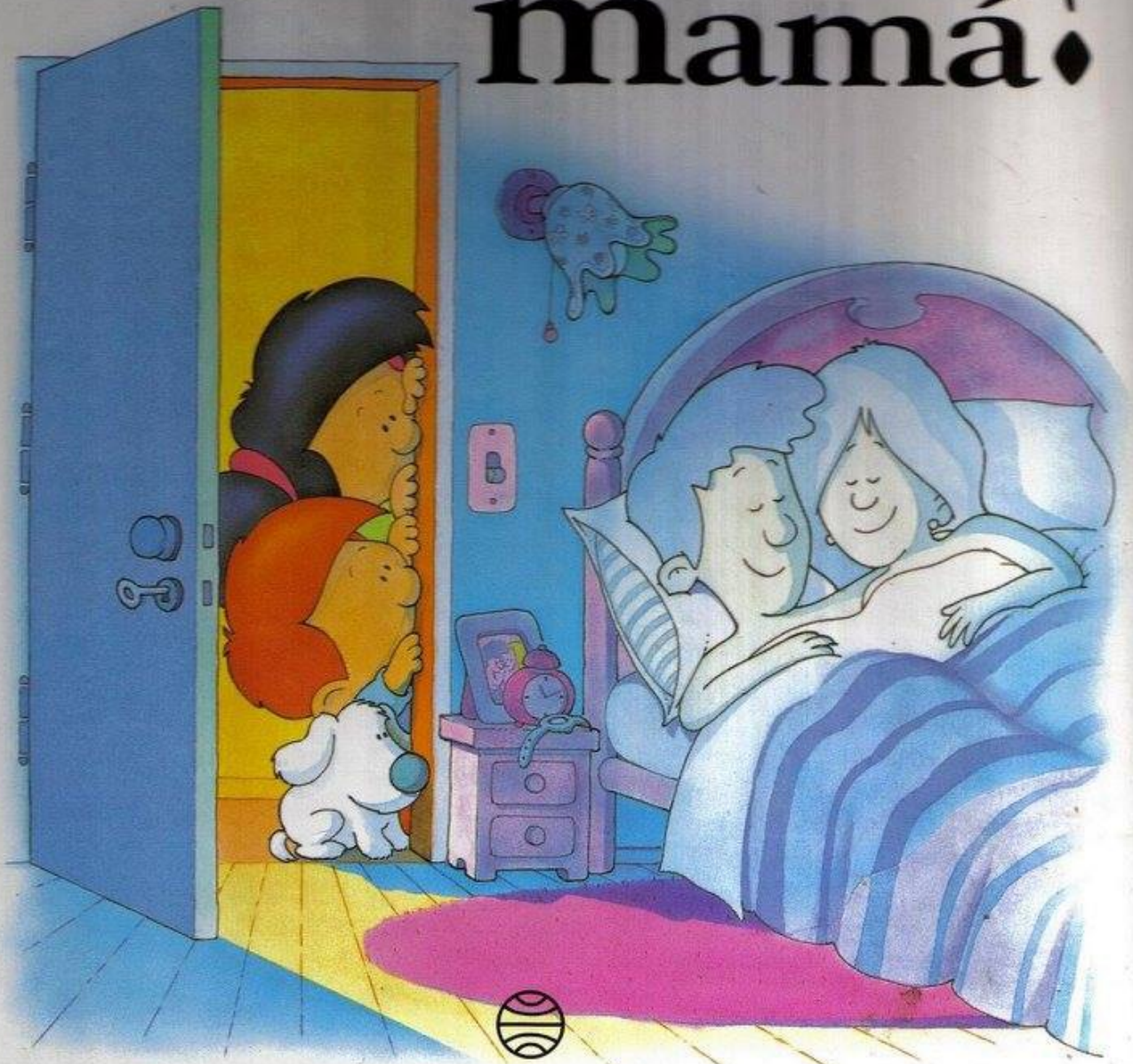


MI PRIMERA BIBLIOTECA DE



INDICACIÓN SEXUAL Y AFECTIVA

# ¿Qué hacen papá y Mamá?



PLANETA



# ¿Qué hacen papá y mamá?

Caterina Marassi Candia  
Pilar Migallón Lopezosa  
Mercedes Palop Botella  
José R. Díaz Morfa  
*Asociación Española  
de Sexología Clínica*

*Ilustraciones: Vane*



PLANETA

## A LOS PADRES Y LAS MADRES

—Cuando un chico y una chica se quieren y se besan mucho, luego la panza crece y sale un niño.

*(Nacho, 7 años)*

—Hacer el amor es de sucias y cochinas que no se bañan.

*(Raquel, 8 años)*

La sexualidad está presente a lo largo de toda nuestra vida. Desde muy temprano las niñas y los niños se van formando sus propias ideas sobre las diferencias entre los sexos, las relaciones sexuales, el embarazo, etc. No siempre estas ideas son correctas o facilitadoras de un desarrollo adecuado.

Se hacen muchas preguntas que necesitan ser respondidas, ya que de lo contrario, buscarán las respuestas en fuentes poco apropiadas: amigos y amigas, revistas, películas...

Es responsabilidad de los padres y las madres, no sólo de la escuela, educar a sus hijos e hijas acerca de la sexualidad. La educación sexual no es únicamente dar información sobre los órganos sexuales, la reproducción o los anticonceptivos, sino que es hablar también de comunicación, de afectividad, de responsabilidad y de placer.



## NOS GUSTA ESTAR CERCA

- ¿Por qué están tanto tiempo pegados?
- ¿Cómo respiran?
- ¡Se van a asfixiar!

Desde que nacemos y a lo largo de toda nuestra vida a las personas nos gusta estar juntas. Así, podemos hablar, jugar, acariciarnos, reírnos...



Al principio esto lo hacemos con nuestra madre, padre, hermanos, hermanas, etc. El bebé aprende muy pronto a confiar de una manera especial en estas personas, sobre todo en su madre y en su padre.



Busca sus caricias, les sonríe mucho, y llora si necesita algo o si están mucho tiempo lejos de él. Es la manera que tienen los bebés de expresarse.

Cuando son algo mayores, a las niñas y a los niños, les empieza a interesar otras personas, además de su familia. Les gusta especialmente estar con otras niñas y niños de su edad y así poder jugar.

