Publicado en Ciudad de México el 29/06/2023

# [Tu Mente Sana ofrece consejos para hablar de identidad de género y orientación sexual con niños y adolescentes](http://www.notasdeprensa.es)

## La información correcta, transmitida con las palabras idóneas, es un tema clave en la educación sexual de los hijos. Debe empezar desde una edad temprana y adecuarse al nivel de entendimiento y madurez de los niños y adolescentes

 Hablar de identidad de género y orientación sexual en familia es uno de los temas prioritarios para lograr la aceptación y apoyo que requieren las personas que pertenecen a la comunidad LGBTI+, por lo que expertos en psicología clínica recomiendan abordar estos temas desde un punto de vista educativo según la edad de los hijos. "La información correcta, transmitida con las palabras idóneas, es un tema clave en la educación sexual de los hijos. Debe empezar desde una edad temprana y adecuarse al nivel de entendimiento de los niños y adolescentes. Lamentablemente, no todos los padres de familia tienen información, ni se sienten cómodos hablando del tema", advirtió la psicóloga Mariana Martínez Guillén, directora general de Tu Mente Sana (TMS), clínica especializada en salud mental. Recibir una educación integral sobre la sexualidad, basada en un enfoque de derechos, contribuye al desarrollo de habilidades necesarias para ejercer los derechos sexuales y reproductivos, así como para tomar decisiones autónomas, informadas, responsables y saludables respecto a este aspecto de la vida. En México la instrucción sobre estos temas se recibe, principalmente, en las escuelas de educación básica abordando temas como la anatomía y fisiología sexual, la prevención de enfermedades de transmisión sexual, métodos anticonceptivos y diversidad sexual. Aun así, es importante que los padres amplíen la información y resuelvan las dudas de sus hijos en el seno familiar. "La diversidad sexual y de género se refiere a las posibilidades de las personas para expresar y vivir su sexualidad. Alude a las preferencias u orientaciones e identidades sexuales y de género. De acuerdo con el INEGI, en México hay 5 millones de personas que se autoidentifica como LGBTI+; es decir una persona de cada 20. Por su orientación sexual, 2.3 millones son bisexuales; 1.2 millones, son homosexuales, y 489,000 lesbianas", aclaró Mercedes Cano Márquez, psicóloga clínica especializada en asesora ejecutiva de la clínica de Rhino Morado, clínica de salud mental enfocada en la comunidad LGBTI+. Las clínicas Tu Mente Sana y Rhino Morado recomiendan las siguientes pautas para hablar de identidad de género y orientación sexual en familia: Informarse. Los padres de familia deben informarse en fuentes confiables y entender los conceptos de identidad de género y orientación sexual antes de hablar con sus hijos. Buscar un espacio seguro. Se puede motivar la conversación en un ambiente en el que los niños y adolescentes se sientan cómodos. Fomentar la charla. Hay que hacer saber a los hijos que pueden preguntar y compartir cualquier duda o situación y que nada es inapropiado, vergonzoso o fuera de lugar. Utilizar un lenguaje apropiado. Se aconseja usar un lenguaje adecuado a la edad y desarrollo cognitivo de cada niño y por ningún motivo emplear palabras o términos que no existen, que son peyorativos, que vayan cargados de prejuicios o que sean inadecuados. Impulsar la empatía. Hay que explicar a los niños y jóvenes que todas las personas son diferentes y que eso es algo positivo; todo en un ánimo de inclusión, diversidad y respeto. Ser respetuoso y dar soporte. Cuando un hijo comparte su orientación sexual o identidad de género hay que hacerle sentir acompañado, entendido seguro y en confianza, y por ningún motivo invalidar lo que siente y expresa. "Es importante que los padres de familia busquen orientación profesional para apoyar a sus hijos a reconocer y manejar su identidad de género/orientación sexual. Hacerlo a tiempo puede evitar trastornos como la depresión y ansiedad en la persona, así como conflictos familiares por falta de entendimiento", añadió Martínez Guillén. Rhino Morado es una clínica aliada de Tu Mente Sana. Es un espacio de contención y acompañamiento fundamentado en los derechos humanos y la terapia afirmativa para la comunidad LGBTI+. Su página de internet es: https://rhinomorado.tumentesana.com.mx/

**Datos de contacto:**

Daniela Mendoza

5512346756

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/tu-mente-sana-ofrece-consejos-para-hablar-de](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Educación Psicología Bienestar



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)