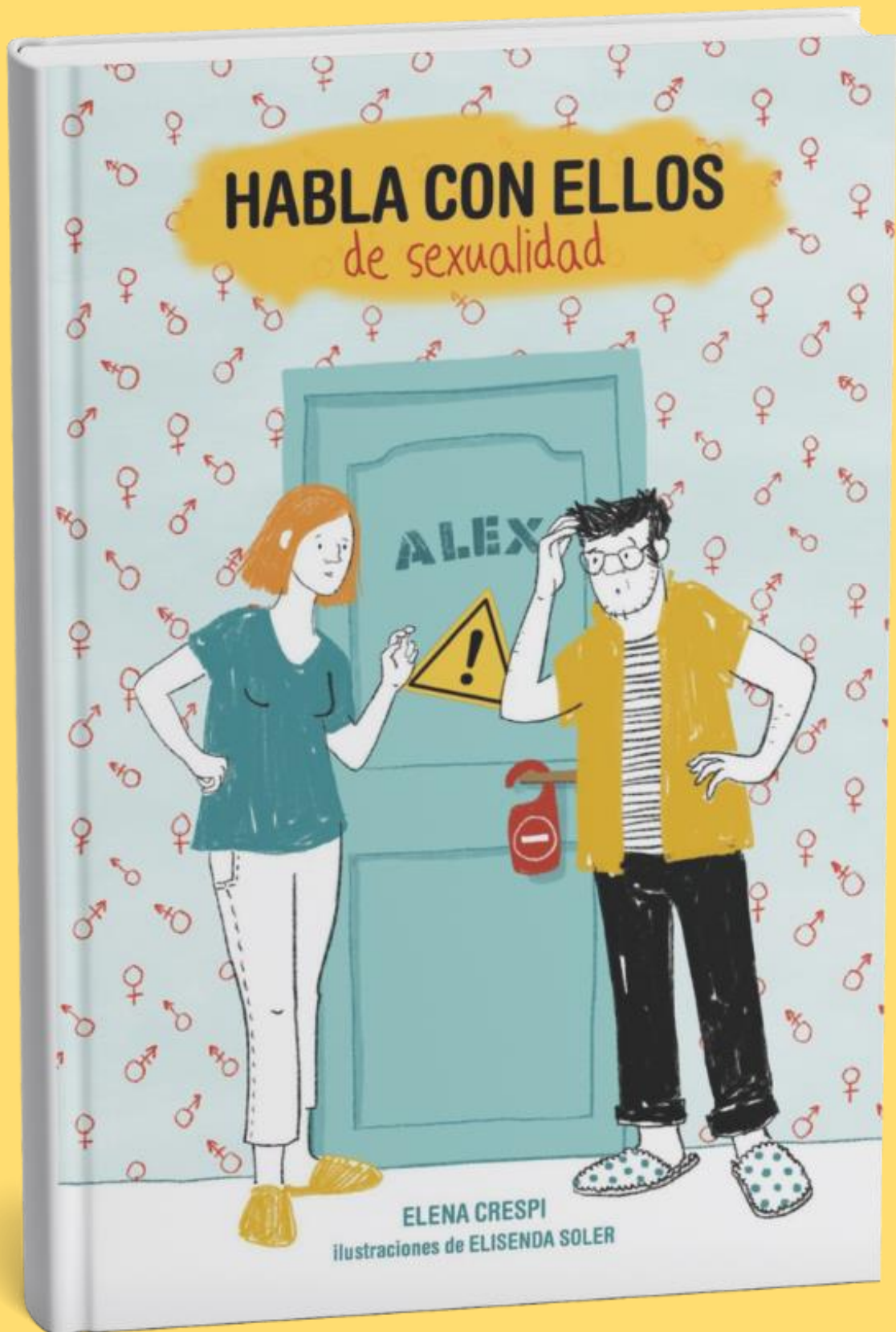




A la venta desde el 8 de enero de 2025



HABLA CON ELLOS

de sexualidad

ELENA CRESPI

ilustraciones de ELISENDA SOLER

- Frente a los **riesgos** y a los **desafíos** de un presente cada vez más complejo, la **educación sexual de las nuevas generaciones** es una **preocupación compartida** tanto por los padres como por sus hijos.
- Esta **guía práctica y completa** de **Elena Crespi** (psicóloga, sexóloga y terapeuta de pareja) nace como una **herramienta nueva e inspiradora que ayudará a abordar todos los temas que comprende esta cuestión**, en casa o entre iguales, de manera **natural** y sin los **inútiles tabúes** de tiempos ya superados.
- El objetivo no es otro que **romper con los estereotipos** y **conseguir una vida sexual y afectiva sana** en todos los sentidos. Para ello, esta obra se ayuda de las maravillosas **ilustraciones** de **Elisenda Soler** y propone toda una serie de **ejercicios introspectivos** que invitan a la **reflexión** y a que **ayudarán a padres e hijos a conocerse mejor** y a **comunicarse de manera más fluida y efectiva** entre ellos.

INTRODUCCIÓN

¿De qué va esto? Es una buena pregunta para empezar a conocer este nuevo concepto de libro sin precedentes. Tanto por la **gran utilidad y calidad de su contenido** como por su **cuidado diseño**, *Habla con ellos de sexualidad* merece un hueco en cualquier estantería que se precie.

Se trata del primer título de toda una colección que irá viendo la luz, cuyo destino será **reunir el punto de vista tanto de padres como de hijos acerca de los temas de parenting más actuales**. En esta obra existe una intención evidente de hacer las veces de **punto de encuentro entre ambas partes en torno a temas que son fundamentales en la educación de los hijos**. Además de **acercar posturas**, el objetivo es **aportar información en ambos sentidos**, haciendo uso de un **enfoque adaptado a las necesidades y a la sensibilidad de cada uno**. De esta manera, se persigue también el fomento del tan necesario -y difícil- **diálogo intergeneracional**.



