

# Los tres pilares de la salud sexual de los hijos

## Religion, Vigilancia, Comunicación

Vivimos en una sociedad saturada de mensajes y estímulos sexuales. La juventud en especial está expuesta y presionada a iniciar su vida sexual a edad más y más temprana. La propaganda viene de la televisión, música, cine, computadora, moda, afiches, etc. También viene muchas veces del colegio con el pretexto de prevenir el embarazo juvenil y las enfermedades de transmisión sexual.

Es importante aclarar lo siguiente.

- 1) La actividad sexual de los jóvenes es siempre destructiva, no solo para ellos sino también para la sociedad.
- 2) La actividad sexual juvenil es frecuentemente asociada con otras conductas destructivas, tales como abuso de alcohol, uso de drogas, rendimiento escolar pobre, pornografía, violencia.
- 3) La mayoría de los jóvenes inician su actividad sexual debido a alguna presión/abuso y preferirían no haberlo hecho. También dicen que sus padres son la mejor protección.
- 4) La mayoría de los padres y adultos opinan que los jóvenes no deben involucrarse en actividad sexual.
- 5) En tiempos recientes se ha demostrado que la mejor manera de prevenir la actividad sexual juvenil es la educación de abstinencia a través de la formación del carácter, en el hogar y en la escuela.

Se ha escrito mucho sobre sexualidad juvenil, las consecuencias negativas a corto y largo plazo, los factores de riesgo y protección. Lo publicado y lo que se sabe por sentido común y experiencia, se puede resumir en tres factores principales, cuya ausencia se asocia con conductas peligrosas en la juventud: *religión, vigilancia y comunicación*. En este artículo describiremos lo que se sabe de estos factores y su rol en la conducta sexual juvenil.

### **Religión**

- En 1998 el Centro de Adicción y Abuso de Substancia de la Universidad de Columbia en Nueva York publicó un informe sobre la religiosidad juvenil y el uso de alcohol, cigarrillo y drogas. Encontraron una diferencia entre los niños que practicaban alguna religión y los otros, del orden de 3 veces a favor de los religiosos.<sup>1</sup> En 2001 un informe similar destaca que la religión juega un papel muy importante en la reducción de abuso de substancia en adultos y jóvenes y que los clérigos no están preparados para usar esta información, y los profesionales de la salud tampoco aprovechan la importancia de Dios y la religiosidad en la prevención y tratamiento de estos problemas.<sup>2</sup>
- El Journal of Adolescent Health publicó en 2000, 2002, y 2004 varios artículos destacando que la religiosidad se asocia con una visión más positiva de la vida y menos tendencia a conductas peligrosas, especialmente para muchachas.<sup>3-6</sup> Un estudio reciente de 2005 de la misma revista informa que la práctica religiosa en

muchachas de 14 años de edad continua teniendo un efecto importante en retardar la iniciación sexual.<sup>7</sup>

- La Campaña Nacional para prevenir el Embarazo Juvenil (NCPTP) tiene en su sitio web una publicación llamada “Nueve Consejos para ayudar a Líderes Espirituales y sus Comunidades” a hacerle frente al problema del embarazo en la adolescencia. Se basan en investigaciones que confirman lo que desde hace mucho tiempo saben los educadores de la juventud.: que la fe religiosa y la moralidad firme protegen mucho contra la actividad sexual y el embarazo juvenil. Los 9 consejos son: que atiendan a las necesidades espirituales de los jóvenes, que animen a los padres a conversar con sus hijos sobre sexo y religión, que se envuelva a la comunidad, que se aseguren de que la juventud comprenda lo que dice la religión sobre amor, sexo, matrimonio, embarazo juvenil, que se familiaricen con la cultura juvenil, que organicen y supervisen diversiones sanas, que le tiendan la mano a jóvenes aislados, que celebren los éxitos y excelencias, que colaboren con otras comunidades religiosas.<sup>8</sup>
- En el otoño de 2001 la NCPTP publicó dos estudios sobre juventud y religión. Uno fue un sondeo de adultos y jóvenes, quienes por un amplio margen afirman que su moral y valores religiosos son la mayor influencia en las decisiones sobre actividad sexual.<sup>9</sup> El otro es un informe sobre el rol de la religión en la prevención del embarazo juvenil. Los autores concluyen que la religión parece ser muy importante en las decisiones sexuales de los jóvenes, y, que siendo así, debiera haber más participación de los líderes y comunidades religiosas.<sup>10</sup>
- Un informe de **Child Trends** en 2002 afirma que la religiosidad de los padres, y las prácticas religiosas de la familia se asociaban con mucho menos riesgos y delincuencia, abuso de drogas y actividad sexual.<sup>11</sup>
- Un informe de Family Planning Perspectiva de Marzo-Abril del 2003, afirma que muchachas adolescentes que son religiosamente devotas, tienen mucho menos riesgo sexual.<sup>12</sup>
- Sociólogos del National Study of Youth and Religion, de la Universidad de **North Carolina en Chapel Hill**, reportaron en 2003 que familias religiosas, con hijos en la adolescencia temprana, entre los 12 y los 14 años, tienen muchas más probabilidades de tener significativamente mejores relaciones familiares que aquellos que no son activamente religiosos. El estudio demuestra que los jóvenes de familias muy dedicadas (entre 5 y 7 días a la semana) en alguna clase de actividad religiosa durante la semana (tales como ir a la iglesia, rezar o leer juntos la Escritura) tienen significativamente mayores probabilidades de tener relaciones estrechas con sus padres y sus madres, que aquellos de familias que no tienen actividades religiosas, y también tienen más probabilidad de cenar juntos, y no arrancarse de la casa.<sup>13</sup>
- **Patrick F. Fagan de la Heritage Foundation** tiene la investigación más amplia sobre cómo es que la fe y la familia afectan a la conducta sexual de los niños. Hace un análisis de datos representativos de todo el país, obtenidos de estudios imparciales del gobierno, que incluyen un gran número de niños, y de estudios internacionales. Estudios sobre la pérdida de la virginidad a los dieciséis años o antes, indican que el 96% de los niños que no tienen religión ya han empezado a ser sexualmente activos a esa edad, comparados con un 3% de niños que van a la iglesia todas las semanas.<sup>14</sup>

