

A SEXUALIDADE EXPLICADA AOS MAIS NOVOS

Todas as respostas às perguntas difíceis

INCLUI
GLOSSÁRIO
FÁCIL DE
CONSULTAR

Texto: Dr. Manuel Mendes Silva (Médico)
Ilustrações: Carolina Antunes e Silva

Índice



Nota Prévia	9
Capítulo 1 - Meninos e meninas	11
Capítulo 2 - Rapazes e raparigas: a puberdade	17
Capítulo 3 - Homens e mulheres	37
Capítulo 4 - Fecundação · Gravidez · Parto	43
Respostas a perguntas frequentes	59
Glossário	62
Sobre os autores	69

Nota prévia

(Importante ler!)

Na sociedade de hoje, a sexualidade é mais esclarecida, mais livre, mas também mais responsável. Sofre, porém, de alguns exageros que há que evitar e explicar. Uma boa educação sexual deve começar na infância pré-escolar e é objetivo deste livro contribuir para tal. Pretende-se dar informação e formação simples e verdadeira, sem tabus, ajudando os pais e educadores nessa tarefa e dando as respostas certas «às perguntas difíceis» que as crianças frequentemente colocam sobre o tema.

Este é um livro dedicado às crianças em idade escolar inicial (dos 6 aos 9 anos), devendo estas ser orientadas pelos pais e educadores na observação e interpretação dos desenhos, visto estarem a dar os primeiros passos na aquisição da leitura. Os pais poderão socorrer-se do texto e da sua história, adaptando-o conforme as idades e as conveniências. Mas o livro é também útil às crianças pré-adolescentes (dos 10 aos 12 anos) que poderão ler nestas páginas as respostas às suas dúvidas. Sempre com a orientação e acompanhamento de um adulto.

O livro conta a história de uma família e de que forma a sexualidade está presente na vida de cada um dos seus membros. Para que os vários aspetos da sexualidade sejam convenientemente explicados, é largamente ilustrado, quer com esquemas do corpo humano muito rigorosos, quer com desenhos apelativos das personagens.

Todos os temas são descritos de uma forma bastante clara e, no final, há um glossário muito completo com as definições e explicações de cada palavra, dirigido, sobretudo, aos leitores mais velhos e aos adultos. Há ainda uma lista com perguntas que as crianças fazem com mais frequência, para que os pais e educadores saibam o que responder nessas situações, com verdade e sem receio.





Capítulo 1

Meninos e meninas



Olá! Eu sou a Joana.



Tenho nove anos. Os meus olhos são azuis e o meu cabelo é loiro e comprido. Sou muito curiosa, faço muitas perguntas, e um dia gostaria de ser médica, como a minha mãe.

O meu irmão António, de cinco anos, tem os olhos castanhos e o cabelo escuro, curto, como o meu pai.

Eu e o António andamos na mesma escola e temos muitos amigos e amigas com quem brincamos. O António tem umas brincadeiras muito brutas com os amigos. Andam sempre a brincar às lutas... E não param de falar em super-heróis!

Eu prefiro brincadeiras mais calmas. Gosto de saltar à corda e de falar e cantar com as minhas amigas.