A efectos prácticos, es como **integrar dos libros**, con dos miradas muy diferenciadas, **en solo uno**. Por un lado, **padres y madres podrán encontrar en el interior de estas páginas las herramientas necesarias para entender a sus hijos** en lo relativo a temas que, debido a los prejuicios y los tabúes propios de una **mentalidad tradicional** que debemos aprender a superar, puede resultarles complicado enfrentar. Por otra parte, **también es un libro orientado hacia los jóvenes**, que podrán acudir a esta guía siempre que lo deseen para **solventar dudas y encontrar toda la información que esperan y necesitan conocer**.

Solo así la sociedad irá en buenos pasos hacia una **nueva visión de la sexualidad** –no normativa- que supere, entre otras muchas cosas, los **estereotipos de género**, los **peligros de romantizar** situaciones que no se deberían o la **normalización de determinados conceptos** a los que urge darles una vuelta.

El sexo es algo natural, y es hora de hablar sin tapujos, sin verdades a medias, sin mentiras ni adornos de él. Por delante: el reto de lograr entre todos una idea definida y acertada de lo que las **presentes y futuras generaciones** deben entender por una **vida sexual y afectiva sana**.

AVISO, PADRES: SEXISMO DESDE EL PRINCIPIO

Judith Butler (2018) nos dice que **desde el nacimiento** (desde que se elige entre el rosa y el azul, por ejemplo) **se impone** lo que ella llama «**marca de género**» y también dice que **un 10 por ciento de las personas no se identifican o no están cómodas con el sexo que se les ha atribuido**. Por lo tanto, estos **estereotipos de género** se quedan cortos y hacen que la **diversidad sexual** pierda riqueza.