Con el tiempo, se forman pequeños grupos en el colegio o en el barrio.

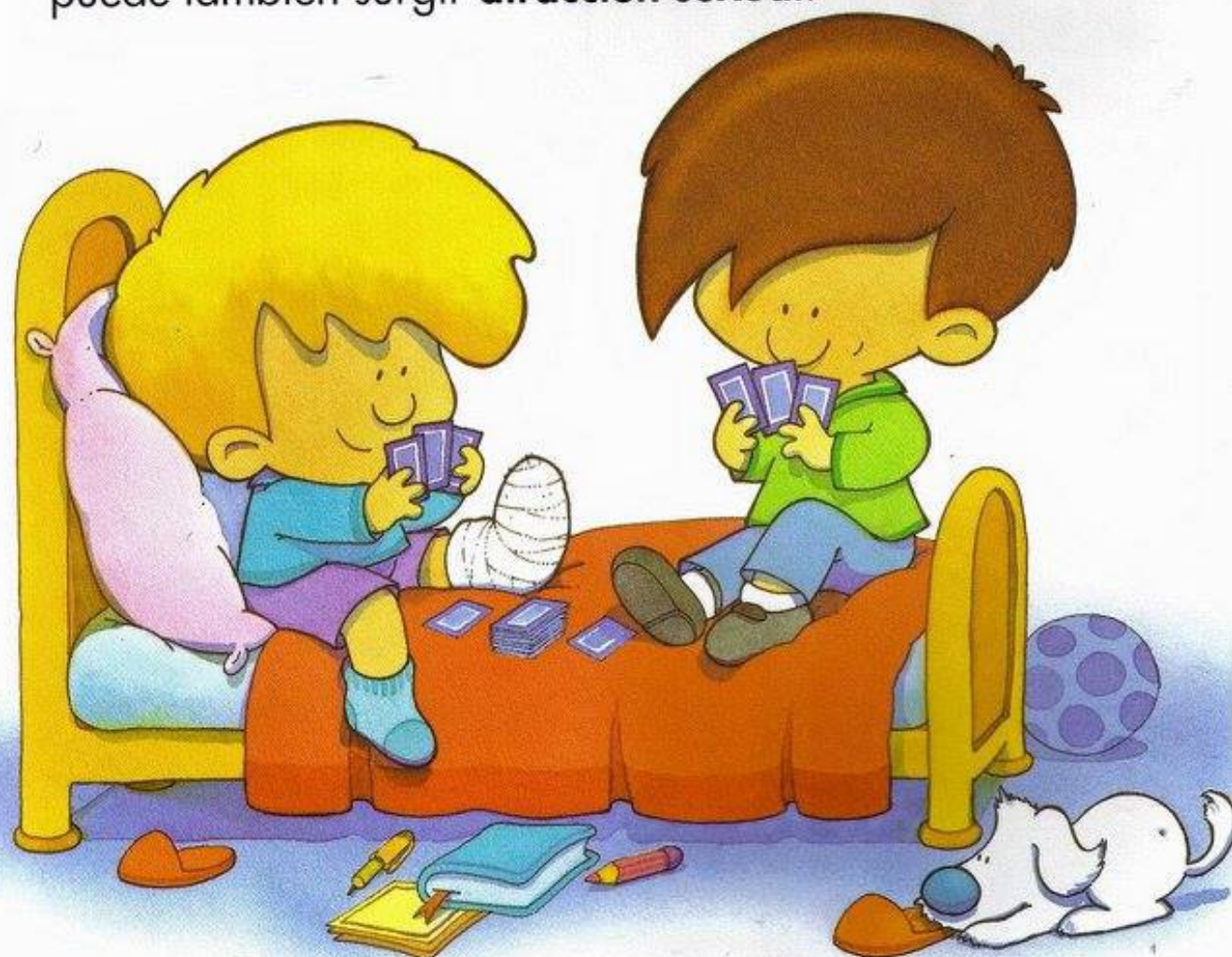
A veces se tiene un amigo o amiga preferido.

Con este niño o niña se hacen muchas cosas, compartir juegos, hablar de lo que se piensa y siente, gastar bromas, estudiar, hacer deporte...

Como se les quiere mucho también se intenta pasar con ellos o ellas los malos ratos cuando lo necesitan.

A todo esto se le llama *amistad*.

Además de cariño y amistad, entre las personas puede también surgir **atracción sexual**.



Unas veces, nos puede atraer algún amigo o amiga. Otras, alguien a quien conocemos poco o que sólo le hemos visto en fotografía o en televisión. Esa persona nos parece atractiva e interesante. Nos

pueden dar ganas de acercarnos a ella o besarla. Cuando sentimos atracción sexual, el cuerpo reacciona de distintas maneras: hay personas que se ponen rojas, a otras les late el corazón muy deprisa y algunas sienten un cosquilleo alrededor de los **órganos sexuales o genitales.**





