Consecuencia: destierro definitivo de los niños que vienen de París y de leyendas de cigüeñas y de repollos. ¿Cómo habrán preferido las pasadas generaciones de padres y educadores estas ridículas historias a la infinitamente más bella que encierra la verdad? Porque, ¿puede haber para un niño una verdad más bella que el saber que antes de que fuera suficientemente fuerte para nacer estuvo no en el pico de una cigüeña o entre las hojas de un repollo, sino resguardado dentro de esa madre que tanto significa para él?

2. **Hablar de esto con gran sencillez** con la misma naturalidad que sobre cualquier otro tema que despierte la curiosidad del niño, aclarándole desde el primer momento:

-Que es bueno que quiera saber estas cosas y pregunte sobre ellas a papá o mamá.

-Que en el cuerpo no hay partes buenas y partes malas o feas, sino que todas las partes son buenas porque las hizo Dios y tienen su fin.

-Que los órganos sexuales tienen su nombre -pene, testículos, vagina, matriz- exactamente igual que los oídos, los dedos y el ombligo. Y que él debe conocer esos nombres y emplearlos con naturalidad, en lugar de las groseras expresiones que circulan entre esos mozalbetes que se las dan de saber todo.

---

## 2ª Parte

Esto supuesto, veamos ya con cierto detalle cuándo y cómo se ha de actuar en la **infancia**, en la **adolescencia** y en la **juventud**.

### 1. En la infancia

En la infancia se ha de responder a tres preguntas que el pequeño, a medida que crece, se va planteando: ¿de dónde vienen los niños?, ¿cómo nacen?, ¿cómo llegan al vientre de la madre?

He aquí una posible fórmula:

Entre los 4 y los 6 ó 7 años, la madre, aprovechando una pregunta del niño, el embarazo de una señora, el nacimiento de un hermanito, etc., le coge cariñosamente y le dice más o menos:

Tú sabes que todos los niños tienen una mamá. Sin mamá no puede nacer ninguno. Dios ha puesto como un nidito en el lugar más hermoso del mundo, dentro de la misma madre, para que el niño esté seguro y protegido. Tú también has estado aquí dentro. Primero eras tan pequeño que apenas se te notaba, pero luego te fuiste haciendo mayor, y papá y yo nos alegramos mucho porque podíamos sentir las palpitaciones de tu corazón y notar los movimientos de tus piernas y brazos. Y así fueron pasando los nueve primeros meses de tu vida desde que tú eras tan diminuto como la cabeza de un alfiler hasta que te hiciste un bebé que ya podía nacer. Ahora comprendes por qué cuando una señora va a tener un hijo tiene el vientre abultado: es que allí dentro está creciendo un niño hasta ser suficientemente grande para poder nacer.

Se ha apaciguado el primer afán de conocimiento del niño. Pero acaso ya en aquella primera conversación -o bien algunos días más tarde- el pequeño ha vuelto a pensar sobre todo esto, se pregunta por dónde y cómo pueden salir los bebés del vientre de la madre. En otras palabras: ¿cómo nacen? Y esto es conveniente aclarárselo, porque entre ellos suelen circular las ideas más peregrinas: unos piensan que los niños nacen por el ano, otros por el ombligo, otros que

operando a la madre... La conversación, en el mismo ambiente de intimidad, puede continuar así:

Después de estar nueve meses dentro de la madre, los niños son ya suficientemente fuertes como para nacer. ¿Y sabes cómo nacen, por dónde salen del vientre de la mamá? Es muy sencillo, fíjate: tú sabes que los niños tienen una colita que les sirve para orinar y las niñas orinan por un agujerito. Pues bien: al lado de ese agujerito tienen las niñas como una rendijita que se puede ir haciendo cada vez más grande. Cuando una niña se hace mayor es ya una señora y va a nacer su hijo, esa rendija se hace más grande, más grande, estirándose como si fuera de goma, y el chiquitín nace por ahí. Casi siempre sale primero la cabeza para que el bebé pueda respirar enseguida -dentro respiraba la madre por los dos- después salen los hombros, los bracitos y al fin las piernas. Y entonces se vuelve a cerrar poco a poco la rendija. ¿Ves? Así nacen los niños; así naciste tú. Puedes imaginar la alegría que papá y mamá tuvimos ese día. Hablábamos de lo guapo que eras, del nombre que te íbamos a poner... Y dábamos a Dios gracias porque nos había hecho el gran bien de que estuvieras ya con nosotros y fueras nuestro hijo.