- Por último, en Noviembre de 2005 la NCPTP publicó un trabajo de Child Trends afirmando que mientras más frecuentemente los padres van a la iglesia, menos se envuelven los hijos en sexo antes de los 18 años. (36% vs 53). También encontraron que los jóvenes cuyos amigos practican una religión se envuelven menos en sexo. Estos son los resultados de un sondeo de más de 8000 jóvenes escolares del National Longitudinal Survey of Youth.<sup>15</sup> Al mismo tiempo la NCPTP publicó una Guía para líderes religiosos basada en parte en los 9 Consejos a Líderes Religiosos. En esta Guía se aconseja a los líderes ser puente cultural entre padres e hijos, dar mensajes claros sobre sexo juvenil, embarazo, consecuencias físicas y emocionales, hablar del tema con padres e hijos varones sin tener un criterio diferente para ellos y ellas, ayudar a los adolescentes a fijar metas y criterios, apoyar y celebrar éxitos, conocer la cultura juvenil, contestar preguntas clara y honestamente, acercarse a jóvenes alejados de la Iglesia, dar a los jóvenes algo a lo que puedan decir Si, envolver a otros grupos.<sup>16</sup>

### *En resumen*

La influencia positiva de la religión ha sido reconocida por la comunidad científica en las áreas del sexo, las drogas, hacer la rabona (faltar a clase) y la violencia de los jóvenes. La religión es un factor de protección muy importante contra la sexualidad adolescente. Los niños criados en hogares donde los padres rezan y van a la iglesia en forma regular, tienen mayores probabilidades de llegar a ser adultos felices. Estos padres saben que tendrán que responder a una autoridad superior. Saben que Dios es el verdadero origen del bien y el mal, que hay verdades objetivas y cánones de conducta. Tratan de vivir de acuerdo a ellos, y de comunicarlos a sus hijos.

### **Vigilancia**

Es muy importante que los padres estén envueltos en la vida de sus hijos: su comportamiento en el hogar, relaciones entre hermanos y con el resto de la familia, el colegio, las notas, los amigos, donde van, como se entretienen, etc. Un aviso popular en la TV americana dice: "son las 10 de la noche, sabe usted donde están sus hijos?"

La vigilancia tiene que empezar muy temprano, más bien, nunca se debe dejar. Al niño se le va dando más libertad a medida que crece y madura y desarrolla sentido de responsabilidad. A los pequeños se les enseña por obediencia, a los más grandes se les dan razones. También hay que cuidar mucho de dar ejemplo personal de conducta responsable. Se les van enseñando las virtudes, más o menos de acuerdo a la edad. Por ejemplo, justicia, obediencia, orden, sinceridad a los más chicos, responsabilidad, perseverancia, generosidad, paciencia, fortaleza modestia, respeto, amistad, espíritu de servicio, temperancia, a los pre adolescentes y adolescentes, prudencia, lealtad, optimismo, a los mayorcitos.<sup>17</sup>

- **En 1999 Los ‘Archives of Pediatric and Adolescent Health’** publicaron que en un medio ambiente de mucha pobreza, aquellos niños que dijeron tener un alto nivel de control por parte de los padres, eran mucho menos susceptibles de empezar la actividad sexual en la preadolescencia. Más aun, tenían mucho menores tasas de iniciación sexual al ir creciendo. Este trabajo tiene la cualidad única de estudiar a niños desde los 9 años a los 17.<sup>18</sup>

Es necesario establecer y exigir cumplimiento de reglas de conducta y ser consistentes. Para la formación del carácter y la educación de la personalidad los niños necesitan dirección, aprender a tomar responsabilidades y cumplir compromisos. Todo esto, en un ambiente de comprensión y cariño de hogar. Esta formación los llevará a ser capaces de resistir presiones y llegar a ser adultos maduros y responsables. Una vigilancia muy estricta y autoritaria puede resultar en un mayor riesgo de conducta peligrosa.

