



## Cinco consejos de una madre a su hija sobre la sexualidad

A todos los padres les preocupa la educación sexual de sus hijos, pero pocos se ocupan de hacer algo al respecto. Ven peligros por todas partes y a sus hijos e hijas en medio del torbellino. Se echan las manos a la cabeza, y a veces se tapan los ojos para no ver lo que hay; no obstante, siguen sin hacer nada, ni siquiera se atreven a hablar sobre sexualidad y dejan que sean los amigos, el ambiente, la tele e Internet quienes eduquen a sus hijos en algo tan íntimo y personal.

Los padres deberíamos tomar ejemplo de la actriz británica **Emma Thompson**, protagonista y guionista de la película *Sentido y sensibilidad*, madre de una adolescente de 13 años a la que ha dedicado un «manual de sexo» con el fin de contrarrestar las presiones a las que están sometidos los adolescentes de nuestro tiempo.

Su idea ha servido de ejemplo a muchas madres, como a la escritora **Annabel Cole**, quien también tiene una hija adolescente e, inspirada por la idea de Emma Thompson, escribe un manual dirigido a su hija Elsa para decirle lo que toda madre debería explicar a su hija sobre sexo. He aquí algunas de sus recomendaciones:

### 1• Mantén en privado las cosas privadas

Está muy bien tener muchos contactos en las redes sociales, pero nunca compartas sentimientos íntimos ni tus propias experiencias. Guárdate para ti lo que es solo tuyo. Un error en este sentido puede perseguirte toda la vida.

### 2• El porno no es la vida real

Para quien no sabe qué es la sexualidad puede pensar que la pornografía se le parece en algo, pero no es así. Son actores que representan lo más alejado a la plena vida sexual. Los momentos más íntimos están muy lejos de tales escenarios artificiales.

### 3• La imagen no lo es todo

No dejes que la moda te esclavice, que tengas que pasarte media vida mirándote al espejo, depilándote, peinándote, maquillándote, haciendo dieta... como si tuvieras la obligación, impuesta por la publicidad y las revistas, de «estar mona». Nada de eso te ayudará a menos que te sientas segura en tu interior.

### 4• Una cita no es un cuento de hadas

El cine nos ha llenado de romanticismo, pero la realidad puede ser muy distinta. Mejor abandona las fantasías y prepárate para los silencios incómodos, la torpeza y el nerviosismo. Eso es lo normal. No busques una cita para quedar bien delante de otras chicas el lunes por la mañana cuando llegues al instituto. Eso se llama presión de grupo.

### 5• No todos lo hacen

Siguiendo con la presión, he aquí la más fuerte: piensas que todos lo hacen, pero la experiencia nos dice

que no es así. Es como si el ambiente quisiera inyectarles prisa a los adolescentes con esa cantinela de «tonto el último», cuando la sexualidad es tan importante que vale la pena esperar.

La actriz y guionista Emma Thompson dice que sólo podemos ayudar a nuestras hijas escuchándolas, transmitiéndoles confianza y mostrándoles una actitud franca.

Si de algo está necesitada en estos tiempos la educación sexual de nuestras hijas (y de nuestros hijos) es de sentido y sensibilidad. Algo que en el ambiente, en la tele, en las redes sociales, en Internet, brilla por su ausencia.

Pongamos los padres lo que falta: un sentido a la sexualidad y hagámoslo con sensibilidad.

**Annabel Cole**

### PARA HACER

- 1• ¿Esto es solo para chicas? ¿Cómo serían los consejos para chicos?
- 2• Annabel Cole recomienda a su hija: «Está bien esperar y está bien decir NO». ¿Por qué?
- 3• ¿Qué responderían los hijos e hijas a una carta como esta?
- 4• Para los que ahora son jóvenes: Nos imaginamos que tenemos una hija o hijo de 15 a 16 años. ¿Qué le comentaríamos?
- 5• Reolocamos los puntos en orden de importancia según nuestro parecer...