Ya sabe el hijo de dónde vienen los niños y cómo nacen. Pero entre los 7 y los 9 ó 10 años el niño se plantea, o se la plantean los padres, una pregunta que hasta entonces estaba como latente y dormida en él. Se quedó tranquilo al saber que los niños están dentro de la madre y que cuando ya pueden vivir solos, nacen. Pero más pronto o más tarde surge una nueva cuestión: *¿Y cómo entran en el vientre de la madre?* El haber tenido con ellos la anterior iniciación hará ya muy fácil el camino para esta tercera etapa:

Ya sabes que cuando el niño es muy pequeñín tiene un rinconcito resguardado en el vientre de su madre pero alguna vez te habrás preguntado cómo llegó hasta allí'. Hoy te lo voy a explicar. En el padre hay como un poder especial que puede hacer surgir en la madre un nuevo niño. Habrás visto que los chicos y los hombres tienen junto a la colita por donde orinan como una bolsa pequeña. Dentro de esa bolsa hay unas semillas semen. Al unirse estas semillas del padre con un pequeño huevecito ovulo que produce la madre, dan origen a un nuevo niño. Cuando papá y mamá se quieren, duermen juntos y se abrazan, el semen del padre puede penetrar a través de su colita en el vientre de la madre, juntarse con el óvulo y así comenzar a existir un niño. ¿Ves? La colita de los hombres -pene es su verdadero nombre- además de servir para orinar, sirve cuando son papás- para acercar el semen al óvulo y que un nuevo niño comience a vivir. El pene entra en el vientre de la madre por aquella misma rendijita, ¿recuerdas? por la que después nace el niño. ¿Ves ahora por qué tienes que querer mucho a papá? ¡Sin él nunca hubieras existido!<sup>a</sup>.

Así concluye esta primera iniciación, fundamental y decisiva sobre los dos grandes enigmas que preocupan al niño: papel de la madre y papel del padre en la procreación. Obsérvese que todos estos conocimientos, fieles a la verdad aunque adaptados a su mentalidad, el niño los va a poseer antes de los 10 años es decir, bastante antes de la época en que las pasiones se despierten en él. Su adolescencia no se verá, pues, perturbada por el deseo de saber lo que ignora, porque no ignora nada de lo que en su día -y según lo que pedían sus años- le fue dado a conocer.

## **2. En la adolescencia**

Consideremos dos etapas: la **preadolescencia** y la **adolescencia** propiamente dicha.

En la **preadolescencia, de los 11 a los 12 años**, se ha de prestar **especial atención a las niñas**. Es muy importante que la hija esté debidamente iniciada -antes de que le ocurra- del hecho de la menstruación. Y es la madre la persona más indicada, por lo general, para informarla:

Aclarándole los hechos:

Quizás hayas oído -puede decirle aprovechando un momento de intimidad- que al llegar a cierta edad, las chicas tienen como un flujo de sangre. Te voy a explicar qué es esto para que no te asustes el día que te suceda .

Dios puso en tu cuerpo todos los preparativos necesarios para que, cuando seas mayor, puedas tener un hijo. Para eso en tu interior hay dos ovarios que son como los estuches de la vida, pues en ellos se forma el óvulo que al unirse con la semilla del hombre que se case contigo -esa semilla se llama espermatozoide- va a formar el nuevo niño.

