

Edades y etapas de los niños

Al hablar con sus hijos sobre el SIDA/VIH u otros temas difíciles, es importante tener en cuenta sus edades y etapas de desarrollo para proporcionar información adecuada a la edad.

Niños pequeños/preescolares: Los niños pequeños hasta los 4 años de edad están aprendiendo lo básico sobre sus cuerpos y el mundo que los rodea. No entienden los conceptos de enfermedad, muerte o sexo. Los niños de esta edad, en particular, necesitan sentirse seguros; necesitan saber que usted estará siempre ahí para ellos. Aunque no debería hablar sobre el SIDA/VIH con niños tan pequeños, puede presentar el concepto de sexualidad proporcionando el nombre correcto de las partes del cuerpo relacionadas con la reproducción. Más importante aún, sin embargo, es el mensaje que les quiere dar a los niños pequeños y preescolares acerca de que usted está pendiente de sus preguntas. Al sentir que pueden preguntarle lo que sea, es más probable que hablen con usted cuando sean mayores.

Niños de edad escolar: Los niños de 5 a 8 años de edad están comenzando a aprender sobre salud, enfermedad, muerte y sexo. Pueden entender que el SIDA/VIH es un problema serio de salud causado por un virus y que sus probabilidades de padecer SIDA/VIH son muy bajas. Si los niños están temerosos del SIDA/VIH, asegúreles que si bien el VIH es una infección seria y el SIDA una enfermedad grave, pocos niños la padecen.

Preadolescentes: Los niños de 9 a 12 años de edad piensan muchísimo sobre sus cuerpos, los cuales están cambiando rápidamente. Cuénteles como se propaga el VIH. Debido a que el VIH se propaga comúnmente por contacto sexual, es importante que su preadolescente tenga información correcta sobre sexo. Advértales sobre los peligros del sexo casual e inseguro. Hágales saber que compartir el uso de agujas o jeringas para drogas intravenosas, inyecciones de esteroides, tatuajes o perforaciones de la piel pueden poner a una persona en riesgo de contraer el VIH. Es importante que los preadolescentes sepan que las elecciones que hacen hoy tienen consecuencias que afectarán el resto de sus vidas.

Adolescentes: Los adolescentes de 13 a 19 años de edad están pendientes de su autoimagen y de las amistades con sus pares. Están tratando de volverse independientes de sus padres. El tomar riesgos parece ser parte de la vida de muchos jóvenes. Sin embargo, los adolescentes que experimentan con el sexo y la droga están especialmente en riesgo de contraer el VIH.

Recursos adicionales

Talking With Kids: A Parent's Guide to Sex Education (Hable con sus hijos: Una guía para los padres sobre la educación sexual). Producida por National PTA en colaboración con la Fundación Henry J. Kaiser Family, la guía tiene el propósito de ayudar a los padres en la comunicación con sus hijos sobre temas difíciles como el sexo. Para obtener una copia, que también está disponible en español, visite el sitio Web de National PTA en www.pta.org/parentinvolvement/healthsafety/index.asp, o llame al departamento de servicio al cliente al (800) 307-4PTA (4782).

“Talking with Kids About Tough Issues” (Hablando con los niños sobre temas difíciles) es una campaña nacional para alentar a los padres a que hablen con sus hijos temprano y más seguido sobre temas como el sexo, SIDA/VIH, violencia, alcohol y el uso de drogas. Además del sitio Web, la campaña tiene folletos disponibles en inglés y en español. Llame al (800) CHILD-44 (244-5344), o visite www.talkingwithkids.org.

American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría). La academia ha publicado una serie de folletos tratando temas de los adolescentes. Los títulos incluyen *Tips for Parents of Adolescents (Consejos para padres de adolescentes)* que trata sobre la comunicación entre padres e hijos; *Talking to Your Young Teen About Sex and Sexuality (Hablando con su hijo adolescente sobre el sexo y la sexualidad)* para padres de niños de 9 a 14 años de edad; *Know the Facts About HIV and AIDS (Conociendo los datos concretos sobre el SIDA y el VIH)* y *Sex Education: A Bibliography of Educational Materials for Children, Adolescents, and Their Families (Educación sexual: Bibliografía de materiales educativos para niños, adolescentes y sus familias)*. Los folletos, disponibles en cantidades de a 100 por \$34.95 (precio para no miembros), pueden ser ordenados en el área de la librería de www.aap.org o llamando sin cargo a la academia al (866) 843-2271. Las personas interesadas en recibir un solo ejemplar de cualquiera de los títulos anteriormente mencionados, deben comunicarse con el pediatra de sus niños.

