

## **Introducción**

### **1. Sexualidad**

- La relación sexual
- ¿Qué es el orgasmo?
- La frigidez

### **2. Violencia sexual**

- La pornografía
- La prostitución
- La violación
- Violación a menores

### **3. Educación sexual a los niños**

- Limitaciones a la sexualidad de los pequeños

### **4. Los órganos sexuales**

En la mujer:

Órganos externos

Pechos

Vulva

Órganos internos

Vagina

Matriz o útero

Trompas

Ovarios

En el hombre

9

11

27

37

49

## 5. Enfermedades de los órganos sexuales

67

En la mujer

Infecciones vaginales

Cáncer en el cuello de la matriz

Tumor en los pechos

En el hombre

Fimosis, parafimosis

Infecciones

## 6. Anticonceptivos

85

¿Para qué sirve la planificación familiar?

Métodos naturales

Método del moco

Método del ritmo o calendario

Método de la temperatura

Métodos de barrera

Ovulos, crema y jalea

Espuma

Diafragma o tapón cervical

Condón o preservativo

Métodos que cambian todo el cuerpo

Dispositivo intrauterino

Pastillas o píldoras anticonceptivas

Inyecciones

Métodos que no siempre funcionan

Lactancia

Retirarse o coito interrumpido

Lavados vaginales

Esterilización

Ligadura de trompas

Vasectomía

## 7. El aborto

111

El aborto provocado

El aborto espontáneo

Los cuidados después de un aborto

<b>8. El embarazo</b>	<b>121</b>
Cómo se inicia el embarazo	
Por qué tenemos niña o niño	
Cómo sabemos que la mujer está embarazada	
Cómo se forma la criatura durante el embarazo	
Cuidados durante el embarazo	
Peligros durante el embarazo	
<b>9. El parto</b>	<b>135</b>
¿Cuándo va a nacer la criatura?	
Educación antes del parto	
¿Quién atenderá el parto?	
¿Cómo sabemos que el parto se acerca?	
¿Cuánto tiempo dura el parto?	
Complicaciones durante el parto	
<b>10. El postparto</b>	<b>147</b>
Crisis de postparto	
Cómo cuidarse después del parto	
<b>11. El recién nacido</b>	<b>151</b>
Los cuidados al recién nacido	
La alimentación de la criatura	
<b>12. La menopausia</b>	<b>159</b>
No dejaremos de ser mujeres	
Cómo sentirnos mejor	