La marca de género, entonces, es una **construcción social**, porque, si le agujereamos las orejas a un niño recién nacido, ¿le duele más que a una niña? No, ¿verdad? Entonces, ¿por qué nos permitimos agujereárselas a las niñas y nos escandalizaríamos si alguien se lo hiciera a su hijo? Esto se debe a que de algún modo hemos aprendido que los pendientes son para las niñas. **Alguien nos lo ha enseñado así y lo hemos interiorizado**. También hemos aprendido que, hoy en día, los chicos y los hombres también pueden llevar pendientes, pero, **cuando hablamos de la infancia, el sesgo de género persiste**.

Muchas personas dicen que las niñas nacen con un temperamento más X y los niños con un temperamento más Y y, aunque así sea, eso **no significa que debemos reforzar ese temperamento**: podemos aprender a **reforzar muchas otras cosas, más allá del comportamiento asociado a su sexo biológico**.

¡EVÍTALO!

Hay que tener siempre presente que **nuestro modo de pensar y de actuar ya está marcando a nuestras hijas y a nuestros hijos antes del parto**, por lo cual, en el momento de nacer, todas esas **expectativas asociadas a su sexo** desearán verse cumplidas. Estamos hablando de expectativas de sexo y de género que no nos hacen ningún favor, puesto que **son sexistas**.

Tengamos en cuenta que, **si reforzamos los estereotipos de género, sin duda se cumplirán los roles de género que la sociedad ha creado y perpetuado** y no olvidemos que **estos roles de género son machistas** y que muchos de ellos se encuentran en **la base de la pirámide de la violencia de género** de Amnistía Internacional.

LLEGÓ LA HORA: EL SEXO COMPARTIDO

Siempre acaba llegando el momento en que nos planteamos **compartir nuestra sexualidad con alguien**. El mundo en que vivimos se rige por **la prisa**, que es, sin embargo, la peor enemiga de las relaciones sexuales. No hay que tener sexo en cuanto se piensa, por mucho que la sociedad parezca insistir en lo contrario, en **dejarnos impulsar por el deseo**. Tanto si es la primera vez, como si ya se ha experimentado el sexo, conviene saber que **algunas cosas son imprescindibles cuando se trata de practicar sexo con alguien...**

1. **La otra persona:** obviamente, para que el acto sea compartido, necesitamos a otro alguien. Nos han bombardeado con mensajes muy dispares sobre esa otra persona, tanto que tiene que ser alguien especial, como que lo que importa es hacerlo, da igual con quién. **Lo único que de verdad importa es que cada uno elija, siendo dueño de su elección**. No debemos dejar nunca que la presión exterior precipite nuestra decisión. Que, como mínimo, sea **alguien que nos genere confianza y nos haga sentir cómodos con ella**, es un plus. Y, por supuesto, **tiene que haber reciprocidad**.
2. **El lugar:** cuanto más **tranquilo**, siempre mejor. Es decir, hablamos idealmente de un sitio que no dé pie al temor por si alguien puede interrumpir el momento y provocar una situación desagradable. Hay que **evitar esos nervios y preocupaciones añadidos**.
3. **La protección:** es algo fundamental. **Usar preservativo** protege de los embarazos no deseados y de las enfermedades de transmisión sexual. Aun así, aunque la mayoría de infecciones no suceden usando condón, hay ciertas excepciones que pueden darse. El **sexo oral** es también una forma de contacto sexual que puede conllevar ciertos contagios, por lo que usar el preservativo también para practicarlo hará que la práctica sea más segura. Además, es recomendable tener **varios profilácticos** a mano en el momento, ya que no es conveniente confiarlo todo a un solo condón que puede romperse o no estar en el estado que debería para cumplir su función.



4. **La autoestima:** es otro ingrediente indispensable para una relación sexual sana y satisfactoria. **Hay que gustarse, conocerse y estar plenamente convencidos de la decisión que se va a tomar**. Con una buena autoestima, no seremos vulnerables ante las presiones externas.