Pues bien: desde que se es un poco mayorcita cada mes se desprende un óvulo de los ovarios y se dirige a la matriz. La matriz se llena de sangre y de sustancias alimenticias formando como un cojín mullido donde se recostará el óvulo fecundado por el espermatozoide -ya será un nuevo niño- y allí irá creciendo durante nueve meses, hasta nacer. Pero el óvulo de la mujer, cuando no se une con la semilla del hombre, como ocurre cuando no se está casada, deja de vivir -sin fecundar sólo vive unas horas y no se llega a formar el niño. Entonces, al no haber niño sobra la cuna que le estaba preparada y el cuerpo expulsa toda la sangre y las sustancias que había almacenado. Esto es el flujo de sangre que dura varios días y que se llama período o regla. El día que notes que te comienza a ocurrir, no te inquietes: dímelo y yo te diré lo que debes hacer. Quizás tengas algo de desgana y como mal humor, pero te sobrepondrás a ello porque es un día muy hermoso en tu vida: es como la señal de que ya eres mujer, de que ya podrías tener hijos.

Tranquilizándola:

A veces, al comienzo, estas reglas son muy irregulares. No te preocupes: a unas chicas les viene antes y a otras después. Luego duran hasta que se tiene cuarenta o cuarenta y cinco años. Entonces los ovarios dejan de producir óvulos, y cesan las reglas. Por eso no tienen hijos las mujeres a partir de cierta edad. Y de paso fíjate que bien lo hace Dios: dejan de poder ser madres cuando ya van siendo mayores y tienen menos fuerzas para sacar adelante y cuidar a sus hijos.

Así pues, no te asustes el día en que te lleguen esas reglas. Luego, las tendrás todos los meses hasta que te cases y vayas a ser madre. Porque entonces, cuando el óvulo de la mujer se une al espermatozoide del varón, se forma el niño y, al haber niño, ya tiene razón de ser la cuna que en la matriz se había preparado, y no es expulsada fuera. Por eso durante el embarazo cesa el período, porque esas reservas de la matriz se emplean para alimentar al pequeño que ya comenzó a vivir. Y las reglas sólo volverán a tenerse cuando ya el niño haya venido al mundo.

De modo análogo a como se ha aclarado a la hija el hecho de la menstruación, se debe hablar al hijo, al llegar a los 12 o 13 años, de la polución nocturna:

Aclarando los hechos:

Algunas noches despertarás sobresaltado -puede decirle el padre en una de esas conversaciones que de hombre a hombre tiene con su hijo porque has tenido una emisión de semen. Acaso ha sido durante un sueño con escenas incitantes. O quizás estabas medio dormido y no has podido hacer nada por evitarlo.

No te preocupes, ni te creas anormal. Esto les pasa a todos los chicos cuando comienzan a hacerse hombres. Se trata sencillamente de la eliminación del semen sobrante que el organismo no reabsorbe.

Tranquilizándole:

No pienses que esto perjudica tu salud. En modo alguno. Lo que sucede es que el líquido espermático que el organismo no cesa de producir se acumula como en un estanque. Y algunas veces, con excitaciones inconscientes -contacto con la ropa, calor de la cama, sueños etc.- se produce más del normal y por ciertos mecanismos nerviosos se abren esas compuertas dando lugar a la salida del semen salida que se llama eyaculación, o polución nocturna. Este fenómeno comienza unas veces antes y otras después, pero en torno a los 13 ó 14 años, si no antes, es seguro que lo observarás en ti mismo. Estate preparado para ello y recíbelo con toda tranquilidad incluso con la satisfacción que te supondrá el saber que tu cuerpo comienza a estar preparado para ser padre.

¡Cómo agradecerá el hijo o la hija el interés que se les muestra y cómo se les predispone favorablemente para que acudan a los padres en las dudas que les vayan surgiendo! Estar, pues, atentos tratando de encontrar el momento más oportuno para darles esta información y-como indicamos anteriormente- si se ha de pecar por algo, que sea más bien por adelantarse que por llegar demasiado tarde.

Pero sería equivocarse pensar que, con esa instrucción a las hijas de 11 a 12 años sobre la menstruación y a los hijos de 12 a 13 años sobre la polución nocturna, se ha cumplido ya con la tarea. Educación sexual es algo más que mera instrucción. Y precisamente porque los años que se avecinan van a ser escenario de graves tensiones emocionales y psíquicas, además de fisiológicas, se impone una labor preparatoria que les permita afrontar, con probabilidades de éxito, las dificultades que van a surgir.

