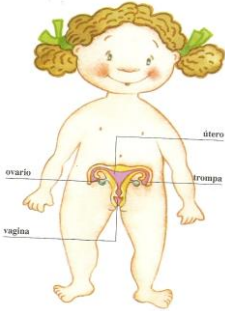


Educación sexual

Cuentos y libros que ayudan



Ayuntamiento
de Arganda del Rey

Introducción

La gran mayoría de padres y madres queremos hablar de sexo con nuestros hijos e hijas de una manera clara, natural y positiva, pero no estamos seguros de cómo hacerlo. La guía que tenéis en las manos ayudará a mayores y pequeños a encontrar respuestas a las ya conocidas preguntas “¿Cómo se hacen los hijos?” o “¿Por dónde salen?”. Contestaciones claras, auténticas y adaptadas a su edad, desde que son pequeños, harán que desarrollen una sexualidad sana y responsable en la adolescencia.

Los cuentos, álbumes y libros que os proponemos son una excelente excusa para fomentar el dialogo sobre sexualidad en casa y promover que los padres y las madres sean referentes en temas tan primordiales como son la afectividad, las relaciones humanas y la salud sexual.

Hacer que lo sexual no sea un secreto, que sea algo de lo que se pueda hablar, y sobre todo, algo de lo que se pueda hablar en familia.

Esperemos que esta nueva guía os guste y, sobretodo, que os sea útil.

¡Basta ya de cigüeñas y semillitas!



Para los más pequeños

Un corazón que late. Aladjidi, Virginie; Jolivet, Joëlle. il. Kókinos, 2006. (+0)
I-N ALA cor


Un libro acumulativo de pequeño formato y hojas de cartón para enseñarnos de forma singular a una madre a punto de serlo.

Dentro de las cosas grandes hay cosas más pequeñas. Y, a veces, dentro de lo minúsculo descubrimos algo realmente inconmensurable.

Álbumes

Mamá tiene una casa en la barriga. Andreae, Giles; Cabban, Vanessa, il. Beascoa, 2001. (+4) **I-N AND mam** 

Un libro expresivo y luminoso sobre la relación entre un niño y el hermanito que va a nacer. Las ilustraciones llenas de ternura y sugestión, y el texto rimado hacen de este un relato ideal para compartir.

¡Mamá puso un huevo! o cómo se hacen los niños. Cole, Babette. Destino, 1993 (+9) **I-N COL mam** 

Este es, ante todo, un libro divertido. Lo genial de este libro es el tono distendido y normalizador con que se aborda el tema. Además, tiene una peculiaridad poco común que es plantear el sexo como algo divertido.

El día que naciste. Harris, Robie H.; Emberley, Michael, il. Serres, 1997. (+6)
I-N HAR día

A través de los ojos de una madre, esta es una entrañable narración sobre el nacimiento de una niña y su primer día. La emoción por la llegada del recién nacido se entremezcla con la información clara y objetiva acerca de aspectos biológicos, sociales y familiares.

Pelos por todas partes o la hormona alborotada. Cole, Babette. Destino, 1999. (+8)
I-N COL pel

Tomando como estrategia el diálogo entre una niña y su oso de peluche, se ilustra el proceso hormonal que sucede en el cuerpo humano y se explica, de manera clara y divertida, por qué el cuerpo experimenta una serie de transformaciones.



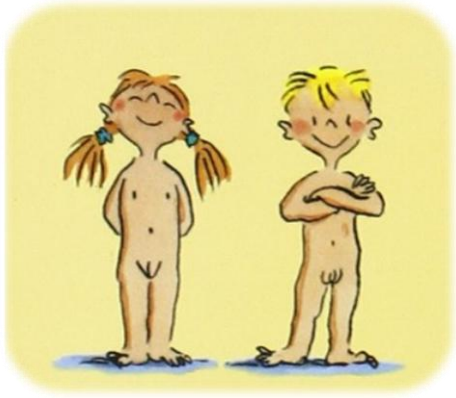
Montañas en la cama. Maricuela. OQO, 2013 (+8) **I-N MAR mon**

Una incursión nocturna en la habitación de sus padres desemboca en un divertido relato, en el que se aborda la sexualidad con mucho humor, naturalidad y la dosis justa de ternura.