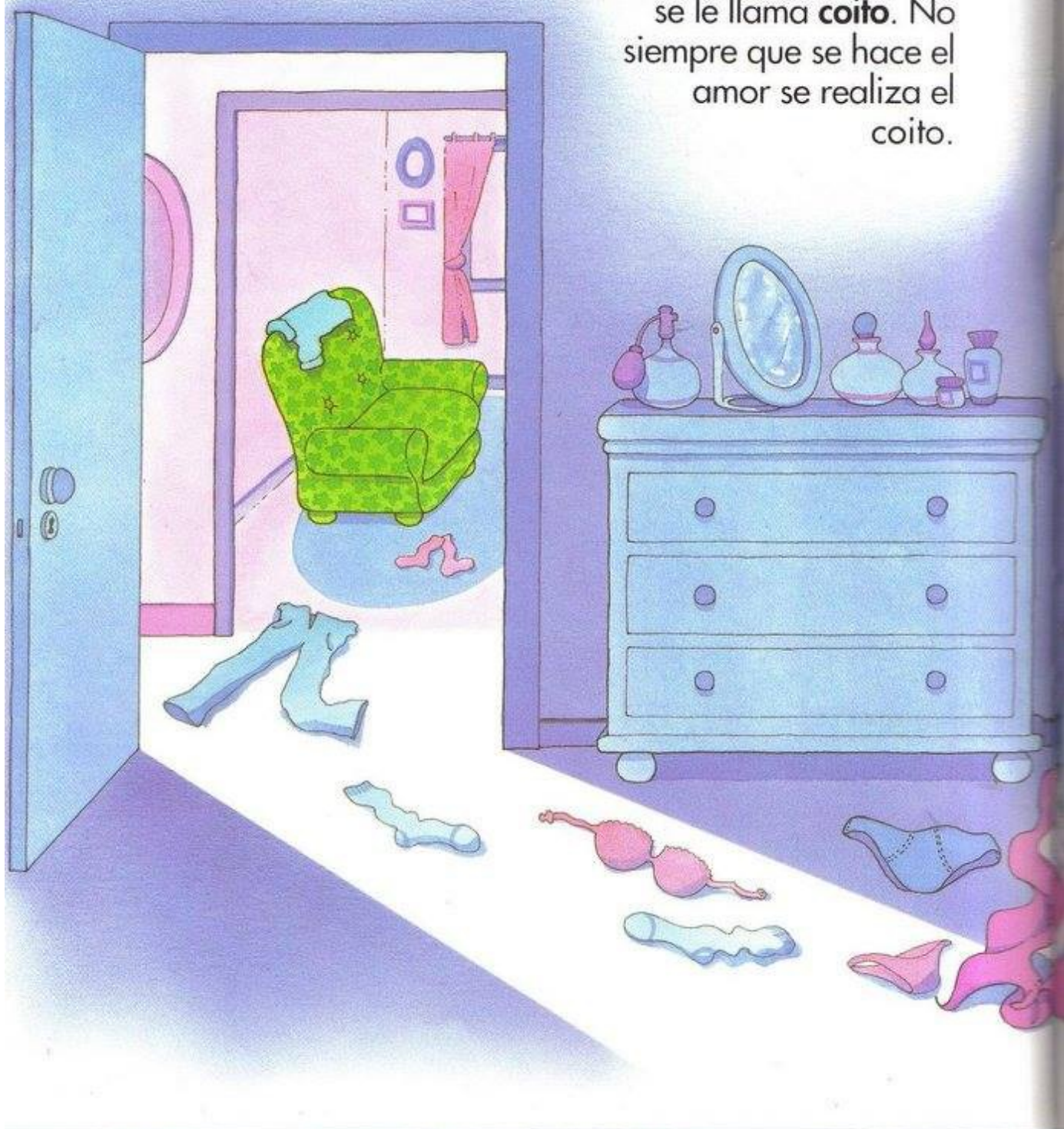
Puede ocurrir que una persona nos guste especialmente y desearíamos estar todo el tiempo con ella. Es la más especial entre todas las demás. A eso le llamamos estar *enamorado* o *enamorado*.

En ocasiones, dos personas mayores que se atraen, se tienen mucho cariño o están enamoradas, tienen *relaciones sexuales*, que es lo mismo que *hacer el amor*. Esto quiere decir que se encuentran a solas para estar muy cerca.

