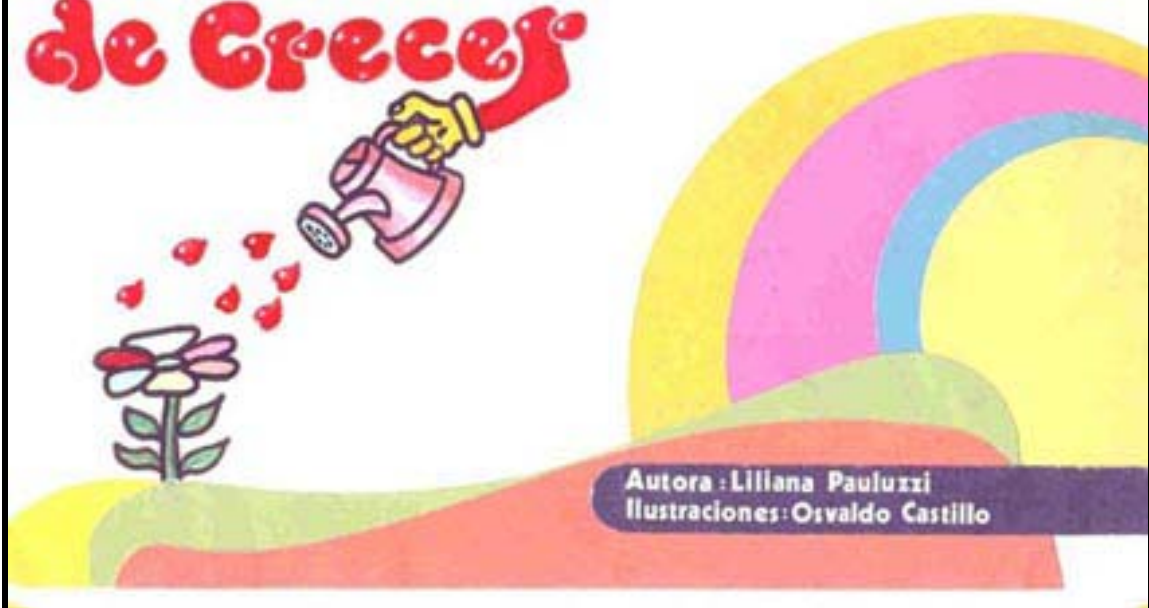


La Aventura de Crecer



Autora: Lilliana Pauluzzi
Ilustraciones: Osvaldo Castillo

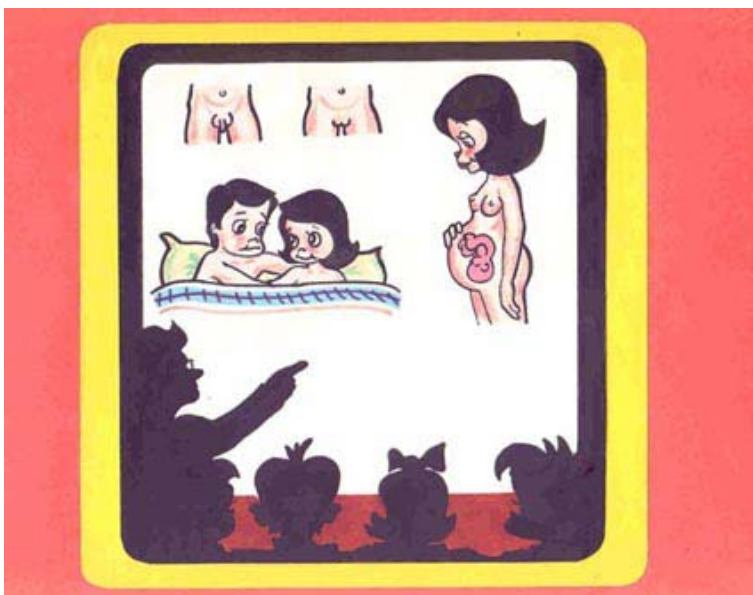


Todos los chicos son muy curiosos y cuando quieren saber algo le preguntan a los papis, a la seño, a los abuelos... Pero hay algunas preguntas que todos lo chicos piensan pero les resulta difícil encontrar las respuestas. Estas preguntas están en relación con el cuerpo, el amor, los hijos, el sexo. ¿Porqué resulta difícil encontrar respuestas?

