

Crecimiento y Desarrollo, de Nueve a Doce Años de Edad: Lo que los Padres Necesitan Saber

El desarrollo humano es un proceso de crecimiento y cambio físico, conductual, cognitivo y emocional que dura toda la vida. En las etapas tempranas de la vida; de la primera infancia a la niñez, de la niñez a la adolescencia y de la adolescencia a la adultez; ocurren cambios enormes. Durante todo este proceso, cada persona desarrolla actitudes y valores que guían sus elecciones, relaciones e interpretaciones.

La sexualidad es también un proceso que dura toda la vida. Los bebés, niños, adolescentes y adultos son seres sexuales. Del mismo modo que es importante enriquecer el crecimiento físico, emocional y cognitivo de un niño(a), es también importante sentar las bases para el crecimiento sexual de un niño(a). Los adultos tienen la responsabilidad de ayudar a los niños a comprender y aceptar su sexualidad en desarrollo.

Cada etapa del desarrollo abarca marcadores específicos. Las siguientes directrices de desarrollo se aplican a la mayoría de los niños en este grupo de edad. Sin embargo, cada niño(a) es una persona individual y puede llegar a estas etapas de desarrollo antes o después que otros niños de la misma edad. Cuando surgen inquietudes sobre el desarrollo específico de un niño(a), los padres de familia o personas a cargo de su cuidado deberían consultar al médico o a otro profesional de desarrollo infantil.

Desarrollo físico

La mayoría de los jovencitos de nueve a 12 años de edad:

- Tendrán un crecimiento repentino con un aumento significativo de peso, crecimiento muscular y maduración genital [El crecimiento repentino comienza más temprano en las chicas; dura más tiempo en los varones, quienes terminan siendo más altos].
- Entrarán en la pubertad, un período en el que las hormonas producidas en la glándula pituitaria activan la producción de testosterona en los niños, estrógeno/progesterona en las niñas [Esto normalmente comienza primero en las niñas (de nueve a 12 años) que en los niños (de 11 a 14 años)]. Durante la pubertad:
 - ◆ La piel se vuelve más grasosa y pueden salir espinillas.
 - ◆ La transpiración aumenta y es posible que los jóvenes tengan olor corporal.
 - ◆ El vello crece debajo del brazo y en el pubis y en los varones, en el rostro y el pecho.
 - ◆ Las proporciones del cuerpo cambian [las caderas se ensanchan en las mujeres, los hombros se ensanchan en los varones].
 - ◆ Es posible que duelan las articulaciones debido al crecimiento rápido.
 - ◆ En los varones, los genitales maduran, el escroto se oscurece, la voz se hace más grave, se produce esperma, y las erecciones, eyaculaciones y sueños mojados o húmedos son más frecuentes.
 - ◆ En las mujeres, los genitales maduran, se desarrollan los senos, la lubricación vaginal aumenta y comienza la ovulación, así como el ciclo menstrual.
 - ◆ Se masturbarán [tanto los varones como las mujeres] y es posible que tengan fantasías con otras personas y sobre su propia intimidad sexual.

Desarrollo cognitivo

La mayoría de los jovencitos de nueve a 12 años de edad:

- Se encaminarán hacia la independencia a medida que avanzan hacia la escuela intermedia/secundaria
- Continuarán desarrollando habilidades en la toma de decisiones a medida que se vuelven más independientes
- Comenzarán a pensar en profesiones y ocupaciones futuras
- Cambiarán su enfoque escolar de actividades centradas en el juego a actividades académicas

- Comenzarán a depender de sus pares y de los medios de comunicación para obtener información y consejo [Los amigos le influyen considerablemente].
- Desarrollarán una mayor capacidad para la conciencia social y el pensamiento abstracto, incluyendo la comprensión de temas complejos como la pobreza y la guerra
- Asumirán más responsabilidad, como quehaceres y ayuda con las responsabilidades familiares

Desarrollo emocional

La mayoría de los jovencitos de nueve a 12 años de edad:

- Querrán armonizar y no sobresalir de entre sus pares de ninguna forma, especialmente en lo que respecta a los roles según el sexo y a la sexualidad
- Se preocuparán por su aspecto exterior [Quieren verse como “todos los demás”].
- Se volverán tímidos y egocéntricos
- Tendrán sentimientos ambivalentes (opuestos) y conflictivos sobre la pubertad, el deseo sexual y querrán ser independientes y comportarse como sus pares
- Valorarán mucho las relaciones con los pares, las amistades, las citas románticas y los enamoramientos y les darán a los pares más importancia que a la familia
- Se relacionarán con pares del mismo sexo y del sexo opuesto y es posible que desarrollen sentimientos sexuales hacia otras personas como una dimensión nueva dentro de las relaciones
- Desarrollarán la capacidad de entender los componentes de una relación cariñosa y tierna
- Experimentarán sentimientos de inseguridad y comenzarán a tener dudas respecto al concepto de sí mismos y de la confianza en sí mismos que tenían anteriormente [Las chicas, especialmente, suelen experimentar una baja considerable en su autoestima].
- Lucharán con las relaciones familiares y querrán tener privacidad y estar separados de la familia [Ellos ponen los límites a prueba y procuran tener independencia].
- Experimentarán cambios de humor, esto se evidenciará especialmente en las relaciones familiares
- Desarrollarán encaprichamientos o “enamoramientos” y es posible que comiencen las citas románticas

Desarrollo sexual

La mayoría de los jovencitos de nueve a 12 años de edad:

- Tendrán un sentido emergente de sí mismos como adultos jóvenes
- Serán conscientes de su sexualidad y de cómo eligen expresarla
- Entenderán los chistes con contenido sexual
- Estarán preocupados por ser normales, tal como si es normal masturbarse, tener sueños mojados o húmedos, etc.
- Estarán ansiosos con respecto a la pubertad, cuándo sucederá, cómo sucederá y cómo estar preparado para la misma, etc.
- Sentirán timidez de hacerle preguntas a las personas a cargo de su cuidado, particularmente sobre la sexualidad y es posible que actúen como que ya supieran todas las respuestas
- Valorarán mucho la privacidad

Lo que las familias necesitan hacer para criar niños sexualmente saludables

A fin de ayudar a que los jovencitos de nueve a 12 años de edad desarrollen una sexualidad saludable, las familias necesitan:

- Ayudar a que los jóvenes entiendan la pubertad y los cambios por los que están pasando y que esos cambios, incluyendo la menstruación y las emisiones nocturnas (eyaculación), son normales.
- Respetar la privacidad de los jóvenes a la vez que se fomenta una comunicación abierta.
- Comunicarles que el ritmo de crecimiento y de maduración varían de una persona a otra.
- Ayudar a que los jóvenes entiendan que, si bien están madurando físicamente, queda mucho crecimiento emocional y cognitivo por delante y que la relación sexual no es saludable, apropiada ni prudente en esta etapa de sus vidas.
- Reconocer que la abstinencia es normal y saludable, que el desarrollo sexual es saludable y natural y que, a medida que crezcan, habrá muchas formas de expresar su sexualidad que no incluyan las relaciones sexuales.
- Conversar sobre la importante relación que existe entre los sentimientos sexuales y emocionales.
- Estar abierto a conversaciones sobre métodos anticonceptivos y preservativos y responder con sinceridad y precisión cuando los jóvenes pregunten sobre los mismos.