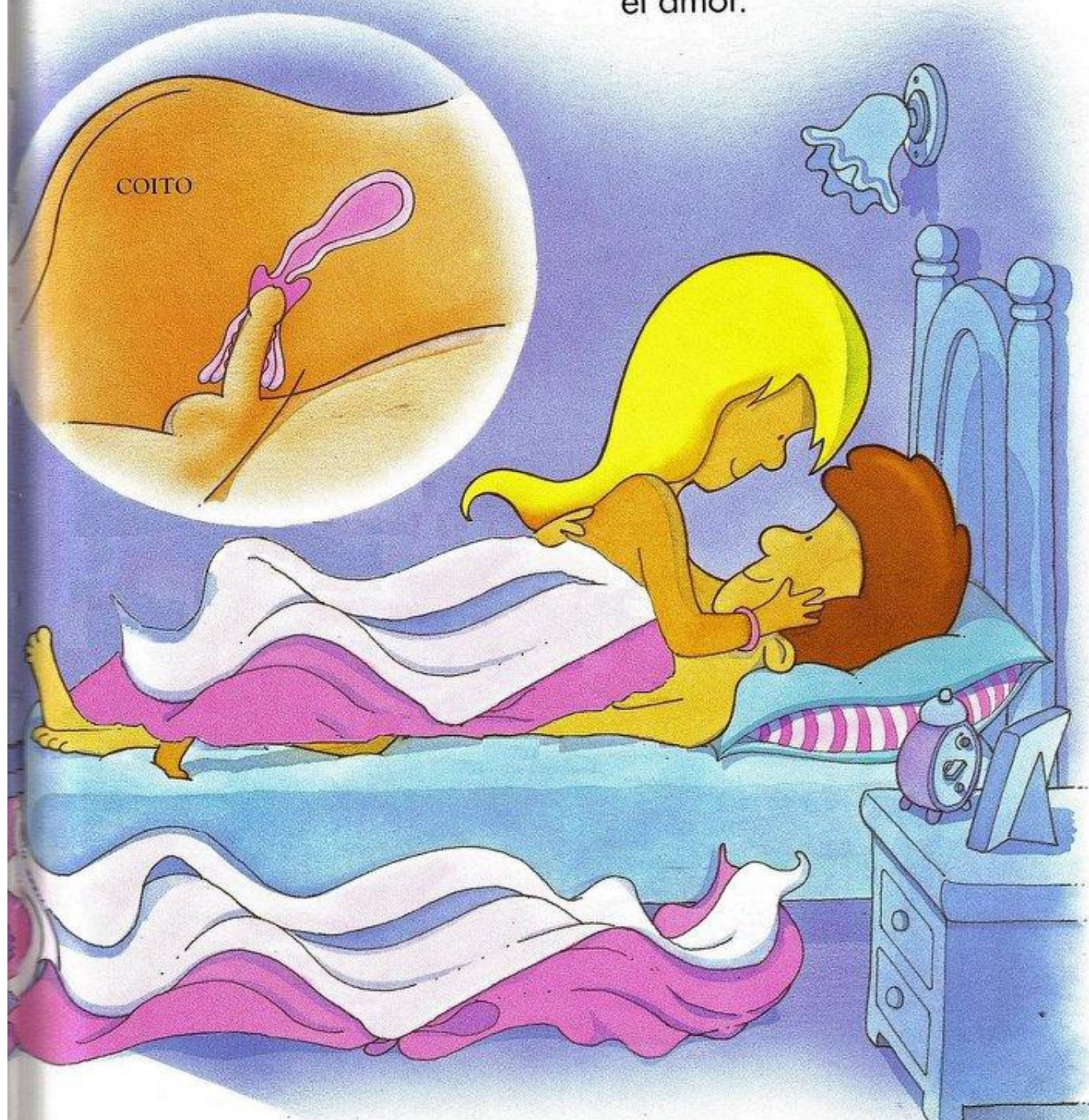




Durante la relación sexual, algunas partes del cuerpo del hombre y de la mujer cambian. El pene del hombre se vuelve más grande y duro, a eso se le llama **erección**. La vagina de la mujer se humedece y los dos respiran más deprisa y más fuerte. Se dicen palabras cariñosas, se miman, se acarician y besan todo el cuerpo. También les puede gustar introducir el pene del hombre en la vagina de la mujer. A esto último se le llama **coito**. No siempre que se hace el amor se realiza el coito.



Hay un momento en el que se produce una sensación muy agradable que se llama **orgasmo**. Pueden sentirla tanto el hombre como la mujer. Cuando el hombre tiene un orgasmo, a la vez, **eyacula**: expulsa el semen por el pene. Hacer el amor, es algo muy bonito y que produce mucho placer. Sin embargo, es bueno esperar a ser mayor para saber si se desea realmente tener relaciones sexuales y con quién se quiere hacer el amor.



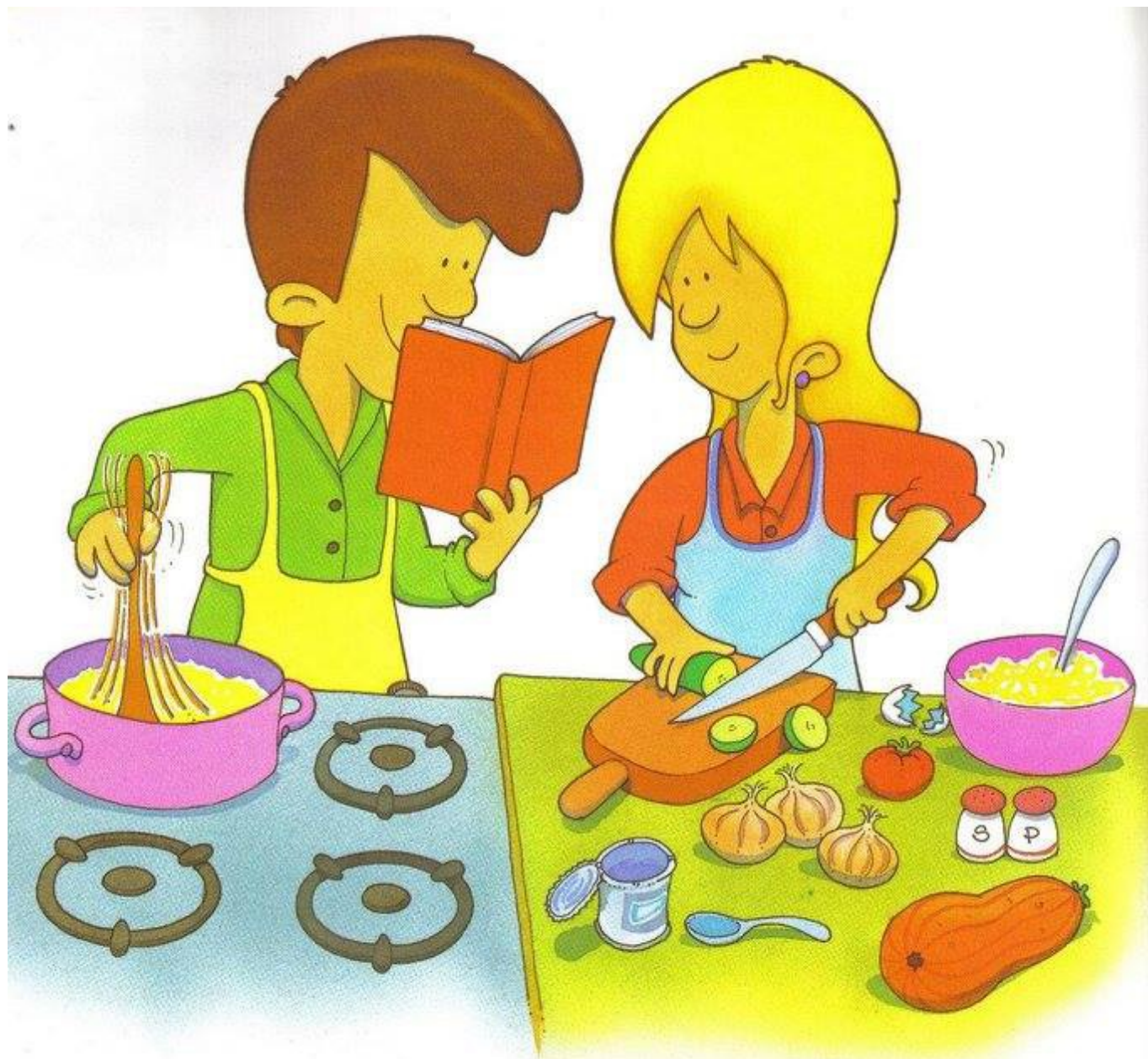
# QUEREMOS UN BEBÉ

—Ahora que son novios, ¿tendrán un hijo?

Cuando una pareja está enamorada suele querer vivir en la misma casa para poder verse más a menudo. Así pueden hablar todos los días de lo que les gusta o les preocupa.

Pueden hacer la comida juntos, cuidar a la otra persona si está enferma o preparar una excursión. También les gusta dormir en la misma habitación y hacer el amor.





Después de vivir así durante un tiempo, si ven que se llevan bien, algunas parejas se dan cuenta de que les gustaría tener un bebé y formar una familia más grande. Han pensado mucho sobre ello porque tener hijos o hijas es una cosa muy importante.