Porque a algunas personas grandes les cuesta hablar de estos temas con los chicos. ¿Por qué les cuesta hablar?. Porque cuando eran chicos como ustedes no podían estos temas. Se pensaba que estas cosa no debían saberlas los chicos. ¿Pero como es eso de que antes los chicos no podían y ahora a algunas personas grandes les resulta difícil? ¡Es un lío!. Si, es un lío.



Pero hoy sabemos, que sobre el cuerpo, el amor, el sexo y los hijos, no sólo que todos podemos, sino que todos debemos hablar, porque son los temas más importantes de la vida. Es por eso que se nos ocurrió para ver si podemos acomodar un poco este lío, tratar de recordar todas aquellas preguntas que nos hacíamos cuando éramos chicos y contestarlas con lo que sabemos hoy. Como hace algunos años que nosotros dejamos de ser chicos puede ser que algunas preguntas se nos hayan olvidado. Si eso pasa les pedimos que nos ayuden con lo que ustedes piensan o se les ocurre y nos lo hagan saber.



Una de las preguntas que nos hacíamos era...

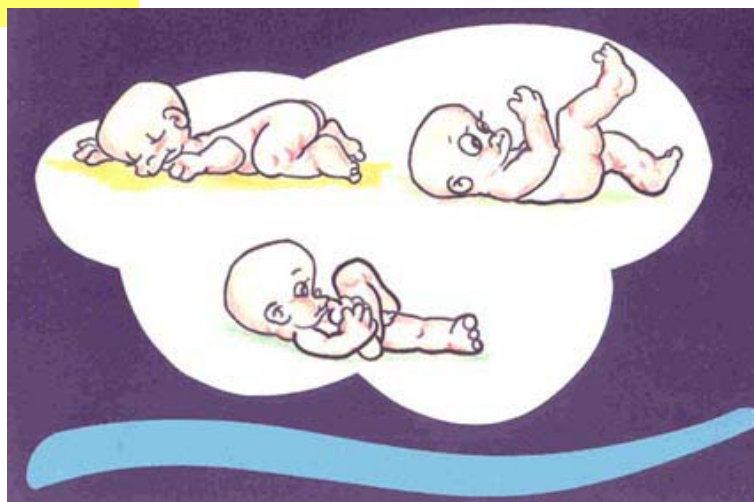
¿Nuestro cuerpo tiene partes malas o feas? Y ahora podemos responder que nuestro cuerpo es hermoso, grandote, chiquito, gordito o flaquito siempre es hermoso. Todo lo que hay en él es maravilloso e importante.



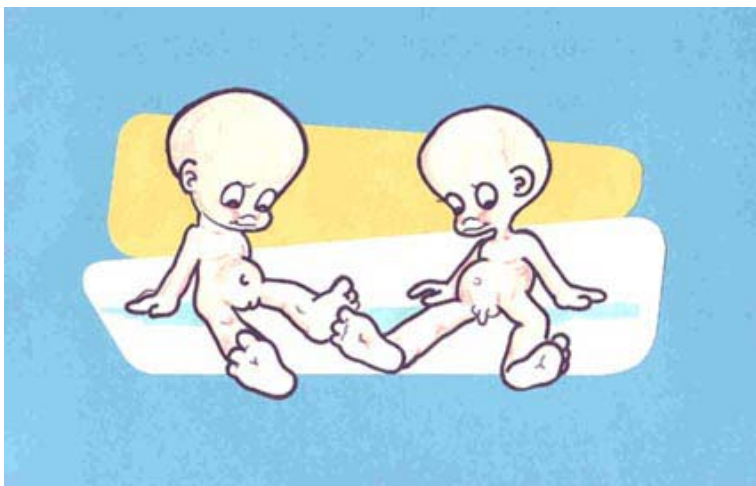
Con nuestro cuerpo podemos caminar, saltar, tocar, explorar, sentir y comunicarnos con los demás. Y todo niño o niña sea grande o pequeño es un ser único y entero y no hay partes malas o feas. Además, jugar con él, nos da mucho placer, y jugar con nuestro cuerpo es una actividad que nos acompaña toda la vida. Si bien es cierto que los juegos van cambiando a medida que pasan los años.



