



General | Gerard de Josep | Actualitzat el 25/02/2022 a les 09:00

10 contes per trencar tabús sobre educació sexual i prevenció dels abusos

Llibres per parlar amb els infants sobre els canvis que experimentaran a la pubertat i ajudar-los a conèixer el seu propi cos. També n'incloem alguns per prevenir l'abús infantil.

[inicicentrareport] L'**educació sexual** és molt més que un taller de secundària on s'explica com posar un preservatiu. Comença molt abans, ja des de nadons és recomanable, per exemple, **anomenar les parts del cos pel seu propi nom**, i no utilitzar paraules com "tita" o "patata". L'**alfabetització genital** és l'inici del procés, però amb l'arribada de la **pubertat**, entre els 8 i els 13 anys en el cas de les nenes, i entre els 9 i els 14 en els nens, els canvis físics, i per tant també les preguntes, es multipliquen.

Amb aquest recull de contes us volem apropar uns quants **recursos pedagògics** per parlar amb els fills i filles sobre el **coneixement del propi cos**. Aprendran a entendre millor els **canvis** que viuran i les noves **sensacions** que experimentaran.

Al final del recull hi trobareu també 3 títols específicament pensats per parlar de l'**abús infantil** amb els més petits i ajudar a prevenir-lo.

[ContesSexualitat22]

1. "Explica-m'ho tot", de Katharina von der Gathen amb il·lustracions d'Anke Kuhl

A

Kerthring von der Gathen • Anika Kold

Explica-m'ho tot



Aquesta és la segona part de l'èxit de vendes "Explica-m'ho", on l'autora alemanya, especialista en educació sexual, respon les preguntes que li fan els alumnes de primària de forma anònima sobre el **cos**, la **pubertat**, l'**amor** i la **sexualitat**. Respostes escrites amb claredat i honestat que ajuden dissipar les confusions que pot provocar la cerca d'informació a internet. Von der Gathen és autora també d'altres llibres d'educació sexual com "La vida amorosa dels animals" o "El vermell mola".

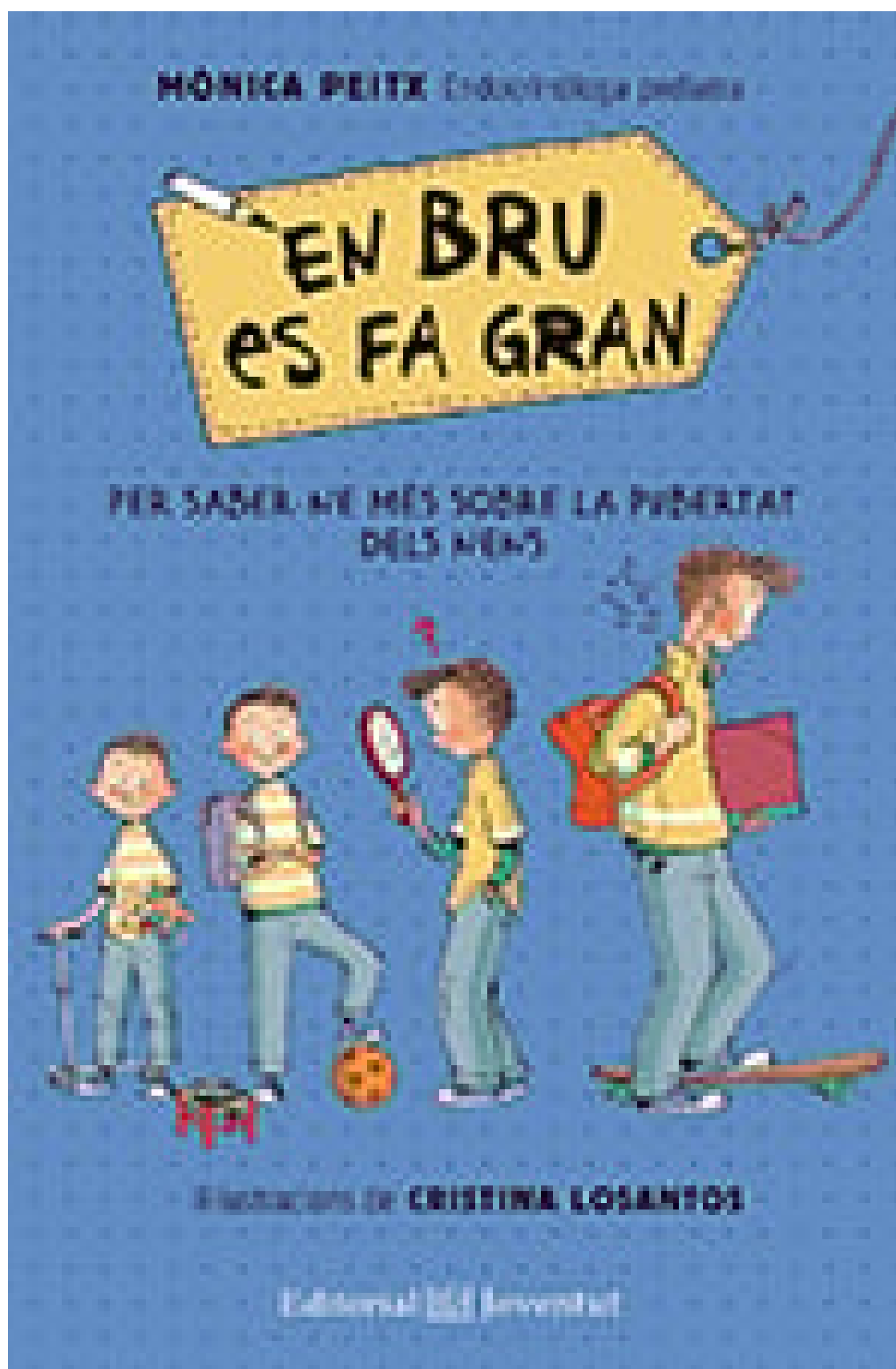
[tornarindex]