Ya saben que tendrán tiempo para estar con el bebé y jugar con él. También saben que podrán darle de comer y vestirle. Y sobre todo, tienen muchas ganas de cuidar a su niña o niño, enseñarle a vivir y a que se haga mayor.

## EL CUERPO ESTÁ PREPARADO

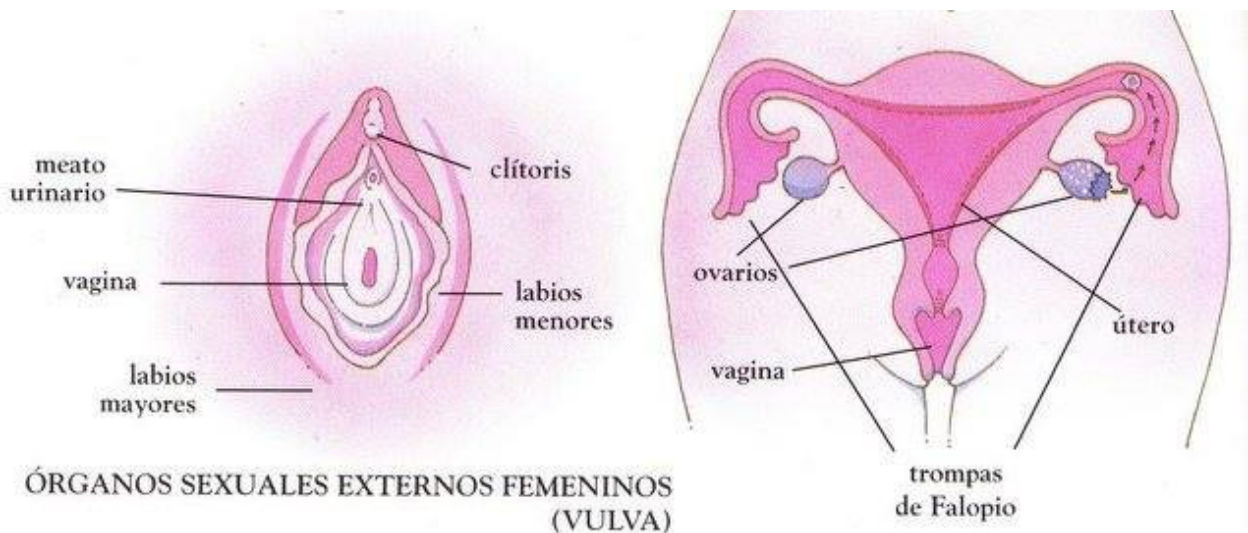
—¿Y yo cuándo puedo tener un bebé?

Si queremos tener hijos o hijas, además de haberlo pensado bien, el cuerpo tiene que estar preparado.

Vamos a recordar los cambios del cuerpo del hombre y de la mujer que nos sirven para poder tener bebés.

En la mujer, los cambios más importantes son **la ovulación y la menstruación.**





ÓRGANOS SEXUALES EXTERNOS FEMENINOS (VULVA)

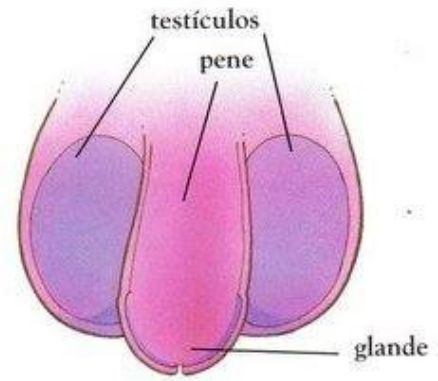
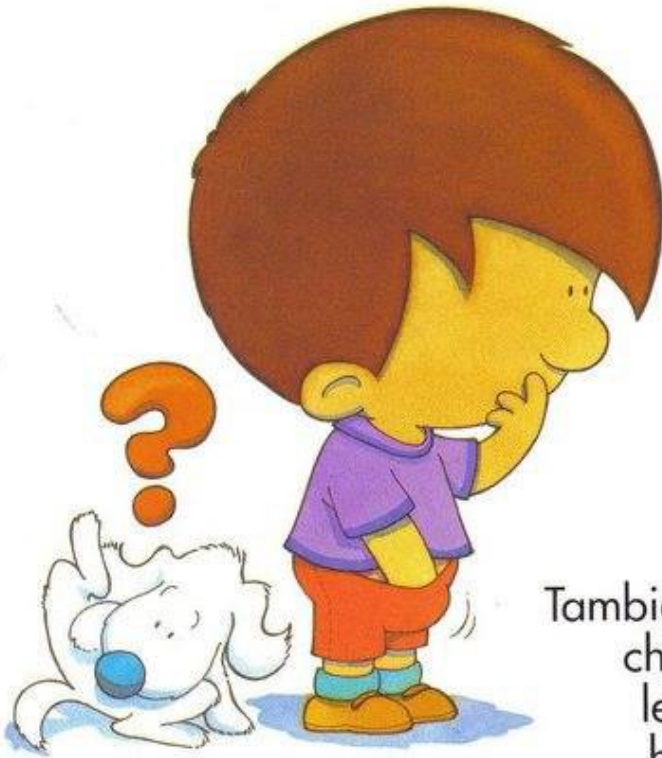
OVULACIÓN

Cada mes se produce la ovulación: un **óvulo** crece, madura y sale del **ovario** de la mujer hacia las **trompas de Falopio**. El óvulo es una célula que junto con el **espermatozoide** servirá para dar origen al bebé.

Además, el **útero**, esa bolsa flexible donde va a vivir el niño o la niña hasta que nazca, se prepara para recibir el óvulo fecundado. Se hace más grueso y esponjoso porque le llega más sangre.

Si el óvulo no se ha juntado con un espermatozoide, el útero se deshincha ese mes y la sangre sale por la vagina. A esto le llamamos menstruación.