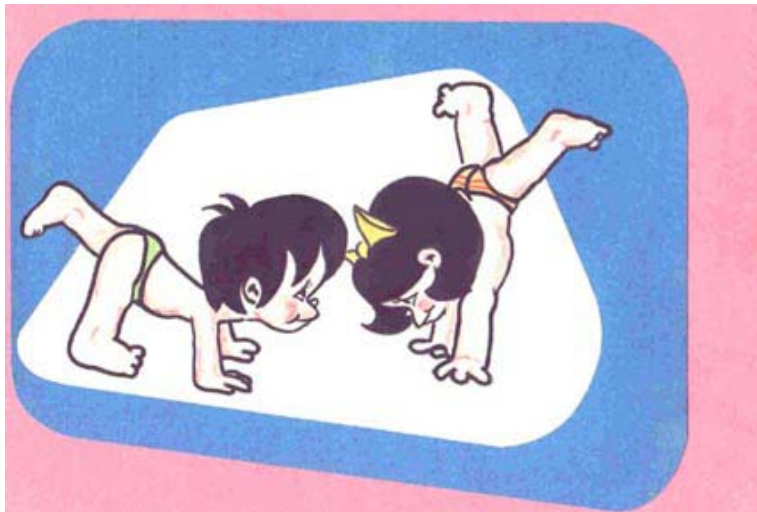
Cuando nacemos, no conocemos todo nuestro cuerpo, lo vamos conociendo de a poquito. Al principio conocemos el mundo por la boca, tomamos la teta de mamá o la mamadera y dormimos. Ese es nuestro mundo. Después, empezamos a descubrir las manos, un pie y cada cosa que descubrimos de nuestro cuerpo necesitamos jugar con ella para conocerla. Porque jugar es una manera de aprender.



Cuando podemos sentarnos, el mundo se vá ampliando y el conocimiento de nuestro cuerpo también. Podemos observar las zonas de nuestro cuerpo que ya conocíamos por las sensaciones que nos producían cuando mamá o papá nos higienizaban, pero al sentarnos podemos verlas, claro cuando no estamos con los pañales, entonces jugamos con ellas.

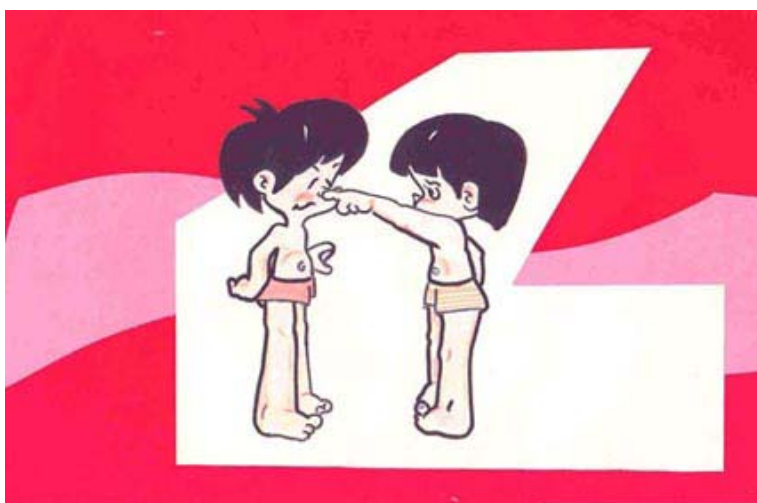


Después nuestras piernas pueden sostenernos y nuestros brazos y manos ya aprendieron muy bien a moverse. Rápidamente vamos adquiriendo destrezas en los movimientos. Tenemos muchas energías que descargar y jugar es la mejor manera para hacerlo y así nos vamos conociendo, sintiendo mucho placer en ello.



Cuando empezamos a hablar, nos vamos comunicando mejor con el mundo y vamos perfeccionando, la comunicación de los gestos, las miradas, los juegos. Entonces tenemos formas muy cariñosas de hacernos entender, caricias, abrazos y besos.

También, a veces tenemos mucha bronca y la comunicación con los otros se da mediante puntapiés, patadas, cachetazos, tirones de pelos, insultos, pellizcos. Si bien no es la manera más recomendable de comunicación, ésta existe en todos los seres humanos y alguna vez la ponemos en práctica.





Cuando somos un poquito más grande nos damos cuenta que a pesar de que el cuerpo de la nena y del nene son muy parecido, hay algo que no es igual, es el sexo.

¿Qué es el sexo?. El sexo es lo que diferencia a una nena de un nene. Y la diferencia está en los genitales.