- El Centro de Adicción y Abuso de Substancia de la Universidad de Columbia en Nueva York (CASA) publicó en Febrero de 2001 los resultados de una encuesta nacional sobre juventud y drogas. El estudio divide los hogares en padres comprometidos “con las manos en la masa” y no comprometidos. Esto basado en una lista de doce actividades. Contrariamente a lo esperado, 47% de los niños controlados contra solo un 13% de los no controlados dijeron que tenían buenas relaciones con sus padres. Sólo 27% de los niños vivían con padres “con las manos en la masa”, pero tenían un riesgo cuatro veces menor de involucrarse en conductas peligrosas. El estudio es un mensaje poderoso de que los padres deben ser padres y no “compinches” de sus hijos. Padres comprometidos son aquellos que toman por lo menos 10 de las siguientes 12 medidas:
  - Controlan lo que los adolescentes miran en la Televisión
  - Controlan lo que hacen en el Internet.
  - Ponen límites al tipo de discos que los adolescentes pueden comprar.
  - Saben dónde están los adolescentes en las tardes y en el week-end.
  - Esperan que los niños digan la verdad de a dónde van a ir.
  - Están “bien al tanto” de cómo le va al niño en el colegio.
  - Exigen una hora de llegada (‘Toque de queda’)
  - Dejan en claro que estarían muy molestos si el niño fumara marihuana.
  - Comen con los niños la mayoría de las noches.
  - Cortan la televisión a la hora de comer.
  - Dan a los adolescentes algunas obligaciones fijas en el hogar.
  - Algún adulto está en la casa cuando los niños vuelven del colegio.

Los padres de niños que cumplen 10 de las 12 actividades tenían 50% menos chances de involucrarse en drogas.<sup>19</sup>

Con respecto a actividad sexual en particular, es muy importante que los padres estén correctamente informados sobre la actividad sexual de la juventud y de la necesidad de vigilancia.

- Según datos de Child Trends la mayoría de los adolescentes (85%) empiezan a tener relaciones a los **tres meses** de una relación romántica, y no en un encuentro casual. La mayoría de esas amistades se rompen en unos seis meses. Un cuarto tuvieron relaciones una sola vez. En la mayoría de los casos esto pasó en el **hogar** del muchacho, en la tarde o la noche. Un pequeño número empezó en condiciones de abuso, que se producen cuando los adolescentes pequeños, por lo general muchachas, tienen una pareja mayor.<sup>20</sup>
- Los datos de la National Campaign to Prevent Teen Pregnancy revelan que uno de cada cinco adolescentes empieza a tener relaciones **antes de los 15** años y que el 50% tuvieron hasta dos relaciones en los últimos doce meses. Muchachas menores tuvieron más parejas, con un aumento del riesgo de ETS y embarazos. El 10% de las muchachas empezaron la sexualidad en **forma involuntaria** y la mayoría de las muchachas preferirían no haber empezado. En una relación romántica, mientras mayor sea la pareja, tanto mayor es la probabilidad de empezar a tener relaciones. La actividad sexual temprana se mostró asociada a otras **conductas de riesgo**, tales como el alcohol, el cigarrillo y el uso de drogas. Los padres creen que tienen buena comunicación con sus hijos con respecto al sexo, pero según los niños, ese no es el caso.<sup>21</sup>
- Con respecto a los muchachos, la mayoría dicen estar sometidos a la presión de sus amigos. Cuatro de cada diez creen que embarazar a una muchacha va a hacerlos sentirse como verdaderos hombres, y un 50% opinan que el sexo y el embarazo no tienen mayor importancia.<sup>22</sup>

Toda esta información significa que los adultos tienen que saber que los niños empiezan a tener relaciones **muy temprano**, y que debieran preocuparse por esto, que la actividad sexual temprana puede ser un síntoma de **otras conductas de riesgo**, que debieran saber **dónde y con quién están** sus hijos, y que es necesario **comunicarse** mejor con ellos. En el caso de **noviazgos muy jóvenes, noviazgos exclusivos, noviazgos de larga duración, y tener un novio mucho mayor**, los padres debieran tener muy presente la posibilidad de que se estén envolviendo sexualmente, y es importante que lo conversen honestamente con el niño o la niña, para evitar actividades de las que más tarde se vayan a arrepentir. Con respecto a los muchachos, los padres debieran tener la misma conducta que con las muchachas, de rechazar el sexo y recomendar una **conducta responsable para ambos**, y los padres son los más indicados para hablar con sus hijos hombres.