Esta labor no es de instrucción sexual propiamente dicha, pero va a tener una importancia decisiva en la educación sexual de los hijos.

¿En qué consiste?

Sencillamente en esforzarse en conseguir:

-Una relación de auténtica amistad con el hijo o la hija, en la medida en que los padres pueden ser amigos de los hijos...

Las relaciones padre-hijo o madre-hija van a pasar por un período de crisis en los años siguientes, pero esta crisis será tanto más pasajera cuanto más, en los años anteriores, el niño o la niña se hayan sentido comprendidos por sus progenitores.

- Un gradual fortalecimiento de su voluntad, que ha de irseles inculcando paulatinamente a través de las circunstancias más corrientes de la vida ordinaria: desde el acostumbrarse a horas fijas de acostarse y levantarse hasta respetar el tiempo de estudio, pasando por el esfuerzo que han de realizar para conseguir su paga semanal, la ayuda de las tareas de casa -limpiarse los zapatos, poner la mesa, tener ordenadas sus cosas, etc.

-Finalmente, un progresivo afianzamiento de su fe religiosa. En ella encontrarán los hijos las razones más poderosas para dominar su instinto. Y si tropiezan, esa religiosidad hallará el amigo que les levante y les haga reemprender el camino recto. Dedúzcase de esto la importancia que tiene -por su repercusión en la fe del adolescente- el ambiente familiar y del colegio, el ejemplo de sus padres, los grupos juveniles en que se integre, etc.

Llegan los 13, 14, 15 años... y con ellos un fenómeno que, aunque acaso iniciado en la niñez, cobra aquí especial importancia, sobre todo en los muchachos: la masturbación.

No exagerar pensando en que la masturbación es segura fuente de graves enfermedades, y menos aún emplear argumentos terroríficos -falsos por otra parte- para desterrar este vicio de los jóvenes. Tampoco minimizar el problema: las estadísticas dan que del 20 al 25 por ciento de las muchachas y del 85 al 90 por ciento de los adolescentes caen, más o menos intensamente, en prácticas masturbatorias. Y las consecuencias son éstas:

En el campo psicológico: debilitamiento de la voluntad, falta de confianza en sí mismo, melancolía, excesiva introversión...

En el campo intelectual: falta de entrega al estudio, atención dispersa -no pocas veces tienen el libro delante y la imaginación Dios sabe dónde- padezca, desinterés por cualquier tipo de actividad...

En el campo religioso y moral: abandono de los sacramentos, debilitamiento de una fe con la que no es compatible tal proceder, vivir para el placer...

Se trata, pues, de un problema real -y no sólo desde el punto de vista religioso- al que padres y educadores han de hacer frente, desde la misma niñez y prepubertad, con aquella labor preparatoria de que hemos hablado, y actuando, a lo largo de la adolescencia, sobre su inteligencia, su corazón y su voluntad.

Sobre su inteligencia:

Nuestra acción sobre la inteligencia del muchacho debe salir al paso de ideas erróneas que, no raras veces, circulan entre ellos:

Es necesario decir a los jóvenes -advierte el Dr. Marañón- y es necesario que sean los médicos y no los curas los que se lo digan, que la castidad no sólo no es perjudicial a la salud, sino ahorro de la vitalidad futura, y que la condición del hombre no se mide por el garbo con que ejecute el acto sexual. Por el contrario, si hay una virtud específica de esa condición del hombre es la virtud de la renunciación.

Los argumentos que se aducen en contrario -necesidad de expulsión del esperma, enfermedades, etc.- no son sino débiles justificaciones a una evidente falta de voluntad y control:

¿Necesidad de expulsión del esperma?: la naturaleza ha atendido ya -con las poluciones nocturnas y sin necesidad de provocación artificial- a esa evacuación.