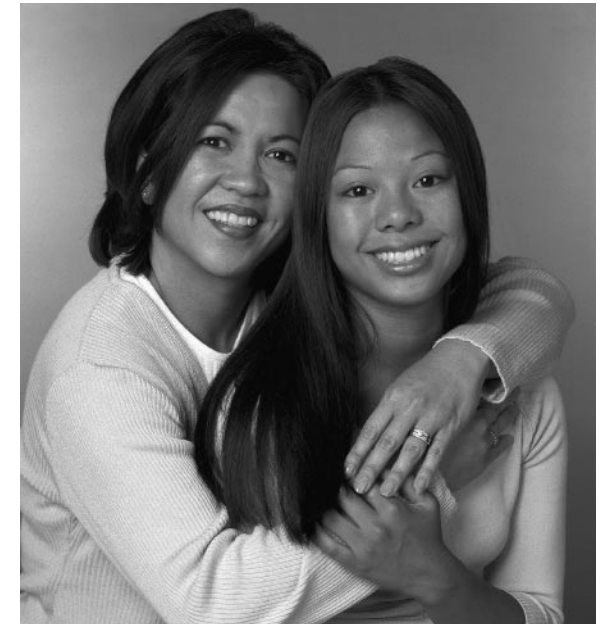
Este folleto ha sido posible gracias a fondos provenientes del subcontrato de la University of Arizona.

**National
PTA®**

cada niño. una voz.

(800) 307-4PTA
E-mail: info@pta.org
www.pta.org

Hablando con los niños sobre el



SIDA/VIH

**National
PTA®**
cada niño. una voz.

Para los padres, el SIDA/VIH es un tema difícil de hablar con sus hijos, y ni que hablar de explicar o tener una conversación sobre este tema con sus hijos. Aún así, el SIDA/VIH es uno de esos temas difíciles que todas las familias deben discutir.

Las estadísticas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Center for Disease Control and Prevention) muestran que aproximadamente la mitad de todas las nuevas infecciones de VIH en el mundo corresponden a personas jóvenes entre 15 a 24 años de edad, lo cual representa casi un tercio del total de la población mundial que vive con SIDA/VIH. Frente a estadísticas tan alarmantes, los padres no pueden darse el lujo de no hablar con sus hijos sobre este tema y brindarles datos concretos sobre el SIDA/VIH. (Ver el recuadro más abajo.)

Los padres también necesitan expresar sus valores respecto a la actividad sexual y al uso de drogas (comportamientos que ponen a las personas jóvenes en riesgo de contraer SIDA/VIH) y ayudar a sus hijos a desarrollar los valores que los acompañarán al ser adultos.

Entonces ¿qué pueden hacer los padres para sentirse cómodos al hablar con sus hijos? Aquí le damos algunos consejos.

- **Relájese.** Muchos padres se sienten incómodos al hablar con sus hijos de un tema con tanta carga emocional. Sin embargo, esas conversaciones son necesarias para mantener a su hijo seguro y saludable. Cuando logre considerar la cuestión del SIDA/VIH objetivamente, probablemente se sentirá más cómodo abordando el tema con su hijo/a.
- **Conozca los datos concretos.** No tiene que saber todo sobre el SIDA/VIH, pero el conocer algunos datos básicos y estadísticas le ayudará a contestar algunas de las preguntas de sus hijos. (Vea “Datos concretos sobre el SIDA/VIH” en la página 2, como así también los recursos adicionales citados al final de este folleto.) Cuando no pueda responder una pregunta de su hijo, sea honesto y déjele saber que usted no tiene una respuesta. Luego utilice esa oportunidad como experiencia educativa investigando juntos para encontrar la respuesta.
- **Hable temprano.** Nunca es demasiado temprano para hablar con su hijo sobre el SIDA/VIH. Por ejemplo, los niños en edad escolar indudablemente habrán escuchado algo sobre el SIDA/VIH. Después de todo,

el SIDA/VIH ha sido un tema en este país por casi un cuarto de siglo. Sin embargo, lo que su hijo en edad escolar pudo haber escuchado, puede no ser correcto y ésa es una de las razones para tener una conversación adecuada a la edad con su hijo.



