

## Ejemplos de prevención de la violencia sexual específicos según la edad

### **Adolescentes (13 a 19 años)**

#### **Sexualidad sana**

Muchos padres y madres, si es que hablan de sexo en absoluto, solo mencionan los aspectos básicos del consentimiento y el uso de anticonceptivos. Sin embargo, si realmente vamos a tener una cultura sexual sana, debemos ampliar nuestras conversaciones para ir más allá del riesgo y el peligro. Es necesario hablar sobre el sexo como una actividad alegre, que las personas disfrutan mutuamente. Un objetivo clave en este sentido es que su hijo(a) llegue a la edad adulta siendo capaz de tener relaciones sexuales que fomenten la reciprocidad, el cariño y la alegría.

#### **Intercambio de fotos y mensajes de texto sexuales (sexting)**

Hable de las consecuencias de compartir fotos. Esto incluye mencionar que, una vez que se ha enviado una foto o video, dejamos de tener control sobre quiénes lo ven o a quién se envía, incluyendo otras personas en la escuela, maestros(as), familiares y otras personas. Dependiendo de dónde viva, es posible que surjan graves problemas legales al enviar o recibir fotos o videos sexualmente explícitos, especialmente si el sujeto es menor de edad.

#### **Consentimiento y límites**

Lo más seguro es que su hijo(a) adolescente asistirá a una que otra fiesta donde habrá alcohol y drogas. Es importante hablar sobre el consumo de drogas y cómo, a veces, esto puede llevar a encuentros sexuales que pueden ser desde vergonzosos hasta una agresión. En esas situaciones, lo mejor es pedirle el teléfono a la persona y volverse a ver cuando todos estén sobrios.

#### **Cambios e imagen corporal**

La imagen corporal y los cambios por la pubertad pueden ser un gran desafío para los adolescentes. Los adolescentes escuchan lo que decimos cuando criticamos nuestro cuerpo o el de otras personas. ¿Qué relación tiene con su cuerpo? ¿Cómo cuida y nutre su cuerpo? Hablen de las expectativas de la sociedad en torno al cuerpo, tanto de mujeres como hombres, y por qué no son nada realistas.