El nacimiento: los niños y el amor. Rosenstiehl, Agnés. Everest, 2010. (+6) **I-C ROS nac**

Un cómic, diáfano como la infancia, en el que se cuenta el amor que engendra el nacimiento. Ningún contexto social o histórico entorpece el estilo fresco, sencillo y preciso del texto, que utiliza una forma universal de contar cómo surge la vida.

Libros de materia para los más pequeños



Preguntas al amor. 8-11 años. Dumont, Virginie; Millet Denise y Claude, il. Lóñez, 1999. (+8) **I-37 DUM pre** 🧐

En 100 preguntas, este libro responde a las preocupaciones de los niños y niñas de 8 a 11 años. Para comprender la evolución del embarazo, descubrir el propio cuerpo y tranquilizarse ante los cambios.

El sexo contado a los pequeños 1, 2 y CD-Rom. Font Cabré, Pere. Océano, 2010. (+8) **I-613 FON sex**

Expone de manera clara, sencilla y amena, todo lo relacionado con la sexualidad y con el descubrimiento de su propio cuerpo. Y para que lo aprendan donde esta enseñanza es más sana y efectiva, en el hogar.

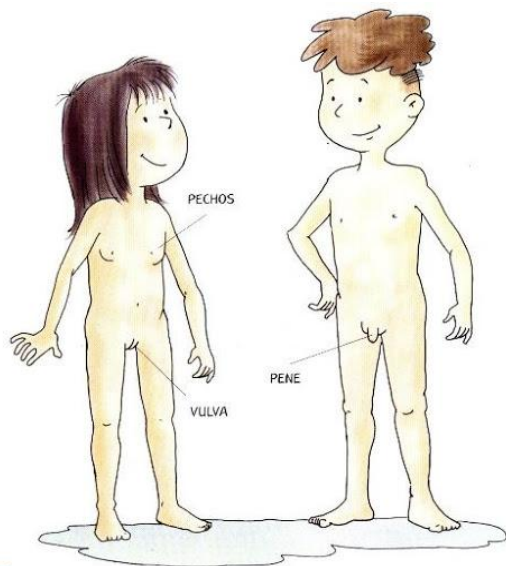
¡No es la cigüeña!: un libro que habla sobre niñas, niños, bebés, cuerpos, familias y amigos. HARRIS, Robie H. Serres, 2006. (+8) **I-613 HAR noe**

Con un estilo ameno, claro y divertido, los autores responden a las preguntas que fascinan a los niños: preguntas sobre su cuerpo, sobre las diferencias entre chicas y chicos, de dónde vienen y cómo vienen al mundo los bebés, etc.

Ni un besito a la fuerza. Mebes, Marion; Sandrock, Lydia, il. Maite canal, 2002. (+5) **I-37 MEB niu** 🧐

Nadie debería dar besos si no lo desea. Este libro enseña a los niños a “decir NO” a las relaciones no queridas, por ello es un material estupendo para la educación de la prevención del abuso sexual.

¿Y de dónde sale este bebé? Migallón Lopezosa, Pilar; Vane, il. Libsa, 1998. (+9) I-613 MIG yde



Este libro explica gráficamente el proceso de fecundación y todos los estadios del embarazo y del parto, además de los cuidados de un bebé.

Sexualidad infantil. Vol. 1, 2, 3. PAZ López, Esther; Cerdán, A., il. Madrid: Cultural, 2000. (+8)

I-613 PAZ sex

Estos 3 volúmenes plantean, a través de la historia de dos niños, todas las respuestas de interés con respecto al sexo. Es un instrumento de enseñanza, para entretener y aprender en casa y la escuela.