ÍNDICE

PADRES

- ¿Cómo es la educación sexista durante el embarazo?
- Y nace un bebé...
- Infancia dividida entre niños y niñas
- La etapa más temida: la adolescencia
- Los padres somos el ejemplo de nuestros hijos



HIJOS

- Las emociones: un mundo incomprendido
- Si sé lo que pienso, sé lo que quiero (asertividad)
- Mi cuerpo, una de las bases de mi sexualidad
- Mi sexualidad: la importancia el autoconocimiento
- Ligar
- El sexo, ¿cómo funciona?
- El sexo compartido
- Situaciones de abuso



SOBRE LA AUTORA



Elena Crespi es **psicóloga y sexóloga** con una amplia y reconocida trayectoria profesional, además de colaboradora habitual de **medios tradicionales** (*El Periódico*, RACC, TV3) y **digitales** (*Código Nuevo*), donde aborda la educación sexual desde una **perspectiva feminista y no normativa**.

Más información:

<http://www.elenacrespi.com>

Ficha técnica del libro

HABLA CON ELLOS DE SEXUALIDAD

Elena Crespi

con ilustraciones de Elisenda Soler

Lunwerg Editores, 2019

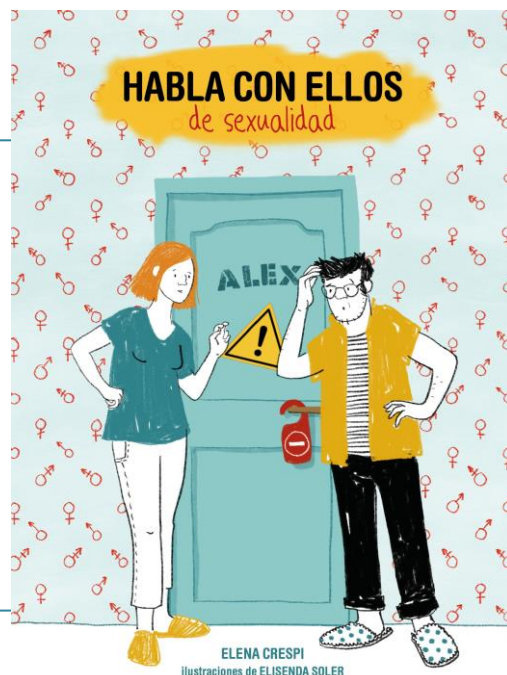
16,5 x 22,5 cm.