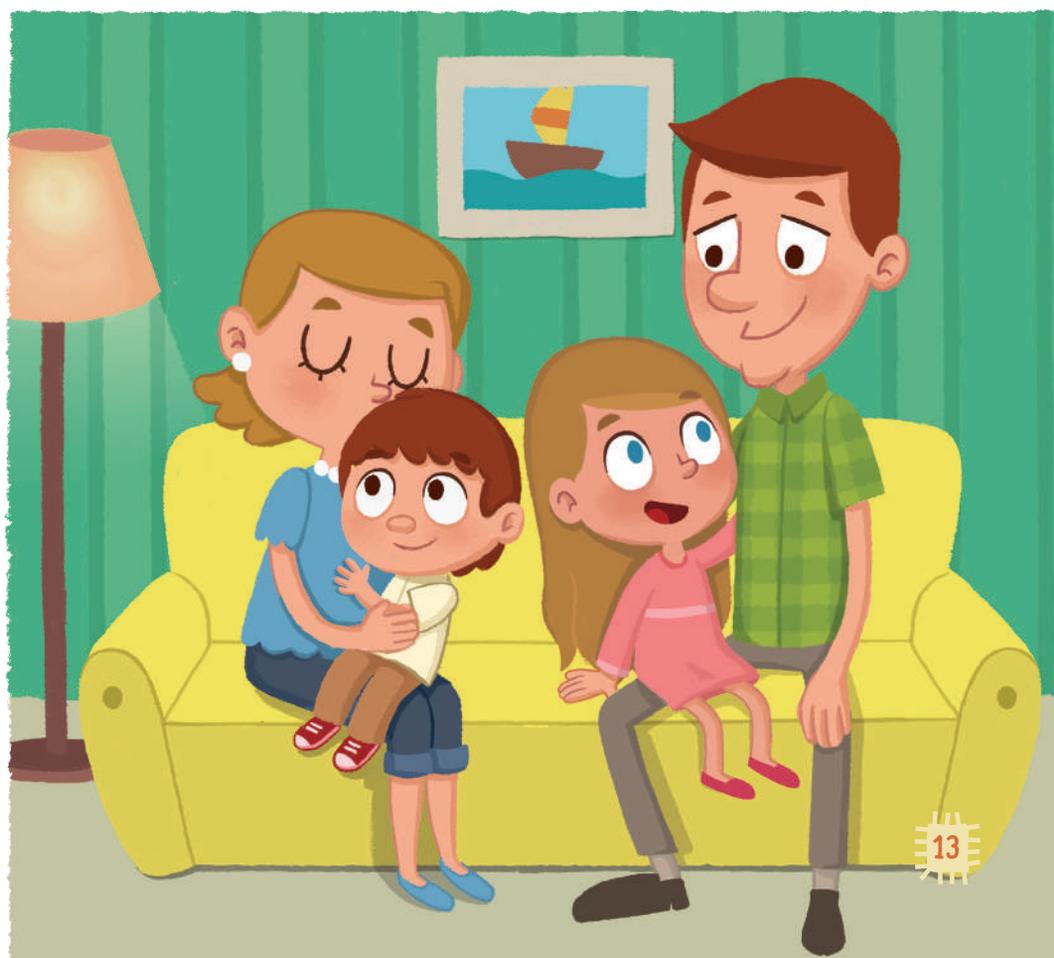
Em casa, tanto eu como o António gostamos muito de jogar no telemóvel do pai.



No próximo fim de semana vamos à festa da nossa amiga Maria. Ela faz 7 anos!

Eu vou levar um vestido novo e uns laçarotes no cabelo, e o António leva uma camisa e uns calções novos. Temos gostos e interesses muito diferentes. E às vezes zangamo-nos.

Mas quando voltamos para casa, cansados, aconchegamo-nos no colo do pai e da mãe a dar-lhes muitos beijinhos e abraçinhos.



Todos os dias, antes do jantar, tomamos banho ao mesmo tempo.

O meu irmão tem uma pilinha, uma espécie de «trombinha» muito engraçada que ele lava, puxando a pele para trás, como o pai lhe ensinou.

Eu tenho um pipi, que é parecido com uma «rachinha», uma «fendinha», entre as pernas. É por lá que sai o xixi e por isso tenho de me sentar na sanita, ao passo que o António faz xixi de pé, agarrando na pilinha.