¿Me cuentas cómo nací? Petty, Katel. SM, 2003 (+7) I-613 PET mec 

El sencillo lenguaje y las claras ilustraciones facilitan la explicación del proceso del nacimiento, desde el momento en que los hijos son engendrados hasta el parto.

El libro del papá, la mamá y el bebé. Reinders, Angela; Nork, A., il. Brosquil, 2003. (+8) I-613 REI lib

Con unas ilustraciones ingeniosas este libro ayuda a tratar con franqueza las preguntas infantiles y a contestarlas de manera sensata.

El bebé. Wilsdorf, Anne, il. Vox, cop.2004. (+5) I-618 WIL beb

La extraordinaria aventura de un recién nacido: el nacimiento y los primeros meses de vida. Con textos apasionantes y divertidas ilustraciones.



Para jóvenes

La chica de Marte. Bach, Tamara. Siruela, 2009(+14) **J-N BAC chi**

Miriam, una chica de 15 años nos narra en la novela cada detalle de la adolescencia en la que el aburrimiento y el sufrimiento están constantemente presentes. Su cuerpo le pide a voces experiencias, quiere responder a los estímulos, y en especial a los que provoca en ella Laura, una extraña chica a la que Miriam admira y con la que se inicia en el amor. Una novela que ahonda en los sentimientos de los adolescentes de hoy y que fue premiada en el 2004 con el Premio Nacional Alemán de Literatura Juvenil.

Julia, la niña que tenía sombra de chico. Bruel, Christian; Galland, Anne; Bozellec, Anne. El Jinete Azul, 2011 (+12) **J-N BRU jul**

Este hermoso álbum defiende el derecho de los seres humanos a ser tal cual les apetece ser, olvidándose de estereotipos, conductas sexuales tipificadas y rígidas etiquetas.

El texto de Christian Bruel y las sugestivas ilustraciones de Anne Bozellec, cuentan la historia, enriqueciéndola con todo tipo de detalles psicológicos e inquietantes perspectivas. Este álbum, pionero en el acercamiento a una temática que exige tacto y delicadeza en su abordaje, invita a entablar con los niños un diálogo inteligente acerca de la sexualidad y el género como construcción cultural.

La colina. Díaz Valladares, Francisco. Edelvives, 2013. (+13) **J-N DIA col**

Un embarazo no deseado obliga a Lucía a abandonar precipitadamente su casa con tan solo dieciocho años. Con una familia a la que le importan mucho las apariencias, el embarazo no es aceptado por ninguno de ellos, a excepción de la madre. Una novela ágil y entretenida que nos habla de superación, amistad y de empezar de nuevo.



Llámame Paula. Rodríguez Gasch, Concepción. Bellaterra, 2016. (+10) **J-N ROD llam** 🧡

Esta es una de las primeras novelas juveniles protagonizada por una niña transexual publicadas en España. Entre juegos y enredos

infantiles, Paula, la protagonista, va descubriendo su identidad sexual y batallando por encontrar su lugar en el mundo y la aceptación de sus compañeros de colegio y de su propia familia.

Se acabaron los secretos. Wachter, Oralee; Aaron, Jane, il. Grijalbo, 1988.
 (+10) **I-N WAC sea**

No está bien, pero ocurre. Un día, una persona a la que conoces o aprecias, te toca de una manera que no te gusta. No es algo agradable ni divertido e incluso te sientes engañado u obligado a ello. Éste libro trata de cómo protegerte ante algo así.

Libros de materia para jóvenes

¿Qué cambios produciría el embarazo en el cuerpo & mente de Elena? Amos Jaime.