Según La Campaña Nacional para Prevenir el Embarazo Juvenil, uno de los consejos de los jóvenes a sus padres es **“No nos dejen solos por mucho tiempo**. A veces tenemos relaciones sexuales porque no hay mucho más que hacer. Si no pueden estar con nosotros en casa cuando regresamos de la escuela, asegúrense de que tengamos algo que hacer que realmente nos guste, donde se encuentren otros jóvenes y adultos que se sientan bien con nosotros. Si estamos en una fiesta, asegúrense de que haya un adulto con nosotros.”

- De la misma organización, entre los consejos a los padres están los siguientes : **Supervise y vigile a sus niños y adolescentes**. Establezca reglas, horas de llegada nocturnas y maneras de comportamiento, preferiblemente a través de discusiones familiares abiertas. Si sus hijos salen de la escuela a las 3PM y usted no llega a casa del trabajo sino hasta las 6PM, ¿quién es responsable de asegurarse de que sus hijos no sólo están seguros, sino involucrados en

actividades útiles? ¿Adónde van ellos cuando salen con sus amigos? ¿Hay adultos a cargo de esa responsabilidad? Supervisar y vigilar el paradero de sus hijos no lo convierte en un hostigador; lo convierte en padre. **Conozca a los amigos de sus hijos y a sus familias.** Claramente, los amigos ejercen una gran influencia entre ellos mismos. Conozca a los padres de los amigos de sus hijos, así podrán establecer reglas y expectativas en común. Es más fácil hacer cumplir un horario de llegada nocturno que todos los amigos de sus hijos compartan por igual, en vez de uno que los haga a ellos diferentes — pero aunque sus puntos de vista no coincidan con los de los otros padres, manténgase firme en sus convicciones. Déle la bienvenida a su hogar a los amigos de sus hijos y conózcalos. **Desaliente las citas tempranas,** frecuentes y constantes. Permitir que los adolescentes comiencen a tener citas constantes antes de los 16 años de edad puede llevar a problemas. En cambio, fomente las actividades en grupo. Haga que sus hijos conozcan estas ideas con anticipación— no espere hasta que sus hijos adolescentes le propongan planes que difieran de sus ideas sobre este asunto. Si no, él o ella pensará que a usted, simplemente no le agrada alguna persona o invitación en particular. **Entérese de qué están viendo, leyendo y oyendo sus hijos.** La televisión, la radio, las películas, los videos musicales, las revistas y el Internet envían muchos mensajes relativos al sexo; en ellos el sexo usualmente no tiene ningún significado profundo, el embarazo no planificado rara vez sucede, y muy pocas de las personas que tienen relaciones sexuales en los medios de comunicación parecieran estar casados o tener algún compromiso especial. ¿Esto coincide con sus expectativas y valores? De no ser así, es importante hablar con sus hijos sobre lo que retratan los medios de comunicación, lo que usted y ellos piensan al respecto. En el caso de que ciertos programas o películas le ofendan, dígalos y explique por qué. Anime a sus hijos a tener un pensamiento crítico: pregúnteles qué piensan ellos de los programas que ven y de la música que escuchan. Vea con ellos sus programas favoritos y pregúnteles si las escenas de la televisión están relacionadas con algo en sus vidas o en las de sus amigos. Aunque usted no puede controlar totalmente lo que sus hijos ven u oyen, sí puede dar a conocer sus puntos de vista y controlar su ambiente familiar apagando la televisión, cancelando suscripciones y poniéndole límite a ciertas películas”.<sup>23</sup>

### *En resumen*

Los niños cuyos padres los vigilan y guían se sienten más cuidados, interesados y amados por ellos. Tienen más posibilidades de evitar conductas destructivas y de desarrollar integridad de carácter y llegar a ser adultos maduros y responsables.

### **Comunicación**

En la década del 90 y continuando en el tercer milenio ha habido una cantidad de publicaciones médicas y científicas estableciendo el rol primordial de los padres en la conducta sexual de sus hijos.

- En 1996 el Alan Guttmacher Institute, la rama de investigación de Planned Parenthood publica que cuando hay buenas relaciones entre madre y adolescente, cuando la madre muestra rechazo firme a la actividad sexual y se discuten muy poco los contraceptivos, hay 12.5 veces mas chances de que el

adolescente se abstenga.<sup>24</sup> Desde entonces han abundado informes corroborando estos hallazgos.

