



# Hablemos de (eso) sexo

Silvia Delgado García. Paula Alenda

Libro informativo que trata la sexualidad y adolescencia de forma sencilla y científicamente rigurosa.

Diseño e ilustraciones aportan frescura y un toque de humor al texto, dinamizando la lectura y enriqueciéndola con información práctica que sirva de apoyo.

172 x 243 mm

Flexibook

72 páginas

ISBN: 978-84-125583-4-0

Depósito legal: A 199-2023

PVP: 17 €

 **degomagom**

info@www.degomagom.com  
Teléfono: +34 665 43 67 25 / +34 616 302 255  
[www.degomagom.com](http://www.degomagom.com)

# hablemos de eso ~~sexo~~

adolescencia y sexualidad

## Sobre la autora

La Dra. Silvia Delgado García (Madrid 1978) es ginecóloga y máster en Anticoncepción y Salud Sexual y Reproductiva. Es especialista en patología mamaria y trabaja en el Hospital General Universitario Doctor Balmis de Alicante. También es madre de tres hijos, y una apasionada de la docencia, lo que le llevó a escribir este libro con el deseo de proporcionar a los adolescentes y a sus familias una herramienta útil, accesible y científicamente precisa que les sirva de guía en este momento de cambio y descubrimiento que es la adolescencia.

## Sobre la ilustradora

Paula Alenda (Alicante, 1975), es ilustradora e historiadora del arte. Su trabajo como diseñadora gráfica ha recibido diversos premios, mientras que como ilustradora se ha especializado en el ámbito de la literatura infantil, publicando en editoriales como Anaya, Edelvives o Libre Albedrío. En este libro, diseño e ilustraciones buscan aportar frescura y un toque de humor al texto, dinamizando la lectura y enriqueciéndola con información práctica que sirva de apoyo.

### Para expertos

El pelo crece de forma cíclica, por eso le está creciendo y cayendo a la vez de la vida al pelo. Esta forma de crecer se llama ciclo de crecimiento del pelo. El ciclo de crecimiento del pelo se divide en tres fases: la fase de crecimiento (anageno), la fase de maduración (catageno) y la fase de caída (telogeno). El pelo que está cayendo se llama pelo efúmero y el que está creciendo se llama pelo permanente. El pelo que está cayendo se llama pelo efúmero y el que está creciendo se llama pelo permanente. El pelo que está cayendo se llama pelo efúmero y el que está creciendo se llama pelo permanente.

### Fake News

¿Sabes por qué es una pareja peli de galletas? Como las galletas, una pareja peli de galletas es una pareja que se queda pegada y no se separa nunca. Pero, ¿sabes por qué es una pareja peli de galletas? Como las galletas, una pareja peli de galletas es una pareja que se queda pegada y no se separa nunca. Pero, ¿sabes por qué es una pareja peli de galletas? Como las galletas, una pareja peli de galletas es una pareja que se queda pegada y no se separa nunca.

### Agresiones sexuales

La OMS ha definido que la agresión sexual es un tipo fundamental de violencia de género. Las agresiones sexuales son actos que se realizan con el fin de causar daño físico, psicológico o sexual a la víctima. Las agresiones sexuales son actos que se realizan con el fin de causar daño físico, psicológico o sexual a la víctima. Las agresiones sexuales son actos que se realizan con el fin de causar daño físico, psicológico o sexual a la víctima.

### 6 iRiesgo!

El inicio de las relaciones sexuales supone un momento clave en la vida. Sin embargo, también supone un momento de riesgo. Los riesgos de las relaciones sexuales son: embarazo no deseado, infecciones de transmisión sexual, VIH, etc. Los riesgos de las relaciones sexuales son: embarazo no deseado, infecciones de transmisión sexual, VIH, etc. Los riesgos de las relaciones sexuales son: embarazo no deseado, infecciones de transmisión sexual, VIH, etc.

### Chicos. Genitales internos

Los genitales internos son aquellos que no se ven a simple vista. Los genitales internos son aquellos que no se ven a simple vista. Los genitales internos son aquellos que no se ven a simple vista. Los genitales internos son aquellos que no se ven a simple vista. Los genitales internos son aquellos que no se ven a simple vista.

### Genitales externos

Los genitales externos son aquellos que se ven a simple vista. Los genitales externos son aquellos que se ven a simple vista. Los genitales externos son aquellos que se ven a simple vista. Los genitales externos son aquellos que se ven a simple vista. Los genitales externos son aquellos que se ven a simple vista.