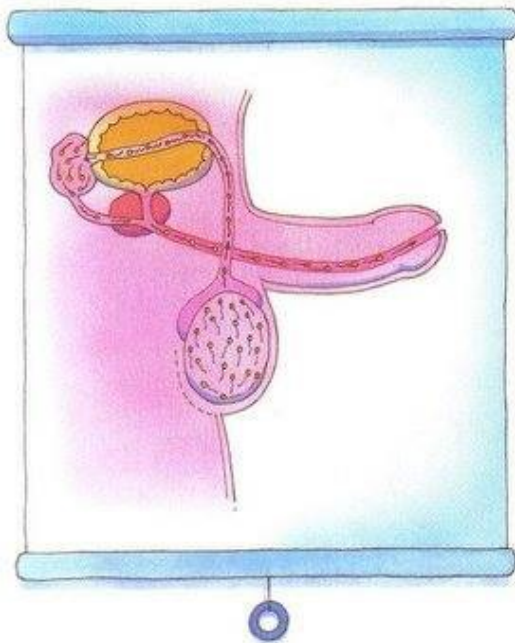




ÓRGANOS SEXUALES MASCULINOS EXTERNOS

También en el cuerpo de los chicos hay cambios que les van a permitir tener hijos cuando se hagan mayores.

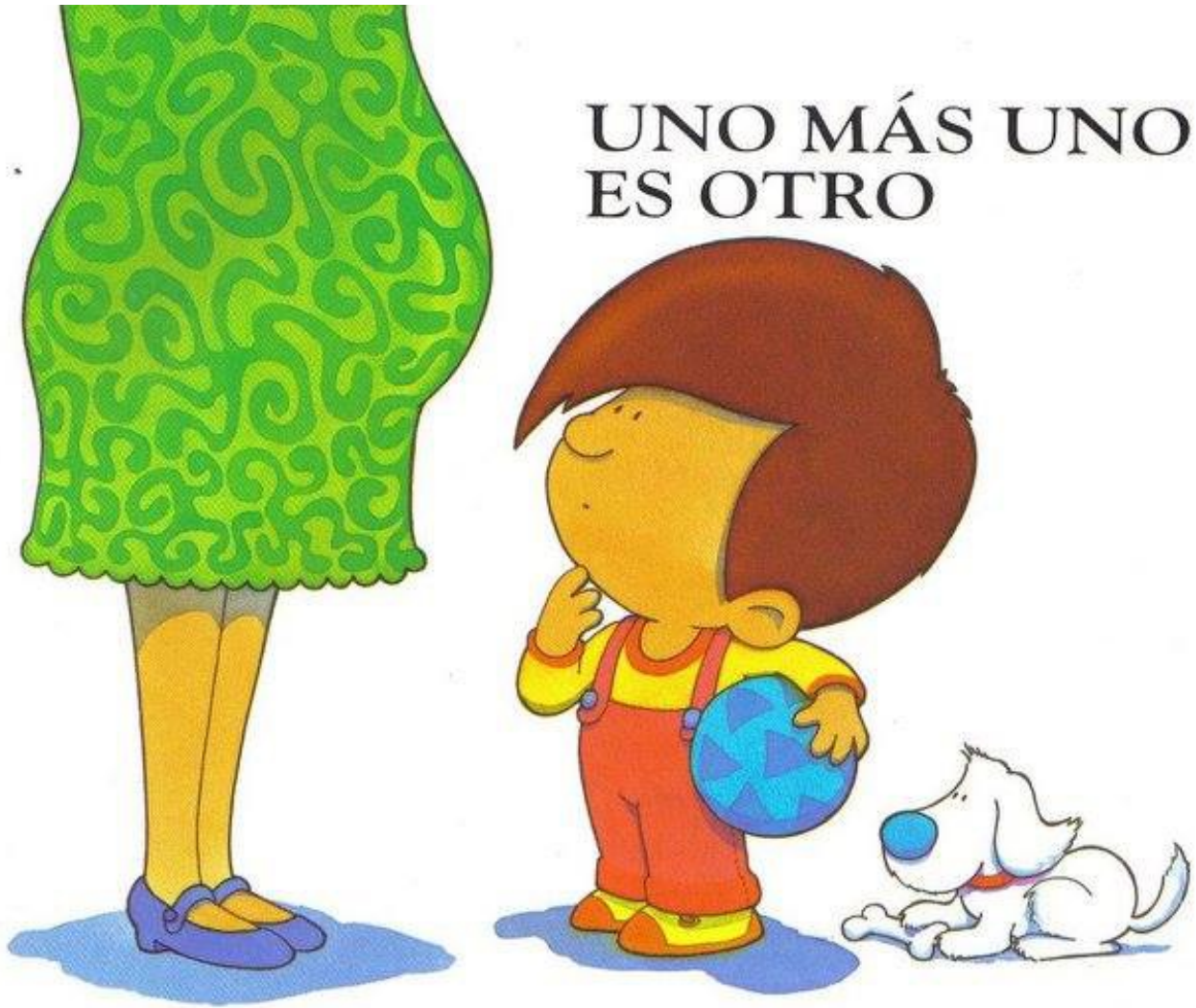
Uno de los cambios más importantes es que los **testículos** empiezan a producir espermatozoides. Cuando se produce la eyaculación, éstos salen al exterior en un líquido llamado **semen**.



RECORRIDO DE LOS ESPERMATOZOIDES EN LOS ÓRGANOS MASCULINOS



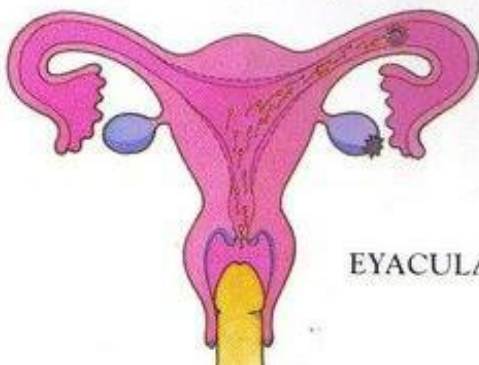
# UNO MÁS UNO ES OTRO



—¿Cómo se ha metido ese bebé en la panza de la mamá?