2. "Descobrint el cos, sembrant paraules", de Montse Catalán amb il·lustracions d'Aina Sallés



Un conte per aprendre a anomenar les parts del cos pel seu nom, sense eufemismes. Per **trencar silencis i tabús** i aprendre a conèixer el propi cos amb **alegria i respecte**. Pensat per a criatures que ho volen saber tot, i per a adolescents que busquen respostes clares i sinceres. [tomarindex]

3. "En Bru es fa gran", de Mònica Peitx amb il·lustracions de Cristina Losantos



A

L'autora és pediatra-endocrinòloga i amb aquest llibre ens parla dels canvis en la **pubertat masculina** i la importància de mantenir uns **hàbits saludables**. El protagonista, en Bru, té 10 anys i comença a experimentar la transformació del seu cos. La seva germana té també el seu propi llibre, "La Mia es fa gran", guanyador de diversos premis els 2016 i 2017.
[tornarindex]

4. "Espermarquia", de Júlia Sánchez Andreo amb il·lustracions d'Anna Tó



Aquest conte ens situa en el moment previ a la **primera ejaculació**. El personatge és un noi que està en aquest punt i que té com a referent per resoldre els seus dubtes al seu pare. S'hi parla dels canvis de la pubertat, dels noms de les parts del cos i de com **mantenir una relació respectuosa amb un mateix**. S'hi fa referència també a la masculinitat, oferint una lectura crítica de com s'aprenen les violències. L'autora el recomana a partir dels 12 anys, i "digerir-lo a poc a poc. Podem deixar que l'infant se'l miri tot sol primer, i a mesura que estigui preparat, compartir-lo amb ell, ja que solen ser temes que sovint els violenten".
[tornarindex]

5. "La regla mola (si saps com funciona)" d'Anna Salvia i Cristina Torrón (Menstruita)



La **primera regla** és un moment transcendent. El cos de les nenes canvia i passaran a ser noies **cíclics** i amb capacitat per a **tenir fills**. Aquest llibre explica tot el que necessita saber per viure aquests canvis, i ho fa a través de la veu del seu propi úter, que serà qui li explicarà des dels òrgans sexuals fins el cicle menstrual i opcions per a no tocar-se, entre d'altres. Un llibre imprescindible per totes les noies que estan començant a fer el canvi, que acaben de tenir la seva



primera regla o que fa alguns anys que menstruen.
[tornarindex]

6. "El libro rojo de las niñas" i "El libro dorado de los niños" de Cristina Romero i Francis Marín

