



## ¿A Qué Edad Hay Que Hablar?

Existen varios temas importantes que debemos abordar con nuestros hijos. En esta primera etapa nos enfocaremos únicamente en la edad adecuada para tratar cada uno de ellos. Más adelante, desarrollaremos cada tema con mayor profundidad, hasta llegar finalmente a presentar un ejemplo práctico de una plática estructurada de padre a hijo.

La edad para abordar cada tema varía según el niño y su contexto. Existen opiniones que van desde no tocar algunos temas en absoluto, hasta hablarlos a edades muy tempranas. Las edades aquí mencionadas se basan en la experiencia adquirida en Yedidím. De cualquier forma, es fundamental recalcar que cada caso puede variar, por lo que recomendamos consultar con su Rav o con Yedidím.

### **El objetivo de hablar con nuestros hijos**

El primer paso es comprender cuál es nuestro objetivo al hablar con nuestros hijos.

Rabí Shimshón Refaél Hírsh z"l describe el rol de los padres de la siguiente manera:

הוראי – horái: mis padres

שומראי ביימי נערותי – shomrái biméi naarutí: mis cuidadores en mi infancia

מדריאי ביימי נערותי – madrijái biméi naarutí: mis guías en mi juventud

וידידאי ביימי בגרותי – veyedidái biméi bagruti: mis amigos en mi madurez

Esto nos enseña que, cuando los niños son pequeños, los padres actúan principalmente como cuidadores: les indican qué hacer y qué evitar.

Con el tiempo, este rol evoluciona, y los padres se convierten en guías que acompañan y orientan. Finalmente, en la etapa de madurez, el vínculo se transforma en una relación de amistad y confianza.



## La Importancia de Hablar a Tiempo

Las primeras impresiones son poderosas y dejan una huella duradera. Cuando la información inicial proviene de una fuente sana y basada en la Torá, se establecen bases firmes que acompañarán al niño durante toda su vida.

Estas conversaciones permiten:

- Responder a la curiosidad natural del niño.
- Ofrecer información precisa.
- Dar un enfoque sano y abierto.
- Transmitir nuestros valores.

De esta manera, evitamos que los hijos recurran a fuentes inapropiadas o incluso a contenido pornográfico para satisfacer su curiosidad.

Asimismo, es fundamental hablar antes de que aparezcan cambios físicos y emocionales, atracciones o tentaciones desconocidas. Esto los protege de confusiones y distorsiones, y les brinda herramientas claras para afrontar la adolescencia con mayor fortaleza emocional.

Hablar abiertamente elimina el tabú y transmite que, aunque estos temas son privados, sí pueden tratarse en el entorno adecuado. Así, los hijos saben que sus padres son una fuente confiable y recurrirán a ellos ante dudas o inquietudes.

## Consecuencias de No Hablar

Hoy en día, muchos niños y adolescentes enfrentan dificultades que podrían haberse evitado.

La sexualidad es una fuerza poderosa que, sin orientación, puede generar ansiedad, culpa, vergüenza o conductas compulsivas. Con educación, preparación y apoyo continuo, muchos de estos problemas pueden prevenirse o minimizarse.



Rav Yehoshúa Eijistein shlit"á, Rosh Yeshivá de Yad Aharón, relató que en una yeshivá de jóvenes que se habían alejado del camino de la Torá, una de las quejas principales fue que no tenían con quién hablar de estos temas.

Nadie se los explicó correctamente, y esto les causó un gran daño.

Concluyó que, aunque pensemos que los niños no saben, en realidad saben mucho más de lo que creemos. En nuestra generación estamos obligados a hablar, porque si no lo aprenden de nosotros, lo aprenderán en la calle, con consecuencias muy perjudiciales.

Ser abiertos y educar con sensibilidad fortalece la relación con los hijos, los protege y favorece su desarrollo sano.

Rav Dov Yaffe z"l recalcaba la importancia de hablar con los niños antes de que caigan en conductas dañinas, ya que muchas veces la caída se produce por falta de información, lo que intensifica la lucha con el Yetzer Hará.

Por ello, sostenía que estos temas deben tratarse incluso desde edades tempranas, ya en primaria.

## Los Cinco Temas Principales a Abordar

1. Partes privadas
2. Cambios físicos y emocionales
3. Zera Lebatálá y menstruación
4. Atracción hacia el sexo opuesto
5. Relaciones maritales

## ¿A Qué Edad Hablar de Cada Tema?

### 1. Partes Privadas

Recomendamos enseñarlo desde que el niño tiene uso de razón. Es fundamental dejar claro que nadie puede tocar sus partes privadas. Este mensaje debe reforzarse en distintas etapas de la vida, especialmente cuando el niño asiste a casas de amigos, campamentos u otras actividades similares.



## **2. Cambios Físicos y Emocionales**

Sugerimos abordarlo antes de que comiencen los cambios, generalmente entre los 9 y 11 años.

Este tema puede servir como introducción natural a los temas siguientes (3, 4 y 5).

## **3. ZÉRA y Menstruación**

Es importante explicarlo antes de que ocurra el primer episodio:

- Mikré Laila en el varón
- Menstruación en la mujer

Nuestra recomendación general es entre los 10 y 11 años, aunque dependerá del desarrollo y la madurez del niño.

## **4. Atracción Hacia el Sexo Opuesto**

Debe abordarse antes de que aparezca con fuerza, idealmente alrededor de los 11 años o incluso un poco antes.

Esto ayuda al niño a entender que es algo normal y le brinda herramientas para afrontar las pruebas con mayor claridad.

## **5. Relaciones Maritales**

En principio, no sería necesario abordar este tema a edades tempranas, ya que no es relevante para el niño.

Sin embargo, si el niño ya muestra curiosidad o tiene información previa, es esencial aclarar sus dudas para evitar que busque respuestas en fuentes inapropiadas.

Hoy en día, la realidad es distinta. Según nuestra experiencia en México, la gran mayoría de niños entran en contacto con esta información desde 4.º de primaria hasta 2.º de secundaria.

Esto genera la necesidad de hablar del tema previamente, para que cuando lo enfrenten lo hagan desde una perspectiva correcta, sana y de KEDUSHÁ.



Se cuenta que al Admur de Monomínsk le comentaron que Rav Yaakov Kaminétsky z"l decía que estos temas debían tratarse a los 16 años. Él respondió, hace ya 40 años:

*“ Hoy en día eso es demasiado tarde; hay niños de 8 años que saben más que yo ”*

### Consideración Especial en Mujeres

Nuestra opinión es que, en las mujeres, las edades son en general iguales que en los hombres, con excepción del tema de relaciones maritales.

Ellas no están tan expuestas a este tema y, aun cuando tengan información, no suele generar el mismo morbo ni curiosidad. Por lo tanto, nuestra recomendación es no abrir este tema de forma activa, salvo que ellas se acerquen porque ya recibieron información.

- Si preguntan: explicar con claridad y sensibilidad.
- Si no saben nada: posponer el tema y abrirlo en una edad más tardía, aproximadamente alrededor de los 17 años.

#### Dudas y consultas:

Línea Anónima de Yedidim: ☎ 55 9709 2231 🌐 yedidim.mx

R' David Heskel: ☎ 55 3596 3893 - R' David Hemsani: ☎ 55 6817 5765