208 páginas

Rústica con solapas

PVP c/IVA: 18,95 €

A la venta desde el 8 de enero de 2026

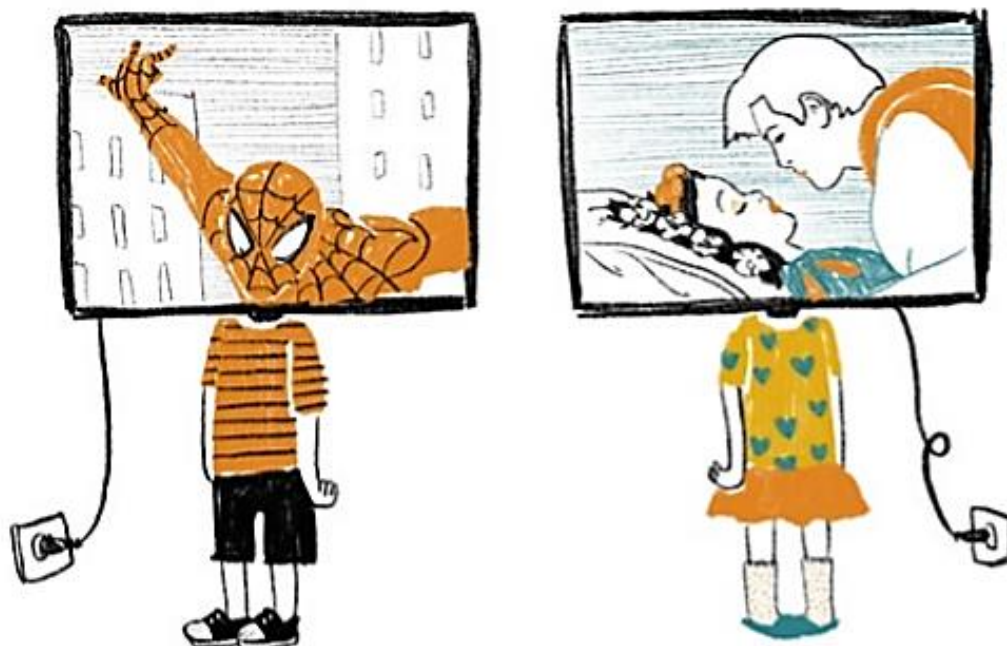


MÁS INFORMACIÓN PARA PRENSA E IMÁGENES:

Lola Escudero - Directora de Comunicación de Lunwerg

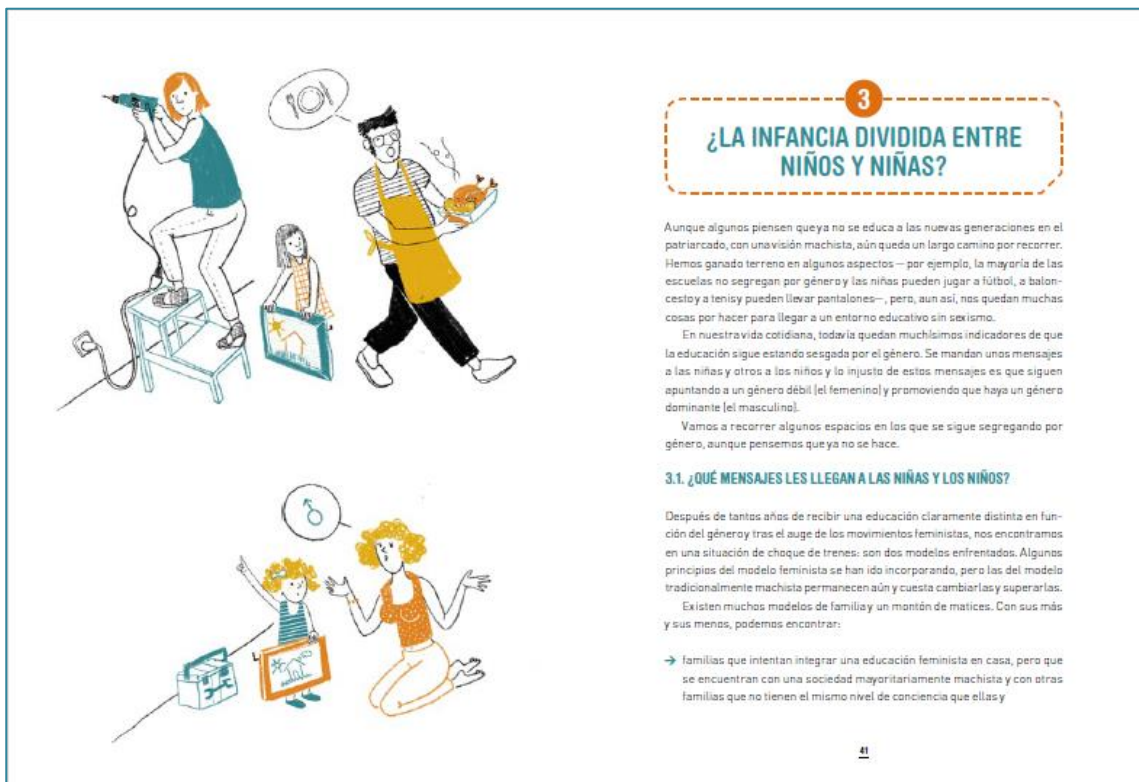
Tel.: 91 423 37 11 - 680 235 335 - lescudero@planeta.es