- El 10 de Septiembre de **1997 el Journal of the American Medical Association** publicó un artículo clave en el que destaca la importancia de la familia en la conducta sexual del adolescente. El estudio fué el resultado de una encuesta a 90 000 estudiantes de todo el país, que se hace periódicamente, llamado Nacional Longitudinal Study on Adolescent Health (Add Health study). El estudio informó que la familia influye positivamente si los padres se preocupan y están unidos entre ellos, si esperan de los hijos alto rendimiento escolar, si tienen expectativas claras de comportamiento, si proporcionan buen modelo con su conducta, y si saben escuchar. Este estudio describe las relaciones entre la familia y el colegio, y analiza diversos factores como violencia, suicidio, uso de drogas, actividad sexual.<sup>25</sup>
- El Journal of Adolescent Health publicó una serie de artículos entre los años 2000 y 2003 destacando la importancia de las buenas relaciones entre padres e hijos. Estos también ponen énfasis en la importancia del contacto cercano entre padres e hijos, altas expectativas con respecto a la conducta, hogares con ambos padres, rechazo de parte de la madre de las relaciones prematrimoniales y el cuidado y atención de los padres, tanto el real como el percibido por el niño, como factores que previenen el comienzo prematuro de actividad sexual de los niños. Los informes destacan que las madres de niñas que eran vírgenes tenían buenas relaciones con sus hijas, les comunicaban clara y firmemente que desaprobaban cualquier involucrimiento sexual, conversaban frecuentemente con los padres de las amistades de sus hijas, y tenían buena educación.<sup>26-34</sup>
- En **Agosto del año 2000 en el Archives of Pediatric and Adolescent Medicine**, Sieving y colaboradores usando el Nacional Longitudinal Study of Adolescent Health (Add Study) de años anteriores, de 1994-1995, reanalizaron la relación estrecha de los padres . El estudio incluía 12 105 estudiantes de grados 7 a 12 (7 a 4º medio, en Chile). Encontraron que no solo es importante que las madres desapruében la actividad sexual de sus hijos, sino que también tienen que comunicarlo en forma eficaz y fuerte. Aquellas madres que aconsejan la contracepción son percibidas como menos probable que estén en desacuerdo con la actividad sexual.<sup>35</sup>
- El Instituto Alan Guttmacher, que es el departamento de Investigación de Planned Parenthood, se hace eco, en el número de **Marzo–Abril de 2001 de Family Planning Perspectives**, de los descubrimientos reportados en la literatura médica y por CASA, afirmando que sin duda, la calidad de la comunicación de padres e hijos parece ser un determinante poderoso de la conducta sexual de los adolescentes. Este informe se basó en una encuesta de 351 estudiantes que participaban en un programa educacional titulado “Bright Futures” (futuros brillantes) en la escuela media en Rochester, New York. Este currículo tiene un importante factor de participación de los padres. La mayoría de los niños que contestaron el cuestionario afirmaron que no pensaban involucrarse en relaciones sexuales antes de terminar la escuela superior un 95% no eran sexualmente activos.<sup>36</sup> De acuerdo a un informe del Alan Guttmacher Institute **de Marzo de 2002**, la mayoría de los niños dijo que su madre era la primera persona a quien acudían con sus preguntas sobre salud y sexo.<sup>37</sup>

- Más recientemente, bajo el título de **“Mothers’ Influence on Teen Sex: Connections that Promote Postponing Sexual Intercourse”** (La influencia de las madres sobre la sexualidad adolescente: Conexiones que promueven el retardo de las relaciones sexuales), R. Blum analizó este tema en profundidad. Concluye que desaprobar la sexualidad adolescente no basta, tienen que haber buenas relaciones entre madre e hija y el mensaje tiene que ser bien entendido por la muchacha. Los padres se tienen que preocupar de las vidas de sus hijos, conocer a sus amigos y a los padres de sus amigos: alrededor del 50% de los padres no sabían que sus hijos habían empezado a tener relaciones. Es muy importante que los mensajes, los valores y la conducta sean consistentes, para poder tener buena comunicación con los niños, y que entiendan y obedezcan.<sup>38</sup>

Un muy buen incentivo para los padres en su obligación de transmitir un mensaje claro de que se oponen a la sexualidad juvenil es el hecho de que los niños lo quieren, lo necesitan y lo esperan.