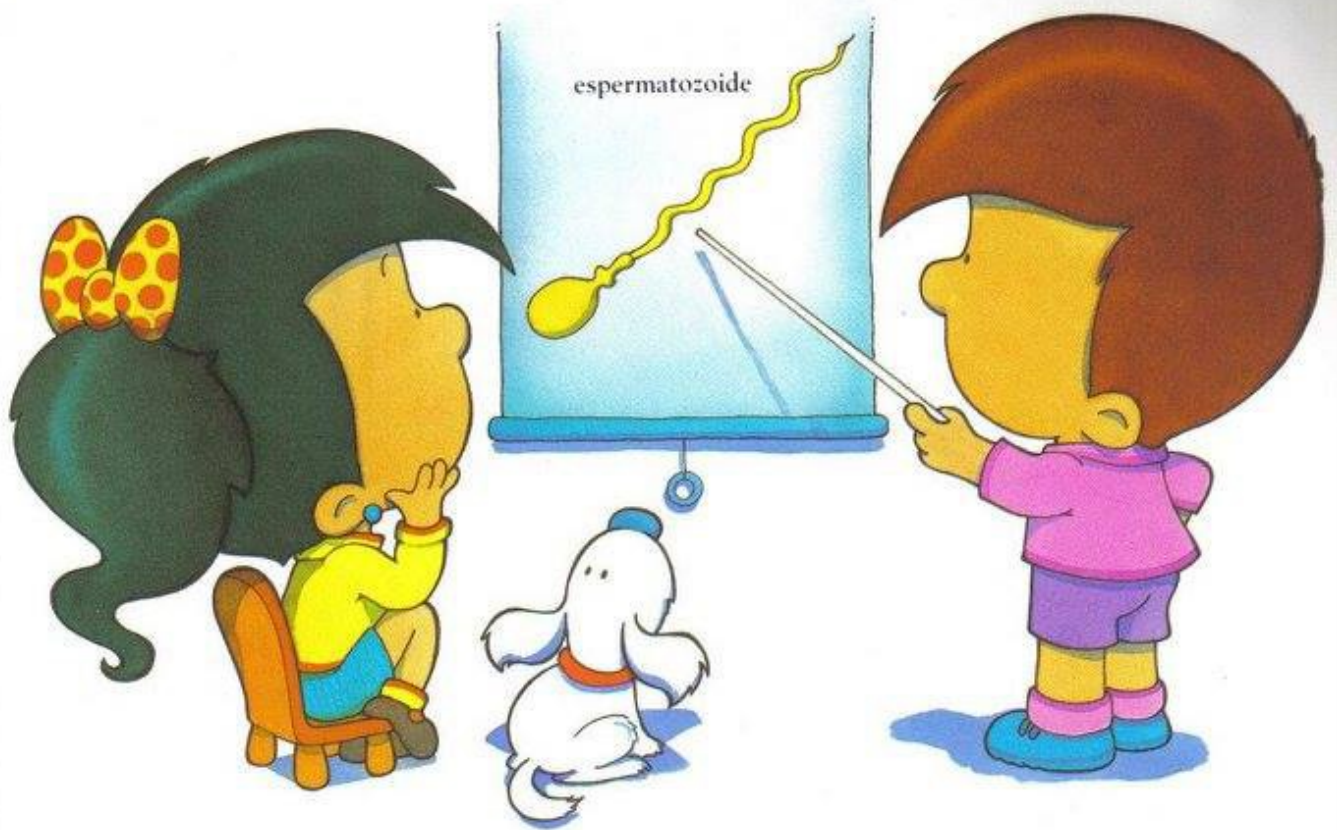
Para poder tener un hijo o una hija es necesario que la pareja realice el coito. Así, cuando se introduce el pene del hombre en la vagina de la mujer, los espermatozoides del semen del hombre pueden llegar hasta el óvulo.

Al producirse la eyaculación, los espermatozoides se mueven rápido por la vagina de la mujer hacia la trompa de Falopio, donde algunos días al mes está el óvulo.



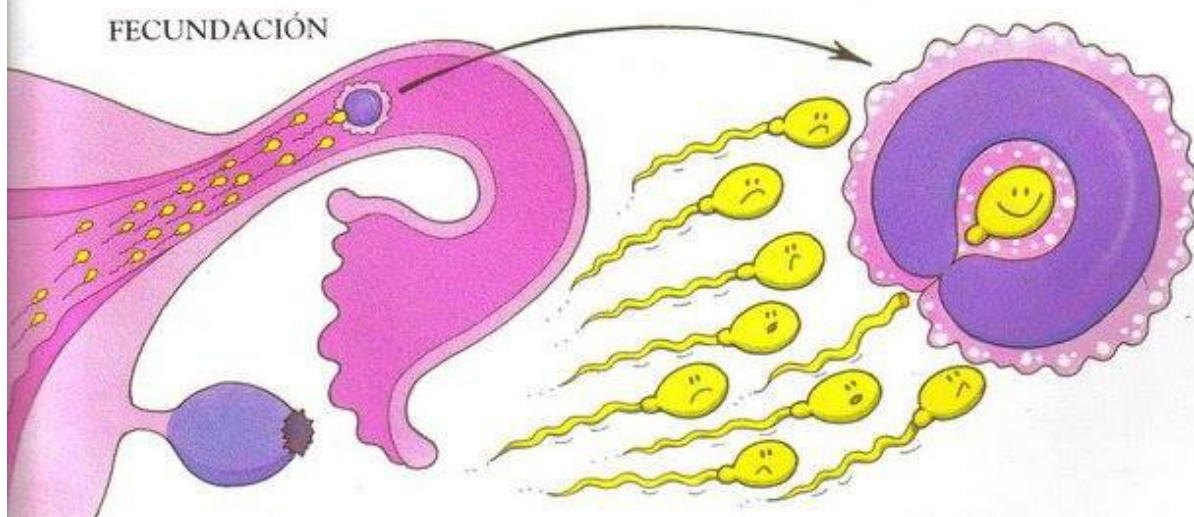
EYACULACIÓN





## —¿Cómo son los espermatozoides?

Los espermatozoides son muy pequeños y se mueven impulsados por su cola, como hacen los renacuajos. En el semen hay millones de espermatozoides, pero sólo uno entrará en el óvulo y se mezclará con él hasta formar una sola célula. Esto se llama fecundación.





### MULTIPLICACIÓN DEL ÓVULO FECUNDADO

A partir de ese momento, el óvulo fecundado se agrandará y aumentará de tamaño, dividiéndose en pequeñas células.

Primero en dos, luego en cuatro, después en ocho...

Cuando el óvulo fecundado es todavía muy, muy, pequeño, baja hacia el útero de la mujer y se engancha a sus paredes.