2004. (+13)

J-N613 AMO que 😊

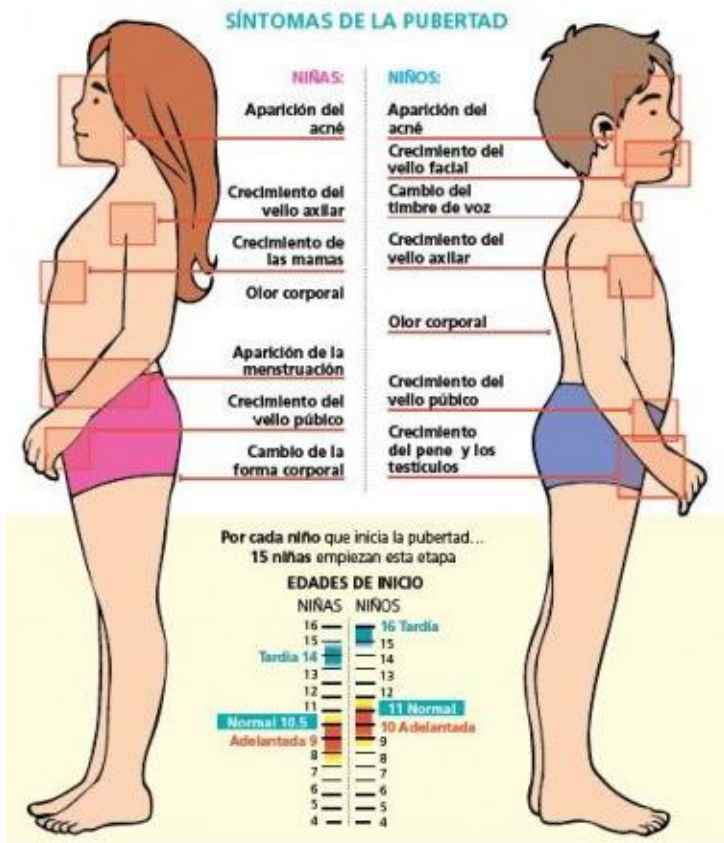
A través de la historia de Elena y Tom, y su primera relación sexual, este libro aporta información objetiva y rigurosa, y refleja muchas de las inquietudes de los adolescentes.

Pelos por todos lados: un libro sobre eso de crecer. Bailey, Jacqui.
 Océano, 2008. (+10)
J-613.88 BAI pel

Provisto de información clara y mucho humor, este libro es una invitación a que los lectores conozcan y se enorgullezcan de su cuerpo.

Preguntas al amor. 11-14 años. Dumont, Virginie; Slocombe, Romain, il. Lóñez, 1999. (+11) **J-37 DUM pre** 😊

En 150 preguntas, este libro responde a las preocupaciones y a las expectativas para vivir bien con el cuerpo que cambia, aprender a conocer al otro, comprender la contracepción, la fecundación...



¿Qué me está pasando? Frith, Alex; Larkum, Adam, il. Usborne Publishing Ltd., 2007. (+10) **J-612 FRI que**

Creer es mucho más fácil si tienes una idea de lo que te espera. Este libro describe exactamente lo que le ocurre a tu cuerpo de una forma sencilla y directa, además de explicar algunos de tus sentimientos.

Bebés: Concepción, nacimiento y primeros años. Gee, Robin. Sm, 1986

Aún no queremos ser padres: Guía ilustrada para el control de la natalidad Mayle, Peter. Grijalbo, 1986. (+12) **J-613 MAY aun**

Todos los años millones de niños son concebidos por accidente. En la gran mayoría de los casos el motivo es la falta de información. En este libro puedes encontrar información con detalle sobre píldoras, preservativos, dispositivos intrauterinos...

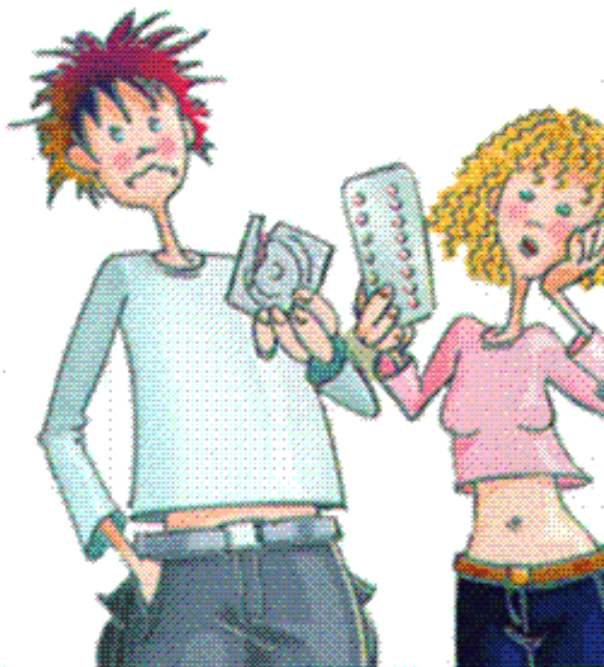
Hacerse mayor. Meredith, Susan. Usborne, 1998. (+10) **J-612 MER hac**