- En una encuesta de Junio del 2000, por la National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, cuando se les preguntó a los adolescentes quién era la principal influencia sobre sus decisiones en materia sexual, los padres fueron citados más a menudo que cualquier otra influencia. En esa oportunidad, la mayoría dijo que les hubiera gustado esperar más antes de involucrarse en relaciones sexuales. La encuesta se titula **“No es solo algo más que hacer: los Adolescentes hablan sobre sexualidad, arrepentimiento y la influencia de los padres”**.<sup>39</sup> En otra encuesta, en Abril del 2001, los resultados fueron iguales que los del año anterior, pero solo un tercio de los padres creía que tal fuera el caso.<sup>40</sup> En una encuesta confirmatoria del 2002, dos tercios de los adolescentes estuvieron de acuerdo que sería mucho más fácil posponer la actividad sexual, y evitar los embarazos juveniles si fueran capaces de tener una conversación más abierta y honesta con sus padres, sobre este tema. El 79% dijeron que no era una vergüenza admitir que eran vírgenes, y el 82% creen que el sexo debiera suceder solo en relaciones con un compromiso a largo plazo.<sup>41</sup>
- Una encuesta publicada en Septiembre del 2003, muestra nuevamente que la mayoría de los adolescentes (88%) tendrían menos probabilidades de involucrarse en actividad sexual si tuvieran mejor comunicación con sus padres. Seis de cada diez adolescentes (59%) encuestados también dijeron que sus padres son su ejemplo para una relación sana y responsable. La encuesta se ha llamado **“La laguna de los padres: Embarazos juveniles e Influencia de los Padres”** y afirma que los padres continúan subestimando la influencia que tienen sobre las decisiones de sus hijos en materia sexual.<sup>42</sup> Cada año la National Campaign to Prevent Teen Pregnancy publica resultados similares a los de encuestas previas: la enorme mayoría de los adolescentes cree que el sexo solo debiera ocurrir en una relación con un compromiso de largo plazo, y que no es vergonzoso admitir que son vírgenes. La encuesta hace notar que los adolescentes continúan expresando actitudes prudentes en materia sexual.<sup>43</sup>
- Un informe reciente analiza resultados del National Longitudinal Study of Adolescent Health, un sondeo de 8000 madres e hijos. Los niños más envueltos en sexo eran aquellos que percibían a sus madres como aprobando el sexo prematrimonial, y aquellos que conversaban mas con sus madres sobre sexo.<sup>44</sup>

Muy frecuentemente los padres se sienten cohibidos para conversar con sus hijos sobre comportamiento sexual. Las siguientes son algunas razones:

- No quieren imponer sus propios valores.
- No se sienten con autoridad moral.
- Reflejan una cultura tolerante, no quieren ofender.
- No tienen valores claros ellos mismos, de rechazo al sexo juvenil.
- Confían en los expertos.
- Tienen falso sentido de la libertad.
- Son atemorizados por los promotores del sexo libre.

Por otro lado, son los **mejores calificados** por que conocen y aman a sus hijos, son una **familia**, que es la mejor escuela de las virtudes, y pueden enseñar con su **ejemplo** de lo que son, una **comunidad de vida y amor**.

Por otro lado, los hijos también tienen problemas para iniciar conversaciones con sus padres. Se preocupan de la reacción de sus padres, que los padres creen que son sexualmente activos, tienen vergüenza, no saben como abordar el tema, creen que los padres no entenderán.

Los niños respetan a sus padres y esperan que se los guíe y se los apoye para poder evitar involucrarse en actividad sexual y para aprender a resistir las presiones en ese sentido. También necesitan razones para ser castos. Necesitan saber que la abstinencia prematrimonial es necesaria para poder perseguir y alcanzar metas futuras, y la felicidad en la vida.

- La Campaña Nacional para Prevenir el Embarazo Juvenil en el Guía titulado “El Poder de los Padres” tiene algunos consejos prácticos para mejorar la comunicación entre padres e hijos. Ambos rechazan “la conversación.” Los hijos quieren saber más bien sobre el amor, matrimonio, razones por las cuales el sexo y embarazo no son convenientes para ellos, como distinguir atracción física solamente del amor, como rechazar presiones. Quieren también que los adultos no asuman que están envueltos sexualmente si hacen preguntas al respecto, y definitivamente, les interesa la opinión de sus padres, aunque no lo demuestren. La Campaña aconseja a los padres que se eduquen con respecto al problema del sexo y embarazo juvenil, y discutan estos temas honestamente con los hijos, que tengan sus propios valores bien en claro y que los niños los conozcan, que le den mucho valor a la educación y metas a largo plazo de los niños y discutan todo esto con ellos,. Mas que nada, hace notar la Campaña, los consejos serán más aceptados si se dan en forma natural, en un ambiente de mucho cariño familiar y los niños sientan este cariño y preocupación e interés auténtico de sus padres.<sup>23</sup>

El Papa Juan Pablo II con su desarrollo de la “Teología del Cuerpo” facilita mucho la comunicación entre padres e hijos al explicar cual es la función y el objetivo de la sexualidad. Brevemente, el Santo Padre aclara que el hombre y la mujer se complementan, se completan uno con el otro, en cuerpo y mente. La unión sexual hace de los dos “una sola carne” y esto refleja la entrega mutua total del ser. Esta unión tan íntima y profunda constituye un sacramento, un compromiso, y es tan poderosa que es capaz de generar nueva vida. Mas aún, dice Juan Pablo II, esta unión es una imagen, un “ícono” de la vida de la Santísima Trinidad, y su destino es llegar a la unión con Dios

mismo. Aclara que el celibato como vocación se “salta” esta etapa, atrayendo Dios a la persona directamente a él. Se desprende naturalmente que la unión sexual es algo muy serio, profundo, de grandes consecuencias, que afecta a la persona entera y no solo al cuerpo. Por lo tanto no debe ser casual y pasajera, sino permanente, fiel, total, y fructífera. Estas condiciones sólo se dan en el matrimonio.<sup>45</sup>