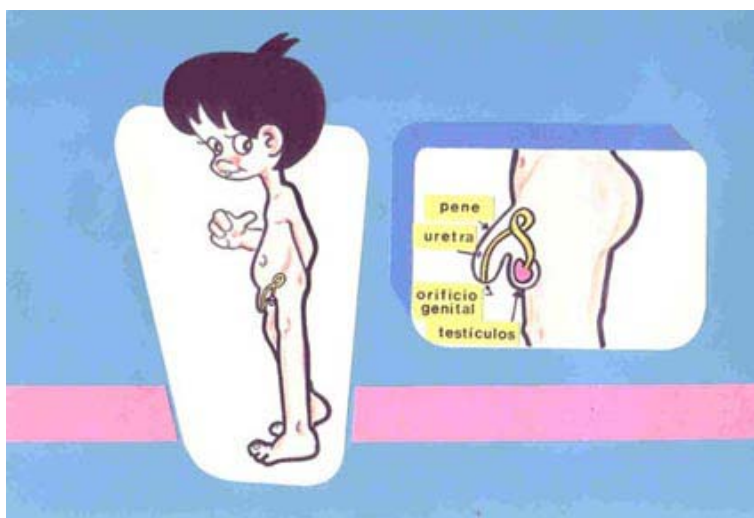
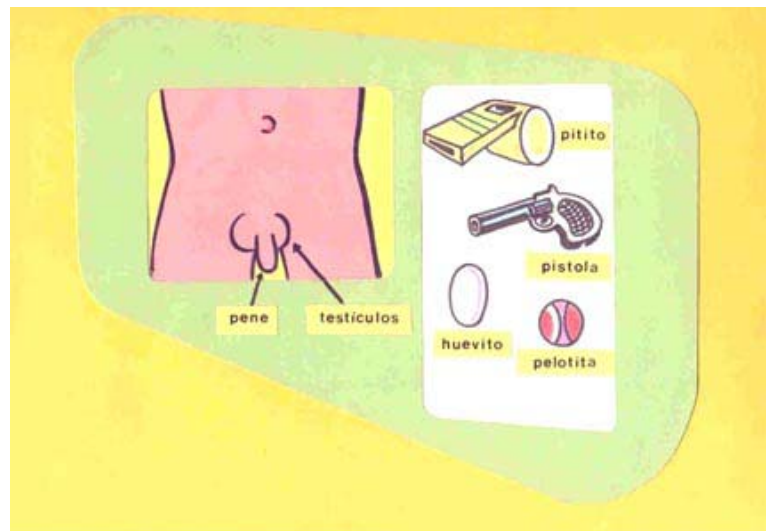
Los genitales externos de la nena son la vulva y el clítoris y los genitales del nene son el pene y los testículos.

Seguramente ustedes lo conocen por el sobrenombre, así como a un nene que se

llama José, le dicen Pepito a los genitales les han puesto sobrenombre.

Por ejemplo a los genitales del nene se los llama: pitito o pistolita al pene y huevitos o pelotitas a los testículos.

Y le han puesto ese sobrenombre porque el pene se parece a un pitito o a una pistolita y los testículo a huevitos o pelotitas. ¿Vamos a ver cómo son ?

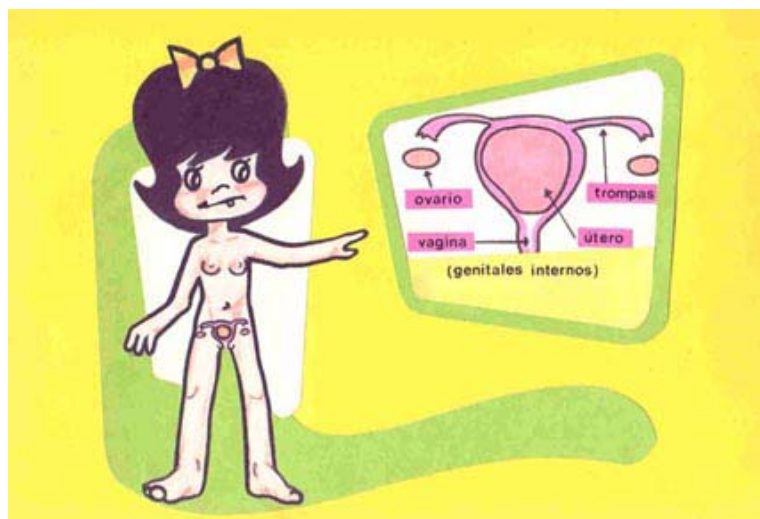
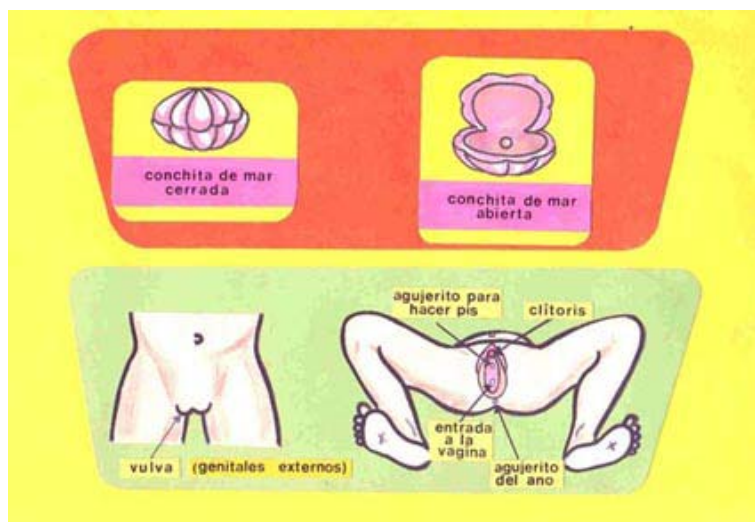