Una guía clara y concisa sobre la adolescencia que facilita asesoramiento práctico e informativo, dirigido a niños de diez años en adelante, describiendo de manera accesible y sencilla lo que sucede en el cuerpo durante la pubertad.

Sexualidad. Sánchez Mata, Lidia R. Nova Galicia, 2006.

(+13) **J-613.88 SAN sex**

Estupendo libro que plantea el gran problema de la falta de nexo de unión entre lo sexual y los sentimientos y las emociones. Los adolescentes saben sobre su cuerpo pero desconocen el porqué de los cambios bruscos de humor, la irascibilidad, agresividad o melancolía que llega también con los cambios físicos.



¡Soy una adolescente! ROCA,

Núria; RIBES Meritxell, il. Molino, 2002. (+12) **J-612 ROC soy** 😊

La cara se llena de granitos, salen pelos en las piernas, el cuerpo empieza a hincharse... La adolescencia está llena de cambios, tanto en el cuerpo como en la manera de pensar. Y esto genera muchas dudas. Este libro, con un lenguaje muy sencillo, puede servir de guía para resolverlas.

Libros de la Biblioteca de padres y madres

S.O.S embarazos adolescentes: guía para prevenir o asumir una maternidad inesperada. Cabero, Luis. La esfera de los libros, 2007. 159.938 CAB sos BP-Adolescentes

Una completa guía de gran utilidad que contribuye tanto a prevenir como a asumir una realidad raramente deseada, los pros y contras de abortar, dar en adopción o seguir adelante y a minimizar los aspectos negativos y las consecuencias posteriores.

Educación sexual en el aula y en la casa. Fernández Bedmar, Jesús. Proyecto sur, 1996. 613.88 FER edu. BP-Salud

Este libro pretende acercar a los adolescentes a una comprensión positiva y desmitificada de la sexualidad. Lo deseable es evitar que los padres y educadores se queden al margen en la educación sexual de sus hijos/as y alumnado.

Cómo hablar de sexualidad con sus hijos.

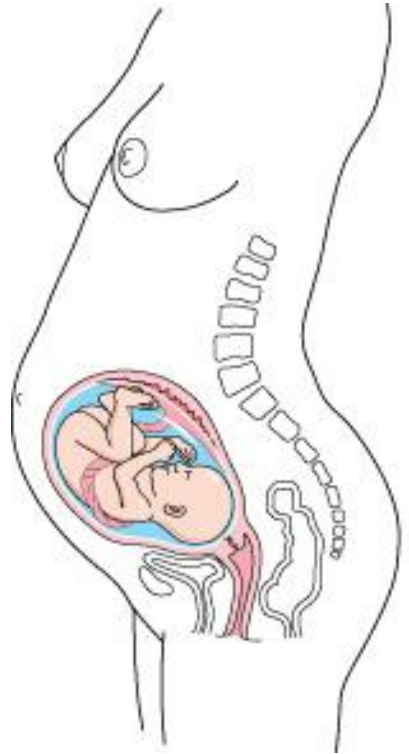
Hiriart, Vivianne. Paidós, 2005.