¿Enfermedades provenientes de la abstinencia sexual?: recordarles el caso de tantos religiosos y religiosas célibes, con una salud envidiable y una duración media de vida superiora los casados -pese a trabajos agotadores en misiones, hospitales, enseñanza, etc.-.

¿Males psíquicos originados por la castidad?: ciertamente que el autodomínio supone una tensión. Pero esa tensión es positiva. Lo malo es precisamente el abandono, el caer en ese debilitamiento de la voluntad, en esa pereza intelectual, en esa melancolía y pesimismo, en ese desequilibrio nervioso, etc. a que lleva la masturbación. ¡Esos sí que son males psíquicos!

Finalmente, en este actuar sobre su inteligencia, ocupa un lugar importante la lectura. Los libros no suplen a los padres, pero lo que acaso éstos no fueron capaces de aclarar puede hacerlo un buen libro. De ahí la conveniencia de que en esa pequeña biblioteca que los hijos

van formando junto a las biografías los libros de aventuras, de viajes o de ciencia ficción, haya también lugar para obras especialmente dirigidas a los jóvenes y que contribuyen a formar su carácter y a educar su pureza.

Sobre su corazón:

En estos años el joven comienza a interesarse por las chicas. Tímido con ellas, siente a la vez su atracción. Y ve nacer en su corazón el primer amor.

Pues bien: ese primer amor puede ayudar al adolescente en la lucha por la pureza. Se trata de algo que pasará como una nube de verano, pero que contribuye, no raras veces, a elevar el espíritu del joven.

No oponerse, por tanto, a estas relaciones entre ellos y ellas, aunque tampoco favorecerlas en exceso. Unos padres discretos sabrán, con mirada atenta, aprovechar todo lo que en esto puede haber de bueno y evitar lo menos conveniente .

Sobre su voluntad:

Fijarse en tres puntos de especial interés:

Una distribución bien meditada del trabajo diario, distribución en la que el tiempo de estudio tiene lugar de honor, pero también hay lugar para el juego, el descanso, la familia, etc.

El deporte, medio importantísimo tanto para el desarrollo físico como para el fortalecimiento de la voluntad, exige salir de sí, dominarse, someter el cuerpo a una disciplina, etc.

Pertenecer a algún grupo cultural, apostólico, deportivo.... Aparte del enriquecimiento que supone para su espíritu, el descubrimiento de la amistad le hará salir de su egoísmo, superar su introversión y abrirse nuevos horizontes, polarizando su interés en campos distintos del sexual.

Adviértase, finalmente, que, aunque los padres hayan conseguido ganar su confianza, hay aspectos muy personales, muy íntimos, de los que el joven difícilmente les hará partícipes. De ahí las ventajas que supone para él encontrar en un sacerdote amigo -en tal Padre del colegio, en el capellán del grupo scout la persona que le pone en paz con Dios y con su propia conciencia, que le aclara dudas, que le aconseja sobre tal o cual aspecto delicado, etc.

Poner al hijo o a la hija, de manera discreta y respetando su libertad, en vías de que se encuentre a tal persona, es una de las más bellas y eficaces misiones como padres y educadores.

### **3. En la juventud**

Aunque las relaciones entre ellos y ellas, primero, y los criterios sobre el noviazgo, después, deben formar parte de una verdadera educación para el amor, sólo nos ocuparemos, por referirse directamente a lo sexual, de las relaciones sexuales prematrimoniales:

Las relaciones sexuales prematrimoniales -escribe el Dr. Angel Sopeña Ibáñez- tienen vigencia progresiva y real en todos los medios sociales. Enorme número de parejas de novios de todos los niveles económicos y sociales, con proyecto matrimonial civil o religioso, acuden a la consulta médica en petición de medios de control de natalidad hasta que su situación, universitaria o laboral, les permita una mayor liberalización económica para soportar un embarazo.

Esta opinión del Dr. Sopena concuerda con los resultados de una encuesta llevada a cabo entre las alumnas de determinada Facultad madrileña. Según dicha encuesta, el 70 por ciento de ellas tomaban anticonceptivos, habitual o esporádicamente.