Ahí en el gráfico vemos el pene, éste es muy sensible, cuando el nene lo toca le produce una cosquillita muy placentera. Debajo de él se encuentra las bolsitas que guardan los testículos. Los testículos son dos glándulas una de cada lado, que son parecidos a carocitos de ciruela y son muy importantes para el crecimiento, porque cuando los chicos crecen y se hacen hombres, acá se forman los espermatozoides, después vamos a hablar de ellos son muy chiquititos y

sirven para formar bebés, salen afuera por ese tubito que vemos en el gráfico. Ese tubito también sirve para que salga el pis y se llama uretra.

Hasta los 10 años, más o menos, estas glándulas que son los testículos están como dormidas.

El sobrenombre que se le ha puesto a los genitales externos de la nena es conchita, por que se parece a una conchita de mar. Ahora fíjense, los genitales externos de la nena a simple vista no se ven porque están guardados. Y así cuando se abre la conchita de mar podemos ver que hay dentro; de la misma manera cuando la nena abre su vulva, vemos como un botoncito rosado que es muy sensible y se llama clítoris, cuando la nena lo toca le produce una cosquillita muy placentera, abajo está el agujerito para hacer pis y más abajo el agujerito de entrada en la vagina, ésta se encuentra dentro del cuerpo de la nena. Más abajo está el ano que es el agujerito para que salga la caca.



Imaginemos ahora que podemos ver dentro.

Veríamos como esta figura. Estos son los genitales internos

La vagina es como un tubito, muy elástico, luego hay una bolsita que tiene la forma de una pera y se llama útero. El útero es el lugar donde, cuando la nena sea una mujer va formarse el bebé. Del útero salen como dos ramitas, una para cada lado, se llaman trompas y al final de las trompas estan los ovarios, que son las glándulas que tiene la nena. También al igual que en

el nene se parecen a dos carocitos de ciruelas. Y son importantes para tener bebés.

Cuando estas glándulas comienzan a despertarse, alrededor de los 10 años, se producen cambios en nuestro cuerpo y en nuestra manera de ser, éstos cambios se van a dar a lo largo de unos años. Algunos van a ser más notables y otros menos, cada ser es único. Algunos cambiaran antes y otros después.





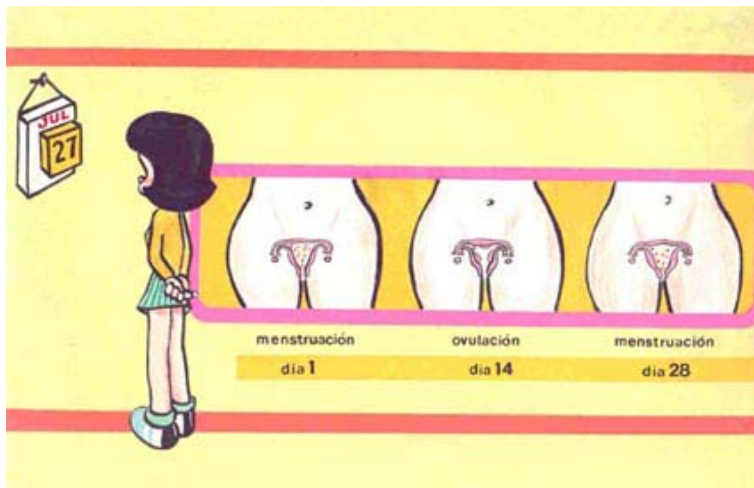
Pero es importante que siempre tengan en cuenta que crecer es una hermosa aventura y que a pesar que el crecimiento de nuestro cuerpo se detenga a los 17 o 18 años, nuestro ser puede seguir creciendo hasta nuestros últimos días. Por eso nosotros queremos informarles por qué se cambia y en qué consisten esos cambios.