### Para expertos

La formación de los genitales se inicia cuando se producen los cambios de la pubertad. La formación de los genitales se inicia cuando se producen los cambios de la pubertad. La formación de los genitales se inicia cuando se producen los cambios de la pubertad. La formación de los genitales se inicia cuando se producen los cambios de la pubertad.

### Fake News

¿Sabes que el primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII? El primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII. El primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII. El primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII. El primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII.

## Las relaciones sexuales

Es frecuente que a partir de la pubertad tengas más interés, si cabe, por los temas de sexualidad. Puede ocurrir que empieces a sentir cierta atracción hacia alguien. Es una sensación excitante que invade todo tu cuerpo haciendo que no puedas parar de pensar en esa persona: ¿qué estará haciendo ahora? ¿qué puedo hacer para atraer su atención?...

Según la RAE, "enamorar" es excitar en alguien la pasión del amor y, sin embargo, "atraer", dicho de una persona, es hacer que ayuden a uno otras personas. Por lo tanto, el enamoramiento implica amor y, sin embargo, la atracción no.

### ¿Por qué te atrae una persona?

Pues pueden ser por mil y una razones... Simplemente por su aspecto físico o por su forma de ser, por la manera en la que se ríe o la manera en la que le habla. El hecho es que te sientes a gusto junto a esa persona. Pero el sentirse atraído por una persona no significa que estés enamorado de esa persona.

Cuando sientes esa atracción, ese sentimiento tan fuerte, puede que te plantes mantener relaciones sexuales. Pero tienes dudas... ¿puedo mantener relaciones sexuales?

En realidad, las relaciones sexuales pueden ser muy diversas pero todas ellas buscan un fin que es el placer y sentirse bien. Cada cual expresa su sexualidad a su modo: desde las caricias, los abrazos, hasta masturbarse y por supuesto, también el coito. Este es solo una parte de la sexualidad dado que es una de las maneras de expresarnos.

Aquí no te vamos a responder a esa pregunta, porque sólo depende de ti, de lo que hayas ido aprendiendo. Lo más importante es que inicies las relaciones sexuales con alguien cuando te sientas preparado o preparada y no te sientas presionado ni por tu pareja, ni por tu grupo de amigos o por la sociedad en general.

### Cómo se coloca un preservativo

Después de haberse lavado las manos, se debe sacar el preservativo de su envoltorio. Después de haberse lavado las manos, se debe sacar el preservativo de su envoltorio. Después de haberse lavado las manos, se debe sacar el preservativo de su envoltorio. Después de haberse lavado las manos, se debe sacar el preservativo de su envoltorio.

### Fake News

¿Sabes que el primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII? El primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII. El primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII. El primer preservativo masculino aparece en el siglo XVIII.

# hablemos de ~~eso~~ sexo

## adolescencia y sexualidad

### Textos contraportada

**A.** Hablemos de sexo. Hablemos de una manera clara y sencilla, científicamente rigurosa y pensada para resolver tus dudas.

Hablemos del cuerpo y de cómo cambia, de las diferencias entre los genitales femeninos y masculinos, del papel de las hormonas, de la regla, de cómo funciona una erección, de la diversidad sexual, de qué ocurre en nuestro cuerpo cuando tenemos relaciones sexuales, de la importancia del respeto y el consentimiento, de cómo cuidarnos para mantenernos sanos.

Desmontemos falsos mitos y pongamos nombre a todo lo que queremos comprender, para que no haya más tabúes que nos impidan conocernos y puedas tomar mejores decisiones respecto a cómo vivir tu sexualidad según el momento de la vida en el que te encuentres.

¿Quieres que hablemos?

**B.** Cuando dejamos atrás la infancia se producen un montón de cambios. Cambia nuestro cuerpo, pero también nuestra vida social, nuestras relaciones, lo que sentimos y lo que deseamos. Surgen nuevos retos y entre ellos está el descubrimiento progresivo de la propia sexualidad.

Sí, es hora de hablar de eso sexo.



### Eslóganes

La guía que necesitabas para abordar la sexualidad en la adolescencia

Manual de instrucciones sobre sexualidad en la adolescencia

Hablemos de sexo y hablemos claro

Todo lo que un adolescente debería saber sobre sexualidad

¿Por qué cambia mi cuerpo? ¿Qué es esto que siento? ¿Qué es el sexo?

Sexualidad, comprender para conocerse