En los últimos tiempos se ha determinado que la ocitocina, usada en el parto para facilitar el nacimiento de los niños, es secretada durante la unión sexual y su función es sedimentar la unión entre el hombre y la mujer. La promiscuidad parece agotar la producción de ocitocina, lo que dificulta mucho cualquiera unión sexual deseada después.<sup>46</sup>

También es bueno explicar a los hijos que el sexo antes del matrimonio conduce naturalmente al adulterio, relaciones fuera del matrimonio, La abstinencia sexual pre matrimonial es un componente de la virtud de la castidad, que se debe vivir en todos los estados de vida.

Finalmente, estos tres pilares de la salud sexual juvenil se asientan mas firmemente en los hogares bien constituidos donde los padres se aman y aman a los hijos, en una relación estable. Hay muchos hogares en que por distintas razones las relaciones familiares no funcionan bien o hay un solo padre. Aquellos padres tendrán que luchar más, pero estos pilares son también necesarios para ellos. Hay evidencia de que los niños pueden crecer con integridad de carácter en estas condiciones.

#### *BIBLIOGRAFÍA*

1. The National Center on Addiction and Substance Abuse. Religion plays key role in preventing teen drug, alcohol and tobacco use. September 1, 1998 [www.casacolumbia.org](http://www.casacolumbia.org).
2. The National Center on Addiction and Substance Abuse. Spirituality and religion reduce risk of substance abuse. November 14, 2001 [www.casacolumbia.org](http://www.casacolumbia.org).
3. Holder DW et al. The association between adolescent spirituality and voluntary sexual activity. JAH 2000. 26(4); 295-302.
4. Miller L, M. Phillip G. Religiousness and sexual responsibility in adolescent girls. JAH 2002. 31(5); 401-405.
5. Cotton S et al. The Impact of Adolescent Spirituality and Religiosity on Depressive Symptoms. JAH 2004. 34(2); 114.
6. Woodrome SE et al. Religiosity among Female Adolescents: Stability over Time, Developmental Trends, and Associations with other Behavioral Measures. JAH 2004, 34(2); 121-122.
7. Jones RK et al. Religious differentials in the sexual and reproductive behaviors of young women in the United States. JAH 2005. 36(4); 279-288.
8. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Nueve Consejos para Ayudar a líderes Espirituales y sus Comunidades a hacerle frente al Problema de Embarazo en la Adolescencia. [www.teenpergnancy.org](http://www.teenpergnancy.org).

9. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Faithful Nation. What American Adults and Teens Think about Faith, Morals, Religion and Teen Pregnancy. A National Survey. September 2001 [www.teenpergnancy.org](http://www.teenpergnancy.org).
10. Whitehead BD. Keeping the Faith. The role of Religion and Faith Communities in Preventing Teen Pregnancy. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy September 2001 [www.teenpregnancy.org](http://www.teenpregnancy.org).
11. Bridges LJ, Moore KA. Religious Involvement and Children's Well Being: What Research Tells Us (and what it doesn't) Child Trends Research Brief September 2002. [www.childtrends.org](http://www.childtrends.org).
12. Teenage Women Who are Devoted to their Religion Have Reduced Sexual Risk. Perspectives on Sexual and Reproductive Health Digest. March/April 2003; 35.
13. Smith C, Kim P. Family Religious Involvement and the Quality of Family Relationships for Early Adolescents. National Study of Youth and Religion. [www.youthandreligion.org](http://www.youthandreligion.org).
14. Fagan PF. Family and Faith. The Roots of Prosperity, Stability and Freedom. Heritage Foundation Supplement, from Speech delivered at Peperdine U. Princeton U. Spring 2000. ([www.heritage.org](http://www.heritage.org)).
15. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. The Association Between Parent, Family and Peer Religiosity and Teenagers' Sexual Experience and Contraceptive Use. Putting What Works to Work November 2005 [www.teenpregnancy.org](http://www.teenpregnancy.org).
16. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Fé, Esperanza y Amor: como pueden las comunidades Religiosas Latinas Ayudar a Prevenir el Embarazo entre los Adolescentes 2005. [www.teenpregnancy.org](http://www.teenpregnancy.org).
17. Isaacs D. Character Building. La Educación de las Virtudes. Ediciones Universidad de Navarra, S.A., Pamplona.
18. Romer D, StantonB, Gailbraith J, et al. Parental Influence on Adolescent Sexual Behavior in High Poverty Settings. Arch Pediatr Adolesc Med 1999; 153:1055-1062 ([www.archpediatrics.com](http://www.archpediatrics.com)).
19. The National Center on Addiction and Substance Abuse 2000. National Survey of American Attitudes on Substance Abuse VI: Teens. [www.casacolumbia.org](http://www.casacolumbia.org).
20. Ryan S. et al. The First Time: Characteristics of Teens' First Sexual Relationships. ChildTrends Research Brief. August 2003. [www.childtrends.org](http://www.childtrends.org).
21. The Sexual Behavior of Young Adolescents. The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Putting what works to work Number 3, September 2003.
22. The Sexual Attitudes and Behavior of Male Teens. The National Campaign to prevent Teen Pregnancy. Putting what works to work number 6, October 2003.
23. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. El Poder de los Padres. Lo que Los Padres deben Saber y hacer para Ayudar a Prevenir el Embarazo en los Adolescentes. [www.teenpregnancy.org](http://www.teenpregnancy.org).
24. Jaccard J et al. Maternal Correlates of Adolescent Sexual and Contraceptive Behavior. Fam Plan Persp 1996; 28 (4):159.