Entre los 11 y 12 años a las niñas comienzan a desarrollárseles los pechos, los pezones se destacan más que antes y crecen los pelitos en los genitales y debajo de los brazos. Las caderas se hacen más anchas y la cintura se afina. Es muy probable que esta época se tenga la primera menstruación.



¿Qué es la menstruación?

Un día te vas a encontrar que entre las piernas hay un poco de sangre que sale de tu vagina. No te asustes, nada malo pasa, estas perfectamente sana y tu cuerpo te anuncia que tus ovarios han empezado a madurar tus óvulos; esa es sangre de vida.



Después de esa primera vez que te encuentres con tu menstruación, ésta durará unos días y luego se vá hasta el próximo mes. Al principio no es tan regular pero después cada 28 o 30 días, aproximadamente tendrás tu menstruación. En algunos casos este ciclo puede variar.

¿Por qué ocurre esto? Esto sucede porque una vez al mes un óvulo sale de uno de tus ovarios, inicia el recorrido por las trompas, mientras tanto el útero se

prepara con un revestimiento para recibirlo, en caso de que se produzca la fecundación. Si esto no sucede, el revestimiento y el óvulo salen en forma de sangre por tu vagina. Y lo mismo se producirá mes a mes.

¿Qué pasa con los varones entre los 13 y 14 años?

Empiezan a crecer las espaldas y el pecho se ensancha, crecen los testículos y el pene se hace más largo y ancho. Crecen los pelitos en los genitales y también en el pecho y en las mejillas, pero el crecimiento de los pelitos excepto el de los genitales varía de varón en varón.

También en él se dan acontecimientos novedosos tales como la erección y la eyaculación.



¿Qué es la erección?

Es cuando el pene se pone duro y se hace más grande de lo común. Si bien la erección los varones la han tenido desde muy chiquitos, es entre los 13 y 14 años que empieza a darse más a menudo.

A veces las erecciones se producen sin motivo aparente, a veces en momentos inoportunos, con el movimiento del colectivo o cuando pensás en una chica que te agrada.



Cuando las erecciones se producen, puede ser que te encuentres con un líquido algo espeso, que sale del pene. Es común que te ocurra cuando te despertás. No te avergüences, este es un hecho muy natural y te anuncia que tu cuerpo esta produciendo y expulsando fuera espermatozoides, que se forman en tus testículos y a esto se llama eyaculación.

¿Qué son los espermatozoides? Si miramos en el microscopio una gota de ese líquido que se llama líquido seminal,

vamos a ver como renacuajos muy chiquititos nadando, son los espermatozoides. Son los compañeros del óvulo y cuando se unen forman un embrión que al crecer se convertirá en un bebé.

¿Por qué se producen estos cambios?

Tanto en la niña, como en el varón, estos cambios hacen que se empiece a sentir una atracción especial por el sexo.

Surgen nuevos intereses y nuevas maneras de relacionarse; por ejemplo mediante la música, las charlas, el baile.

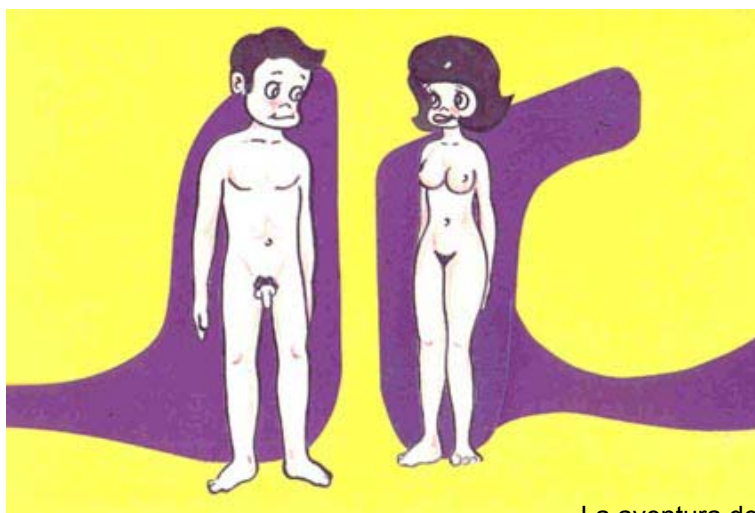
También nos interesamos por todo lo que tiene que ver con la vida.