[Facebook.com/lunwerg](https://www.facebook.com/lunwerg) @lunwergfoto



CÓMO ES EL LIBRO POR DENTRO

Imágenes de las páginas interiores





4

LA ETAPA MÁS TEMIDA: LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es la fase de transición de la infancia a la edad adulta. Tiene entidad propia... ¡y mucha! Es la etapa que más suele asustar a las madres y a los padres, porque es cuando esa personita adolescente descubre la expresión de su sexualidad y, además, quiere compartirla con otros. Debido a la visión negativa que tenemos del sexo, esto nos altera.

Nos parece imposible que nuestras criaturas tengan edad suficiente para tomar sus propias decisiones en cuanto a compartir su sexualidad. Además, es la edad en la que pueden empezar a consumir sustancias tóxicas, lo cual complica todo aún más.

Te cuento un secreto: no podemos hacer milagros. Lo que suceda en la adolescencia dependerá, en gran parte, de la educación recibida en casa. Lo más importante es que en casa:

- se haya normalizado la sexualidad como algo natural, aunque dé un poco de vergüenza: nombrando las cosas por su nombre, no escondiendo el cuerpo, con muestras de afecto, explicando de dónde vienen los bebés con claridad y sin metáforas extrañas, etcétera,
- se haya potenciado su autoestima y que sepa valerse por sí mismo/a, que tenga autoconfianza y que se quiera,
- se le haya enseñado a relacionarse con los demás de manera asertiva,
- tengamos buena comunicación con nuestros hijos/as.

Vamos a seguir trabajando para centrarnos en esta etapa tan temida por las familias. Has de tener ganas de trabajar un poquito para aprender y para decidir si tienes que introducir algunos cambios.

72

Te propongo que pienses si siempre puedes expresar las emociones que sientes. ¿Encuentras la manera de hacerlo? ¿Qué te falta o qué necesitas cuando lo haces?

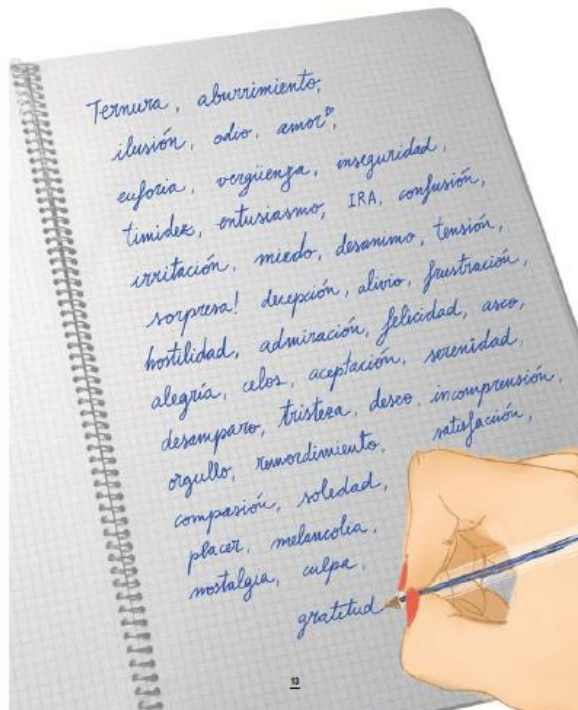
1.3. CÓMO SÉ LO QUE SIENTO

A veces, reconocer lo que sentimos es complicado. Las emociones se mezclan y pueden ser un poco difusas y eso que solo hemos hablado de las cuatro emociones básicas. Para poder identificar bien lo que sentimos, debemos conocer las distintas emociones que existen. Busca las emociones que conoces y anótalas.



Como ser capaces de verbalizar lo que sentimos es fundamental para identificar muy bien lo que nos sucede, vamos a hacer un listado de las emociones que existen, que te puede servir para mejorar tu inteligencia emocional:

73



73