25. Resnick MD, Bearman PS Blum RW, et al. Protecting Adolescents from Harm. Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health. JAMA 1997; 278: 823-832.
26. Lammers C, Ireland M, Resnick M, et al. Influences on adolescents decision to postpone onset of sexual Intercourse: a survival analysis of virginity among youths aged 13 to 18 years. JAH 2000; 26:42-48 ([www.east.elsevier.com/jah](http://www.east.elsevier.com/jah)).
27. Dittus PJ, Jaccard J. Adolescents perceptions of maternal disapproval of sex: relationship to sexual outcomes. JAH 2000; 26:268-278.
28. Li X, Feigelman S, Stanton B. Perceived parental monitoring and health risks behaviors among urban low-income African-American children and adolescents. JAH 2000; 27:43-48.
29. Karofsky PS, Zeng L, Kosorok MR. Relationship between adolescent parental communication and initiation of first intercourse by adolescents. JAH 2001; 28:41-45.
30. Mcneely CD, Shew ML, Beuhring P, et al. Mothers Influence on the Timing of First Sex among 14 and 15 Year olds. JAH 2002; 31:256-265.
31. Suris JC, Parera N. Family structure or having a good relationship with their parents: influence on male adolescents drug use. JAH 2002; 32: 123-124.
32. Borawski EA et al. Parental monitoring, negotiated unsupervised time and parental trust: the role of perceived parenting practices in adolescent health risk behaviors. JAH 2003; 33: 60-70.
33. Huebner AJ, Howell LW. Examining the relationship between adolescent sexual Risk-Taking and perceptions of monitoring, communication, and parenting styles. JAH 2003; 33:71-78.
34. Jaccard J et al. Maternal discussions about pregnancy and adolescents, attitudes towards pregnancy. JAH 2003; 33:84-87.
35. Sieving RE, McNeely CS, Blum RW. Maternal Expectations, Mother-Child Connectedness, and Adolescent Sexual Debut. Arch Pediatr Adolesc Med 2000; 154:809-816.
36. Effects of a Parent-Child Communication Intervention on young Adolescent's Risk for early onset of Sexual Activity. Fam Plan Perspect 2001; 33:52-61 [www.agi.usa.org](http://www.agi.usa.org).
37. Parents are Youngsters Top Choice as Source of Health information. Digest Perspectives on Sexual and Reproductive health Vol 34 #2, 3/4 2002.
38. Blum R. Mothers' Influence on Teen Sex: Connections That Promote Postponing Sexual Intercourse. [www.allaboutkids.umn.edu](http://www.allaboutkids.umn.edu).
39. Not Just Another Thing to do: Teens Tell Us About Sex, Regret, and the Influence of Their Parents. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. June 30, 2000 [www.teenpregnancy.org](http://www.teenpregnancy.org).
40. With One Voice: America's Adults and Teens Sound Off About Teen Pregnancy. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy 2001. [www.teenpregnancy.org](http://www.teenpregnancy.org).
41. With One Voice 2002 . Follow up to 2001 survey.

42. The Parent Gap: Teen Pregnancy and Parental Influence. The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. September 2003.
43. Teens Continue to Express Cautious Attitudes Towards Sex. The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Press Release December 16, 2003.
44. Fingerson L. Do Mothers' opinions matter in teens' sexual activity? Journal of Family Issues #26. October 2005: 947-974. Cited on The Family in America Nov 2005, a publication of the Howard Center for Family, Religion and Society.
45. West C. Theology of the Body for Beginners. A basic introduction to Pope John Paul II's Sexual Revolution. Ascension Press 2004 [www.ascensionpress.com](http://www.ascensionpress.com).
46. Crouse JS. Love Potion Number "O" Concerned Women for America. [www.cwfa.org](http://www.cwfa.org).

*Liliana Trivelli Alessandri, M.D.*  
*Febrero 2006*