Se empieza a ensayar la manera de encontrar pareja.

Si bien es cierto que en esta época de la vida la amistad es algo muy fuerte, a veces

existe una atracción distinta a la amistad, que nos hace estar pensando todo el día en quién nos atrae, pero cuando estamos junto a esta persona no sabemos como actuar, hay una cosquillita que recorre todo nuestro cuerpo y nos ponemos alegres, pero también inquietos.

De esta manera empezamos a sentir y expresar el amor.



Así entonces cuando termina el proceso de crecimiento de nuestro cuerpo, esto se da entre los 17 y 18 años, te convertirás de niña en mujer y de niño en hombre.

Estas que ves en la figura son las diferencias que hay entre ambos sexos.



¿Qué es una pareja?

Dos personas se eligen, se gustan, desean conocerse y en ese conocerse descubren que tienen proyectos de vida parecidos. Pero también, se van a dar diferencias en la manera en que cada uno vive, en las costumbres, en las ideas y a veces por esas diferencias surgen discusiones o peleas. Pero éstas son importantes que se den en pareja porque ayudan a l crecimiento de la misma. Porque una pareja debe crecer igual que las personas

Crece en pareja significa respetar las ideas del otro, aunque no sean las mismas que las nuestras; claro que cuando son tan distintas que no podemos tolerarlas, entonces no hay pareja.

Sin embargo el amor produce este efecto que es tan beneficioso para ambos. Cuando esto se logra puede ser que deseen vivir juntos y que quieran tener hijos o no, esto depende de cada pareja. Lo que sí podemos afirmar es que las parejas hacen el amor.



¿Qué es hacer el amor?



Hacer el amor es la comunicación más profunda que puede lograr el ser humano. Generalmente se produce en privado y en un lugar cómodo, como puede ser la cama. Besos, caricias, abrazos, palabras forman parte de un juego que mujer y hombre llaman el juego del amor o relación sexual.

Cada pareja busca la forma que más le agrada para iniciar este juego en el que cada uno le da placer al otro.



En este juego ambos necesitan estar muy juntos, porque se quieren y se desean mucho. El contacto de ambos cuerpos junto con las caricias que ambos se regalan, produce un cosquilleo en todo el cuerpo y especialmente en los genitales que hacen que los dos se muevan y se agiten. Los genitales de la mujer se humedecen lo que facilita la entrada del pene en erección en su vagina, produciendo una sensación muy placentera para ambos; a esto se llama penetración.

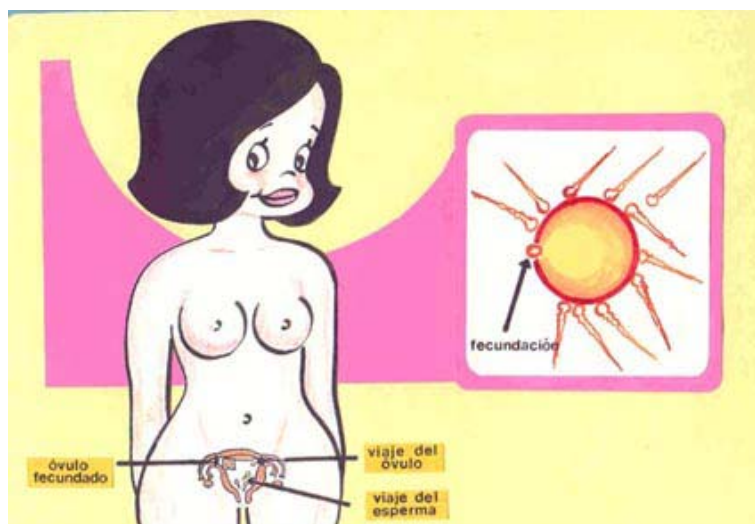
La penetración permite que la eyaculación se produzca dentro del cuerpo de la mujer para los fines de la reproducción.

De cualquier manera la reproducción puede ser uno de los objetivos de la relación sexual, pero no el único. El tiempo que dura este juego lo determina cada pareja.

¿Cómo y cuándo se produce el embarazo?