Tratemos de buscar las causas de estos hechos:

La crisis familiar, reflejada en la mayor libertad de los hijos y en el debilitamiento de la autoridad de los padres. Cada vez es más frecuente el caso de jóvenes de distinto sexo que pasan lejos de los suyos los fines de semana. ¡Cuántos jóvenes tienen experiencias prematrimoniales en el propio domicilio de sus padres mientras éstos pasan los días festivos en el campo! ¡Cuántos coches, que los padres dejan a los hijos para darse una vuelta con los amigos, han sido testigos -en lugar apartado y solitario- de escenas cuyo sitio adecuado era el lecho conyugal!

La píldora. Para una juventud sin convicciones religiosas carente del freno de la familia tradicional y respirando un ambiente hipersexualizado, la píldora constituye una liberación. La usará la joven que desea vivir esa experiencia nueva que es el placer sexual, y la que ve en su entrega el medio de atraer al muchacho que le gusta, y la que busca la seguridad de sentirse deseada -al menos en su cuerpo- y la que quiere evadirse de una realidad que le hastía... El placer sexual, separado mediante la píldora de sus posibles consecuencias generativas, viene a ser como la droga que transporta a mundos maravillosos... sin tener que preocuparse de que después se presenten efectos nocivos.

La hipersexualidad dominante. La relación sexual -normal o desviada, fuera o dentro del matrimonio- es asunto de moda. En los cines, en los teatros en las revistas y periódicos, en la misma televisión, están al orden del día las escenas más íntimas relacionadas con la sexualidad. Mostrar sobre esto ideas 'poco avanzadas' equivale a ser tachado de ñoño y de criterios trasnochados. ¡Los mayores insultos que se pueden hacer a un joven!

Estos son los hechos, el ambiente con el que se encuentran los hijos en la Universidad o en el trabajo. Y les puede asaltar la duda: si los demás lo hacen, -si no causamos daño a nadie, si con la píldora se evita un posible embarazo, ¿por qué no ofrecemos esta prueba de amor?, ¿por qué no comprobar previamente el matrimonio- si nos vamos a completar en un aspecto tan importante como el sexual?

¿Qué pensar de estos argumentos?

Aún sin entrar en consideraciones de carácter religioso, hay razones válidas para todos -y que se deben dar a los hijos- que llevan a rechazar las experiencias sexuales prematrimoniales:

1 . Las relaciones sexuales prematrimoniales conducen a decisiones equivocadas. Para que dos experiencias sean comparables, han de realizarse en circunstancias semejantes. Ahora bien: si se consulta a los esposos sobre su vida sexual matrimonial, indicarán que han necesitado varios años, en la mayoría de los casos, para ir conociéndose y acoplándose; incluso que sólo han conocido una perfecta compenetración después de la llegada de los hijos. Hablarán de la influencia de aspectos de tipo psíquico y de la importancia de su paz y del sosiego para que el acto sexual se realice a plena satisfacción de ambos. Compárense esas situaciones con las de los novios que quieren conocerse sexualmente: la tensión emocional derivada de la circunstancia de que aún no están casados, la posibilidad de que ella quede embarazada, el peligro de ser descubiertos, el temor de que puedan defraudarse mutuamente, etc., les conduce a experimentar, en mayor o menor grado, sentimientos de ansiedad y de culpa. Por ello es fácil que la chica se muestre frígida y el muchacho parcialmente impotente.

Esto supuesto, si como consecuencia de ese fracaso renuncian a unirse en matrimonio, ¿no están exponiéndose -a causa de esas relaciones- a una decisión equivocada?, ¿quién les dice que pasado cierto tiempo -como en tantos matrimonios ocurre- no iban a tener una vida sexual perfectamente lograda?

Pero supóngase que la experiencia fue positiva. ¿Quiere eso decir que ya pueden ir tranquilos al matrimonio? En modo alguno. No pocos cónyuges comienzan bien su vida íntima y después -a consecuencia de problemas de carácter, desconocimiento de las peculiaridades del otro sexo, dificultades originadas por la vida familiar o profesional, etc.- desembocan en una verdadera inadaptación sexual.

