

Cómo enseñar a un niño o niña que nadie puede tocar su cuerpo

¿Por qué es importante hablar del cuerpo?

Desde pequeños, los niños deben saber que su cuerpo les pertenece y que pueden decir "no" ante cualquier contacto que les incomode. Esto les da seguridad y confianza para hablar si algo no está bien.

Usa lenguaje claro y apropiado

Habla con naturalidad. Diles que su cuerpo es privado y que nadie puede tocar sus partes íntimas sin su permiso, salvo casos justificados con mamá, papá o el médico.

Nombra las partes del cuerpo por su nombre

Usar los nombres reales evita confusión y vergüenza. Así, si algo ocurre, sabrán cómo expresarse claramente.

La regla del bañador

Enséñales que nadie debe tocar las partes del cuerpo que cubre un bañador. Es una forma simple y clara de entender los límites.

Enseña el consentimiento

Tienen derecho a decir "no" si algo les incomoda, incluso frente a un adulto. También deben saber que no deben guardar secretos sobre su cuerpo.

Crea un espacio seguro para hablar

Diles que siempre pueden contar lo que sienten. Escúchalos sin juzgar. Eso fortalece su confianza.

Usa cuentos y juegos

Los cuentos y canciones ayudan a enseñar estos temas de forma accesible y natural.

Sin miedo, con amor

No se trata de asustarlos, sino de empoderarlos con cariño y protección.

Practica situaciones

Haz juegos de roles donde practiquen decir "no" o contar algo a un adulto. Eso los prepara para la vida real.

Sé su mayor apoyo

Recordarles que cuentan contigo hará que siempre se sientan protegidos.

Palabras clave

cuerpo infantil, educación sexual infantil, consentimiento infantil, prevención abuso infantil, partes íntimas niños, regla del bañador, cómo hablar del cuerpo, crianza consciente, juegos consentimiento, cuentos cuerpo niños

Ignis Natura - Salud y bienestar al alcance de todos

www.ignisnatura.org