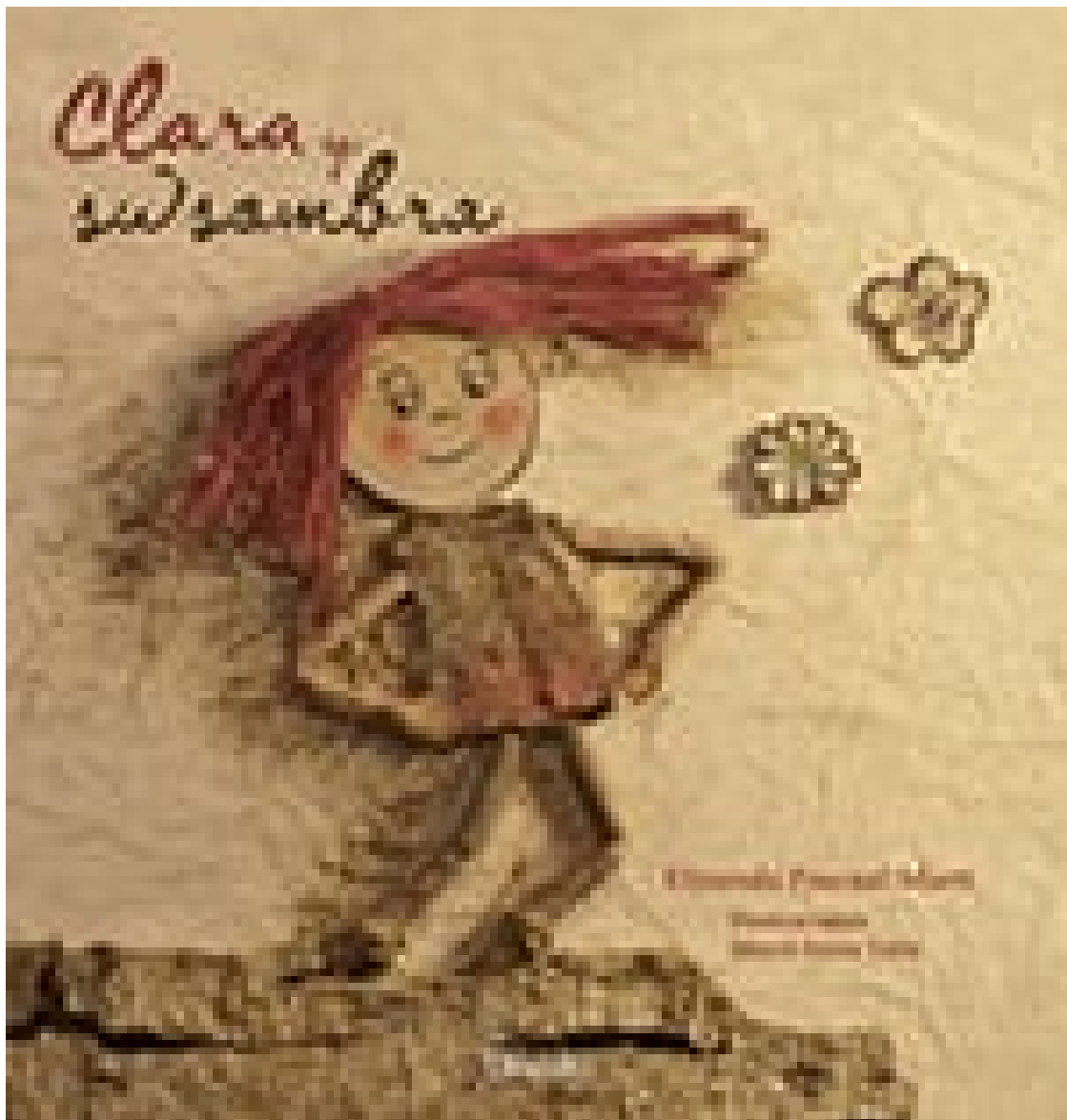
Aquests dos àlbums il·lustrats, dedicats al es nenes i els nens respectivament, estan pensats per **acompanyar-los i empoderar-los**. Per parlar-los de la importància de la connexió amb la natura, a escoltar el nostre propi cos i les nostres emocions, i a reconnectar amb nosaltres mateixos per acceptar els canvis que es produeixen a dins i a fora nostre. Un llibre apte també per als adults, per redescobrir què és la **feminitat** o la **masculinitat** i que pot ajudar a curar velles ferides.
[tornarindex]

7. "Pessigolles" d'Alba Barbé i Sara Carro amb il·lustracions de Núdia Fortuny



Donar **ales a la imaginació i ampliar l'imaginari entorn de la sexualitat**. En aquest conte, la Ira i la Tona descobriran les primeres sensacions físiques i aprendran a parlar-ne amb els altres. Perquè la sexualitat ens acompanya des de ben petites, i parlar-ne contribueix al desenvolupament saludable i integral de les criatures.
[tornarindex]

8. "Clara y su sombra" d'Elisenda Pascual Martí



I per acabar aquest recull de contes, us fem referència a tres títols pensats per parlar i prevenir l'**abús sexual infantil**.

A "Clara y su sombra" la psicòloga i psicoterapeuta Elisenda Pascual ens ofereix un recurs per ajudar als adults a explicar als més petits com **prevenir l'abús**. La protagonista ha perdut el somriure i no sap ben bé per què. Una gran ombra la persegueix i li diu que l'ajudarà a retrobar-la, però en lloc d'això, cada vegada està més trista i l'ombra es va fent més i més gran. Només explicant el que li passa, tornarà a somriure.
[tornarindex]

9. "El meu cos és meu!", de Dalmar Geilser



La protagonista d'aquest llibre també es diu Clara, i és molt conscient que té quelcom d'especial en el seu cos, i que té **dret a dir que no** vol que la toquin. Un llibre que ensenya els infants a sentir-se **segurs** de si mateixos i els **empodera** per decidir si volen que els toquin o si no.

[tornarindex]

10. "¡Estela, grita muy fuerte!" de Bel Olid i Martina Vanda



L'Estela és una nena tímida i amorosa, però aprendrà a **fer-se sentir**. Seguint el consell de la seva mestra, cada vegada que algú li faci alguna cosa que no li agrada, transformarà el seu caràcter i trobarà la valentia necessària per enfrontar el seu oncle, que darrerament li fa coses que no li agraden gens.

[tornarindex]

[noticiadiari]96/1034[/noticiadiari][ficentrareport]