Se ve, pues, que ni en caso de ruptura ni en caso de continuar el noviazgo, es conveniente tomar como dato fiable lo que ocurre en la experiencia prematrimonial.

2. Las relaciones sexuales prematrimoniales darían el amor. Los jóvenes que ya consiguen en el noviazgo lo que deberían alcanzar en el matrimonio, no tendrán el afán de llegar a una boda que, en este aspecto, nada nuevo les va a dar. Y si llegan a casarse, ¿lo harán con la ilusión de quienes, habiéndose respetado en el noviazgo, esperan la gran revelación, el completo conocimiento y total entrega atados ya por un lazo que sólo la muerte podrá romper? Es claro que no. Por otra parte, el saber que no fueron capaces de esperar hasta el matrimonio, ¿no les llevará a dudar después el uno del otro? Porque también, una vez casados, se presentarán ocasiones en que hayan de dominarse por fidelidad al cónyuge, y el precedente que tienen el uno y el otro no es precisamente positivo.

3. Las relaciones sexuales prematrimoniales perjudican al hijo que puede llegar. Porque esa posibilidad siempre existe. Y acaso los novios no están preparados para poder atenderle. Aparte de que la angustia en que viven los meses anteriores al nacimiento no es el mejor ambiente para recibir al niño, y puede dejar en él una triste huella. Todo esto, en el supuesto de que no se inclinen por la fácil solución del aborto con todo el trauma que supone para una mujer joven el haber destruido a su primer hijo.

Las relaciones sexuales prematrimoniales conducen pues, a decisiones equivocadas, dañan el amor y perjudican al hijo que puede llegar. Sin embargo, difícilmente se les pondrá freno mientras la obsesión por lo sexual y la crisis de la familia continúen siendo el pan nuestro de cada día en esta sociedad que ha olvidado los valores morales fundamentales.

¿Cuál sería la solución a este problema?

Tener un sentido espiritual del matrimonio, convencidos de que, siendo importante en él el aspecto sexual, en modo alguno es el único, porque los cónyuges, además de varón y mujer, han de ser el uno para el otro amigos compañeros y colaboradores en la gran tarea de construir un hogar y sacar adelante a unos hijos;

poseer criterios claros sobre el noviazgo, periodo de conocimiento y preparación al matrimonio pero no matrimonio anticipado, tiempo en que se promete todo pero no se da todo;

evitar los peligros, porque de poco valen las razones de la inteligencia cuando el corazón tiene otras razones. La atracción del hombre y la mujer busca su plenitud en la unión física, y, si no se evitan las ocasiones próximas, los resultados no se harán esperar: quien ama el peligro en él perecerá.

Siendo fieles a estos tres puntos, el problema, aunque nunca se solucione totalmente, se mitigará en gran parte, y el período de noviazgo se situará en un verdadero lugar cumpliendo

aquellas palabras del Fausto, de Gounod: 'Nunca entregues tu amor ligeramente hasta que lleves el anillo de la boda'.

Y llega el gran día en que la educación sexual deja paso-a través del matrimonio- a la experiencia, a la integración en el amor conyugal, mucho más amplio, de esa parte importante que se llama vida sexual.

Aquí ya -en esa vida matrimonial que estrenan los hijos- salvo que sean consultados expresamente, la actitud de los padres debe ser de una delicada prudencia. Es algo tan íntimo de los nuevos esposos, que la discreción sobre este punto se impone. Lo cual no es obstáculo para que, con anterioridad a que el matrimonio se haya contraído, se procure:

- **Que los hijos realicen cursos prematrimoniales**, en los que se les oriente sobre aspectos que abarcan desde el sentido y fin del matrimonio hasta economía doméstica, relación con la familia del cónyuge, fisiología relacionada con la vida matrimonial, primeros tiempos de ajuste y rodaje, etc. Piénsese que, aun cuando sólo fuera para dar ocasión a los futuros esposos de que comenten entre ellos estos temas, ya habría razón suficiente para seguir tales cursos.