- **Escuche y aprenda.** Escuche lo que su hijo tiene que decir. Haga tiempo en su agenda ocupada para brindarle a sus hijos toda su atención y realmente obsérvelos y escúchelos. Escuchar atentamente a sus hijos puede construir su confianza, demostrándoles que pueden expresarse libremente, que usted escucha lo que ellos dicen y que a usted le importa lo que piensan y sienten. Como padre puede aprender escuchando. Por ejemplo, conversaciones con su hijo sobre el SIDA/VIH pueden revelar lo que su hijo sabe o no sabe sobre el tema, como así también los mitos que existen sobre el SIDA/VIH, los cuales puede disipar con información correcta.
- **Comunique sus valores.** Las investigaciones han demostrado que los niños quieren y necesitan la guía moral de sus padres. Como padre, tiene la oportunidad de hablar con su hijo sobre el SIDA/VIH antes que nadie pueda darle su opinión y quizás confundir a su hijo con información incorrecta. Presente los datos concretos, dé a su hijo respuestas honestas y comuníquele sus creencias concernientes al sexo, uso de drogas y otros comportamientos que ponen a su hijo en riesgo de contraer el SIDA/VIH.
- **Hable una y otra vez.** No piense que todo lo necesario es una sola conversación. Necesita tener conversaciones sobre el SIDA/VIH con sus hijos en forma temprana y seguida. Teniendo estas conversaciones con sus hijos a diferentes edades, les proporciona información más a fondo sobre el tema a medida que entienden más profundamente conceptos como enfermedad, muerte y sexo. (Vea “Edades y etapas de los niños” en la página 5). Al hablar con sus hijos frecuentemente, aprende a encontrar momentos para enseñarles durante un día típico, haciendo más natural el hablar sobre el SIDA/VIH y otros temas difíciles.

Datos concretos sobre el SIDA/VIH

- VIH significa “virus de la inmunodeficiencia humana”. El virus ataca el sistema inmunológico de una persona, haciéndola vulnerable a las infecciones y enfermedades.
- SIDA significa “síndrome de inmunodeficiencia adquirida”. Es una enfermedad fatal causada por una infección del VIH.
- El VIH se propaga por el intercambio personal de fluidos corporales tales como sangre y productos de la sangre, semen o fluido vaginal, y leche materna. La forma principal en que una persona puede contraer VIH es a través del contacto sexual con una persona infectada o compartiendo el uso de agujas o jeringas para drogas intravenosas, inyecciones de esteroides, tatuajes o perforaciones de la piel con una persona VIH positiva. Los bebés se pueden infectar como resultado de nacer o ser amamantados por una mujer VIH positiva.
- La sangre o productos de la sangre contaminados como resultado de transfusiones de sangre, trans-

- plantas de órganos o inseminación artificial es poco frecuente, de acuerdo a la Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics), debido a exámenes rutinarios de VIH en los Estados Unidos a donadores de sangre, esperma, tejido y órganos.
- El VIH no se propaga por contactos casuales como estrechar las manos, abrazarse, convivir con personas infectadas con VIH, o comer alimentos preparados por una persona infectada. El VIH tampoco se propaga por picaduras de insectos, piscinas, por donar sangre o por el aire que nos rodea. El VIH es un virus débil y no vive mucho tiempo fuera del cuerpo.
- No es posible determinar que una persona es VIH positiva o tiene SIDA con tan sólo mirarla.
- Actualmente, no existe cura para el SIDA y no hay vacunas para prevenir el VIH.

Dato:

El VIH no se propaga por contactos casuales como estrechar las manos