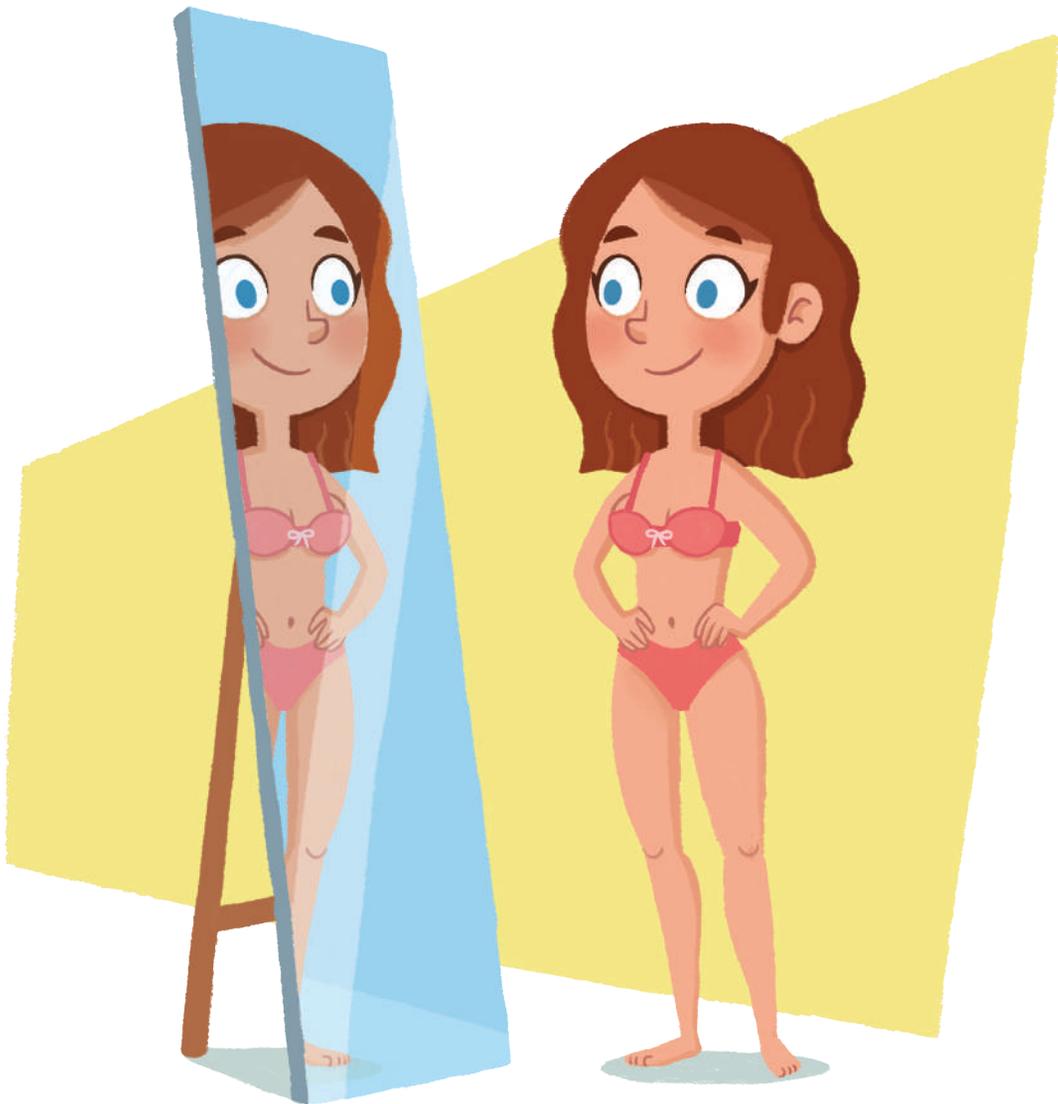






Capítulo 2

Rapazes e raparigas: a puberdade



Além do António, tenho outros dois irmãos, mais velhos. A Leonor, com treze anos, e o Paulo, com catorze.

O corpo da Leonor está a mudar. Cresceu muito. As maminhas estão a desenvolver-se e já usa «soutien». As calças ficam-lhe apertadas porque está a alargar na zona das ancas.

No outro dia, vi-a nua na casa de banho, em frente ao espelho, a fazer poses elegantes. Tem pelos por cima do pipi e rapa aqueles que tem por baixo dos braços. E a coisa que mais a chateia no mundo é quando lhe aparecem «borbulhas» na cara. Ela diz que é acne e que todas estas alterações se devem às hormonas.

Mudanças! ♀

- * As ancas alargam
 - * Os seios aumentam
 - * Aparece a menstruação («período»)
- A 1.ª menstruação tem o nome de menarca
- * A pele passa a ser mais oleosa e surge a acne (as «borbulhas»)
 - * Nascem pelos onde antes não existiam: debaixo dos braços (as axilas) e junto do pipi (a púbis)



HORMONAS

As hormonas são substâncias que existem no sangue e que são muito importantes para o corpo. É graças a elas que crescemos. A partir da puberdade, começam a produzir-se as hormonas sexuais, que são diferentes nos homens e nas mulheres. Nos rapazes, as hormonas fazem crescer a barba e provocam alterações na voz; nas raparigas, são responsáveis pelo crescimento das maminhas e pela menstruação. É também graças às hormonas que surge o desejo sexual e se pode vir a ter filhos no futuro.

Tal como todas as crianças, a Joana faz imensas perguntas! Neste livro, através das explicações da família da Joana, vamos descobrir e compreender melhor como funciona o corpo humano e as alterações próprias do crescimento.

Com o rigor e a seriedade do texto e as divertidas ilustrações que o acompanham, nunca foi tão fácil responder às «perguntas difíceis»!

- * Porque é que as maminhas crescem às meninas?
- * O que é fazer sexo?
- * Como nascem os bebés?

Estas e muitas outras questões são explicadas de forma clara, divertida e sem tabus.

Este é o livro ideal para pequenos curiosos!



Vocabulário



Perguntas frequentes



Lê também:



 livros que saltam à vista 20 20 editora	ISBN 978-989-8855-33-6 8+  9 789898 855336 Conhecimento
---	--