- **Que lean en común libros** que completen su formación sobre la vida matrimonial. Libros que, después, en los primeros tiempos de casados, cuando aún no hay niños que absorben todo el tiempo, podrán seguir contribuyendo a formar sus criterios y a encauzar debidamente su proceder, tanto en el aspecto sexual conyugal, como en los de comprensión mutua, fidelidad, relación con terceros, etc.

- **Que se dejen aconsejar**. La experiencia de otras personas -y concretamente de los padres- puede enriquecerles evitándoles muchos traspies. Escuchar cuando todavía no es demasiado tarde: aún están a tiempo de considerar si aquella persona es el padre o la madre que conviene den a sus hijos. Escuchar sobre su situación económica: el amor necesita un soporte de bienestar material razonable. Escuchar sobre aquella compra que van a realizar: aunque de momento les proporcione las cuatro paredes de un piso, acaso les tenga los primeros años de vida matrimonial -itan decisivos!- atados a deudas y con angustia de ver llegar el fin de mes sin dinero suficiente. Que la prudencia y el buen sentido de los padres atemperen la ilusión -razonable y bella, por supuesto, pero que debe armonizarse con un sano realismo- de los jóvenes que van a casarse.

**¿Que conseguir todo esto es difícil?** Más que difícil diríamos que es algo que no se puede improvisar que requiere todo un proceder habitual en la misma línea. Pero si a lo largo de las etapas anteriores-niñez, adolescencia, juventud se les aclaró puntualmente cuanto se refería a los problemas más íntimos de la vida, en vísperas del matrimonio, cuando se les hagan todas estas reflexiones escucharán también gustosos, pues se darán cuenta de que, ahora como antes, sólo su bien es lo que se busca.

---

## ALGUNOS LIBROS DE INTERÉS PARA PADRES Y EDUCADORES

a) De carácter general, para leer y comentar entre los esposos:

1. Reimprecht, Hamsheinz: Educar con optimismo a la juventud, Editorial Herder, Barcelona, 1974.

2. Courtois, Gastón: El arte de educar a las niñas de hoy. Sociedad de Educación Atenas, Madrid, 1968.
3. Osterrieth, Paul: Psicología infantil, Morata, Madrid, 1979.

**b) Para dar a los hijos y comentar con ellos sobre educación sexual:**

4. Castaño Bautista, Adolfo: Cómo nace una familia, Editorial Fontenella, Barcelona, 1966. (Para niños de 5 a 7 años).
5. Artus, Andrés: Los misterios de la vida al alcance de los niños, Nova Terra, Barcelona 1967. (Para niños de 7 a 10 años).
6. Torres, Alberto: Enséñenos la verdad, Sal Terrae. Santander, 1969. (Para muchachos de 11 a 13 años).
7. Pereira, Clemente: Díganos la verdad. Sal Terrae. Santander, 1969. (Para muchachos de 11 a 13 años).
8. Quoist, Michel: Dar, el diario de Ana María, Herder. Barcelona, 1965. (Para chicas de 14 a 17 años).
9. Quoist, Michel: Amor, el diario de Daniel. Herder. Barcelona, 1965. (Para chicos de 14 a 17 años).
10. Doctor Carnot: El libro del joven y el Libro de la joven. Studium, Madrid, 1972. (Para jóvenes de 18 a 21 años).

**c) Algunas obras de Luis RIESGO MÉNGUEZ y Carmen PABLO DE RIESGO:**

1. La familia ahora, Rialp. Madrid, 1980.
  2. Lo que Dios ha unido, EAPSA. Madrid, 1975. (Prodein, Zurbano 20, 2).
  3. Los derechos de los hijos. Prensa Española, Madrid, 1979 (CEPE, Gral. Pardiñas 95).
  4. Los puntos clave de toda educación, Narcea. Madrid, 1982
  5. Los padres ante la adolescencia de los hijos, Narcea, Madrid, 1983.
  6. Infancia y educación familiar, Narcea. Madrid, 1985.
-