### ANIDACIÓN DEL ÓVULO EN EL ÚTERO



Ya sabemos que el útero está preparado para recibirlo, como un nido, con las paredes más gruesas y con más sangre. Así el óvulo fecundado se podrá alimentar a través de él.

Muy despacio el óvulo fecundado irá creciendo, hasta formar un bebé. Esto sucederá a lo largo de los nueve meses siguientes.

Durante este tiempo, se dice que la mamá está embarazada.



EMBARAZO



## DECIDIMOS ESPERAR

—¿Cada vez que se hace el coito viene un bebé?

—¿Entonces papá y mamá sólo lo han hecho tres veces?

No siempre que se hace el coito va a venir después un bebé. Depende de varias cosas. Vamos a verlas. La mujer no se quedará embarazada si el día que realiza el coito el óvulo no está en la trompa de Falopio.

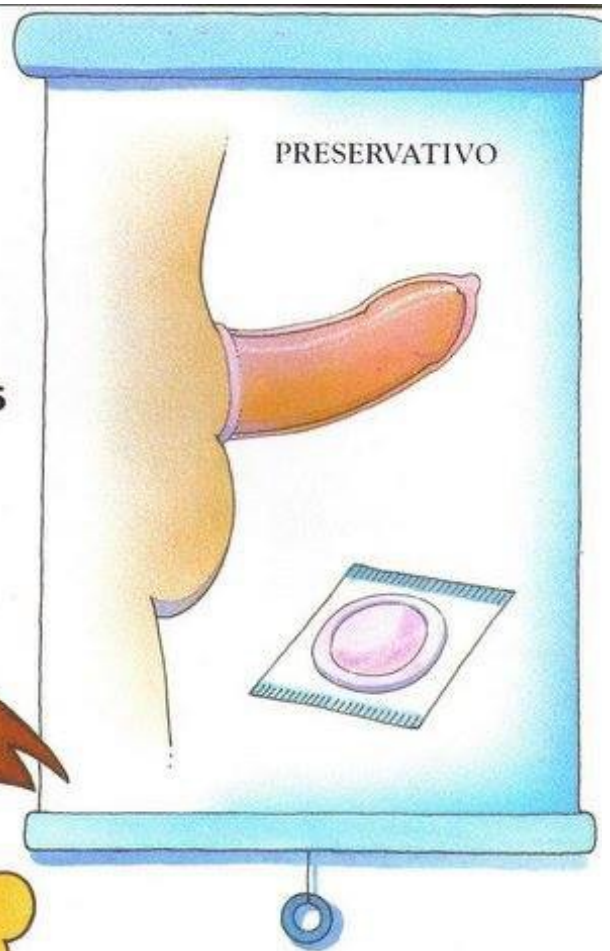


Tampoco habrá embarazo si la pareja usa anticonceptivos.

—¿Anti... qué?

Utilizan lo que se llaman **métodos anticonceptivos**. Sirven para impedir que se produzca la fecundación.

Hay varios, pero vamos a hablar de los dos que más se usan.



Seguramente habrás oído hablar del **preservativo**. El preservativo es una funda de goma que se coloca cuando el pene está en erección.

Así, cuando el hombre eyacula, el semen se queda en la funda de goma, y el espermatozoide y el óvulo no pueden juntarse.

El preservativo también sirve para evitar que la gente se contagie de algunas enfermedades que pueden transmitirse durante las relaciones sexuales. Una de ellas es el SIDA.

Otra forma de evitar un embarazo es que la mujer tome **píldoras anticonceptivas**. Estas pastillas sirven para que no madure el óvulo dentro del ovario y no salga fuera a encontrarse con los espermatozoides.





## LO QUE HEMOS APRENDIDO

— Desde que nacemos y a lo largo de toda la vida, las personas necesitamos estar con otras personas.

¡Y también nos gusta!

— Podemos tener distintos sentimientos hacia los demás: amistad, cariño, enamoramiento, atracción sexual...

Además, esto puede surgir entre un hombre y una mujer, entre dos hombres o entre dos mujeres.

— Tener relaciones sexuales es algo placentero. Cuando se hace el amor es muy importante tener claro si se quiere hacer y con qué persona.

— Cuando se hace el amor y se realiza el coito las mujeres pueden quedar embarazadas. Si la pareja no quiere tener bebés debe utilizar métodos anticonceptivos.

— Para tener un hijo o una hija hay que ser mayor para poder darle los cuidados necesarios.

# GLOSARIO

- Coito:** Introducción del pene del hombre en la vagina de la mujer.
- Erección:** Momento en el que el pene se hace más grande y duro.
- Espermatozoide:** Célula reproductora del hombre. Contiene parte de la información necesaria para formar un bebé.
- Eyaculación:** Expulsión de semen por el pene.
- Fecundación:** Unión del espermatozoide y el óvulo.
- Homosexual:** Hombre que prefiere, casi siempre, hacer el amor con otro hombre.
- Lesbiana:** Mujer que prefiere, casi siempre, hacer el amor con otra mujer.
- Menstruación:** Salida de sangre por la vagina una vez al mes.
- Métodos anticonceptivos:** Distintas formas de evitar que la mujer se quede embarazada.
- Órganos sexuales o genitales femeninos:** Vulva, vagina, útero, trompas de falopio y ovarios.
- Órganos sexuales o genitales masculinos:** Pene, testículos, próstata y conductos.
- Orgasmo:** Momento de especial placer en las relaciones sexuales.
- Ovario:** Órgano sexual femenino que produce óvulos.
- Óvulo:** Célula reproductora de la mujer. Contiene parte de la información necesaria para formar un bebé.
- Píldoras anticonceptivas:** Pastillas que toma la mujer para no quedarse embarazada.
- Preservativo:** Funda de goma que se pone en el pene para evitar un embarazo y el contagio de las enfermedades de transmisión sexual, entre ellas el SIDA.
- Semen:** Líquido blanco y espeso que contiene espermatozoides.
- SIDA:** Enfermedad que puede transmitirse durante las relaciones sexuales.
- Testículos:** Bolsas que producen espermatozoides.
- Trompas de Falopio:** Canales por los que viaja el óvulo.
- Útero:** Bolsa flexible que se prepara todos los meses para acoger a un bebé.
- Vagina:** Órgano sexual de la mujer. Comunica el útero con el exterior.