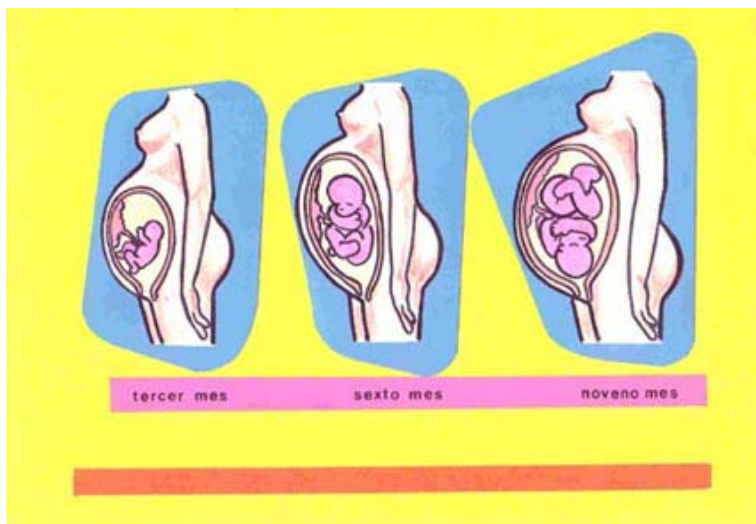
El embarazo se produce cuando el espermatozoide se junta con el óvulo y logra llegar al útero donde se aferra para alimentarse y crecer. La unión puede impedirse si la pareja lo desea.

De cualquier manera el embarazo puede darse en días especiales, porque si bien es cierto que el varón eyacula cada vez que hace el amor, la mujer madura, en situaciones normales, sólo un óvulo al mes.



Si el óvulo cuando sale del ovario se encuentra con los espermatozoides se produce la fecundación. Esto sucede cuando uno solo de los tantos que rodean al óvulo entra en él.

Así se forma todo ser humano. Al principio la vida es un pequeño puntito.



¿Qué pasa después?

Después ese puntito de vida se acomoda en el útero, se forma la placenta, que es por donde se vá a alimentar y respirar durante los 9 meses.

La placenta se une a ese principio de vida por el cordón umbilical.

El primer mes crece del tamaño de una semillita de manzana y ya tiene un corazón que late.

Al tercer mes todos sus órganos están formados. El cuarto mes su mamá

siente sus movimientos. El sexto crece más y aumenta de peso, sus huesos y sus uñas se endurece, al séptimo mes se le abren los ojos y se chupa el dedo. El octavo y noveno mes lo dedica a su embellecimiento, su piel deja de estar arrugada y se está preparando para nacer.

Creció tanto que el lugar donde estaba le resulta chico, entonces decide nacer. Cuando decide nacer se lo comunica a su mamá. ¿Cómo se lo comunica?. La mamá empieza a sentir que su panza se pone dura, esto se llama contracción, después de un ratito de ablanda y luego vuelve a ponerse dura. Al principio las contracciones son de a rato, después de hacen más seguiditas; entonces mamá y papá deciden ir al hospital o al sanatorio para que la médica o el médico ayuden al bebé y a la mamá en el nacimiento.



Las contracciones son cada vez más seguidas, lo que indica que la salida del útero se está agrandando para que el bebé pueda salir. Cuando se agranda todo lo que puede entonces se vá a la sala de partos.

En la sala de partos el bebé y la mamá tienen mucho trabajo. El bebé empuja para poder salir y la mamá hace fuerza para ayudarlo. El papá también ayuda con su presencia.



Así empieza a verse parte de la cabecita que asoma por el agujero de la vagina de la mamá.

Cuando la cabecita ya está totalmente afuera, el médico ayuda a que el bebé pueda sacar todo el cuerpecito.

Entonces toma firmemente la cabeza y primero hace que salga un hombrito luego otro y después todo el cuerpecito.

Cuando el bebé ya está fuera de la panza, empieza a respirar por el mismo y enseguida va a tomar alimento por su boca, por lo tanto ya no necesita del cordón umbilical que lo mantuvo vivo hasta el momento de nacer. Por eso el médico lo corta el bebé no siente nada y la mamá tampoco, luego le hace un nudito con la punta que queda. Ese nudito al cabo de unos días se seca y se cae y queda entonces formado el ombligo, ésta es la señal de lo que fue tan importante mientras estabas en la panza de tu mamá.



¡Y aquí está la nueva personita!, que empezó en un juego de amor de mamá y papá.

Y con ella se iniciará nuevamente la aventura.

Para que esto ocurra, este ser necesitará de mucho amor y cuidados de quienes lo rodean.



Equipo de Casa de la Mujer
Rosario, 1986-2006