613.88 HIR com BP-Salud

El objetivo es enseñarles a aceptar su cuerpo y sus sensaciones, a reconocer y asumir sus deseos de un modo respetuoso consigo mismos y con los demás. A padres, madres y educadores les interesa que sus hijos vivan una sexualidad sin conflictos, vergüenzas o culpas, pero no siempre están seguros de cuál es la mejor manera de enfrentar las preguntas y situaciones que se van presentando día con día. El libro ayuda a comprender las dudas sexuales de niños y jóvenes, así como responder a ellas de una forma adecuada que fomente la confianza y la comunicación dentro de la familia.

La educación sexual de los hijos. López Sánchez, Félix. Pirámide, 2005. 613.88 LOP edu. BP-Salud

Esta obra es una guía práctica con los conocimientos y, sobre todo, las estrategias y formas para llevar a cabo la educación sexual de los hijos. Hallarán información sobre los aspectos más importantes de la sexualidad infantil y adolescente, pero, ante todo, aprenderán a responder a las preguntas sobre sexualidad y a iniciar una conversación sobre el tema.



Homosexualidad y familia: lo que los padres, madres, homosexuales y profesionales deben saber y hacer. López Sánchez, Félix. Graó, 2006.

613.88 LOP hom BP-Familia

Un libro útil y necesario para todos: los padres, los familiares, los educadores y las propias personas homosexuales. Un libro muy práctico que hace un recorrido por las situaciones posibles e indica cómo se debe afrontar: tener hijos o hijas homosexuales; que el hijo o la hija forme una pareja homosexual; que la pareja homosexual se case; los hijos e hijas de padres y madres homosexuales; el debate sobre la adopción por parte de personas homosexuales, etc.

¿Cómo se lo explico? : La educación sexual en la infancia.

Mateo-Morales
Manuela, Represas, Betina.
Síntesis, 2008.

37.03 MAT com. BP-Salud

Todos los progenitores se encuentran alguna vez con situaciones incómodas, sorprendentes, gratificantes, desconcertantes... en relación

con la sexualidad. Por ello, a través de un lenguaje sencillo y con muchos ejemplos, los padres podrán conocer las diferentes etapas del desarrollo psicosexual de sus pequeños y convertirse en los “educadores sexuales” que sus hijos e hijas necesitan.

¿Hablas de sexo con tu hijo?: Guía para conocer y educar a los adolescentes.

Rodríguez, Nora. Temas de hoy, 2007. **613.88 ROD hab. BP-Salud**

Se recoge en el libro el testimonio y las opiniones de muchos jóvenes. A través de ellos se presenta una realidad que es necesario conocer para poder ayudar a los adolescentes a tener una sexualidad sana y responsable, así como una buena relación con su propio cuerpo.

Cómo educar hijos sexualmente sanos. Flowers, John V. Martínez Roca, 1985. **37.03 FLO com. BP-Salud** 😊

Un libro que ofrece sugerencias prácticas acerca de la manera de intercambiar experiencias con los hijos, enseñándoles a relacionarse íntimamente con sus semejantes y a cultivar una actitud sana, alegre y positiva respecto a la sexualidad. Con consejos para cada situación y contingencia.



Educación sexual para niños y niñas de 0 a 6. Cuándo, cuánto y cómo hacerlo. Hernández Sánchez del Río, Carmen. Narcea, 2008. **37.03 HER edu. BP-Salud**

El objetivo de este libro, fruto de la investigación y la experiencia de la autora, es ayudar a entender la sexualidad infantil a los padres, madres y educadores de niños y niñas de 0 a 6 años, mediante ejemplos claros y sencillos, para que sepan adoptar conductas y actitudes adecuadas. Este libro desarrolla también de forma muy práctica, pautas de actuación encaminadas a la prevención del abuso sexual infantil.

ANOTACIONES



**Ayuntamiento
de Arganda del Rey**

Biblioteca Municipal "Pablo Neruda"

C/ Tiendas, 8

Teléfono: 91 871 13 44

Biblioteca Municipal "La Poveda"

C/Formentera, 1

Teléfono: 91 875 84 39

biblioteca@ayto-arganda.es

www.ayto-arganda.es