

Historia de

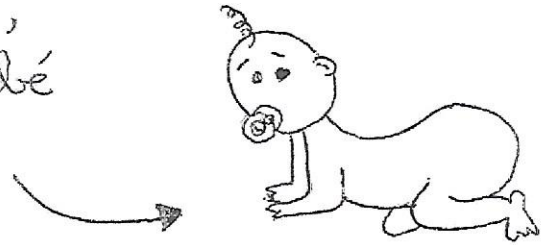
Andrea



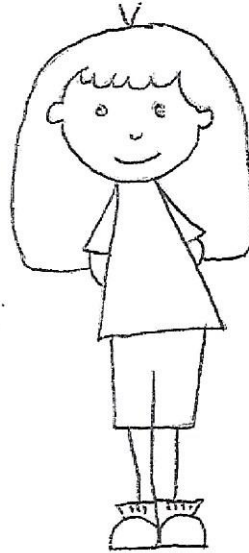
Soy una chica
mayor

Andrea crece y se hace mayor:

Hace muchos años,
Andrea era un bebé

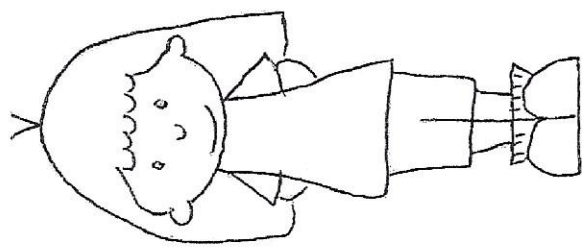


Luego, creció y
era una niña



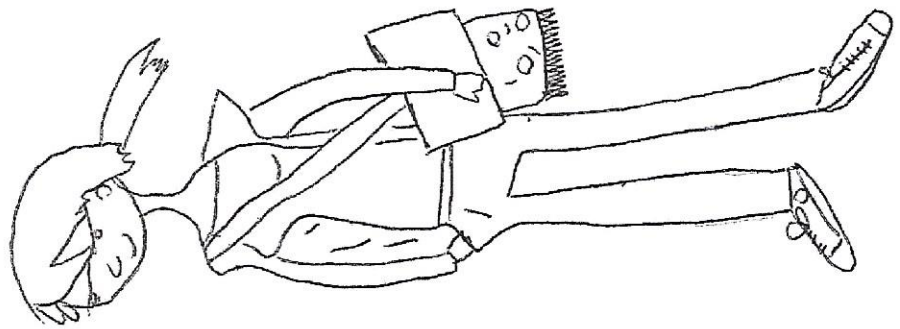
Ahora, Andrea es
mayor. Ya no es
una niña. Ahora
es una chica.

Las niñas y las chicas son diferentes:



- Más pequeña
- Más baja
- Lleva ropa de niñas
- Juega a cosas de pequeñas
- No sabe leer ni escribir
- No sabe sumar ni restar

≠



- Más mayor
- Más alta
- Lleva ropa de chica mayor
- Juega a cosas de mayores
- Sabe leer y escribir
- Sabe sumar y restar
- Sabe hacer cosas ella sola



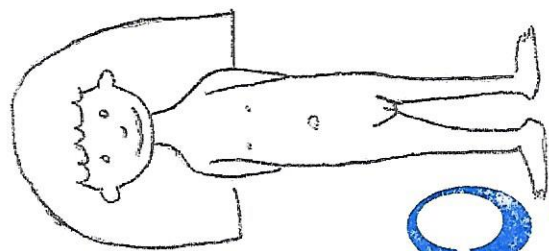
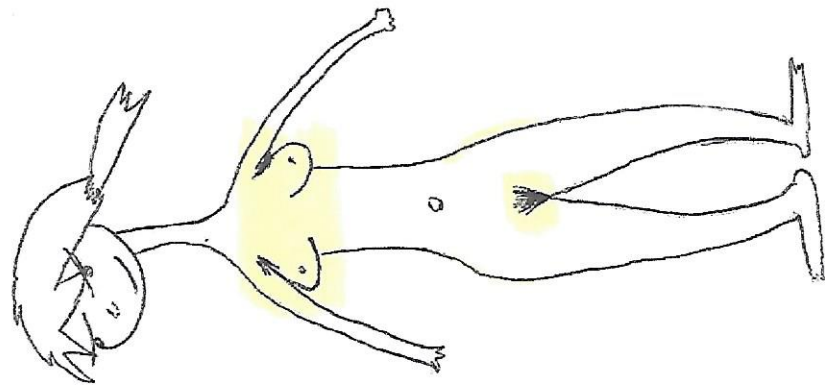
Centro
Acadia

Psicología y Logopedia

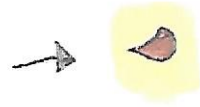
CIF B-87079430

Lo más importante es que hay

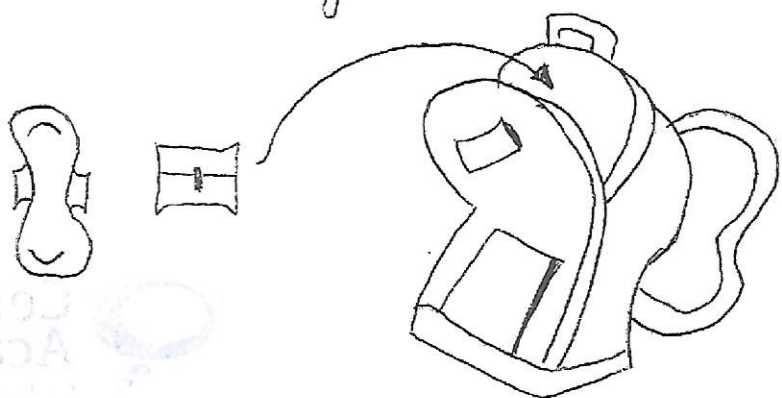
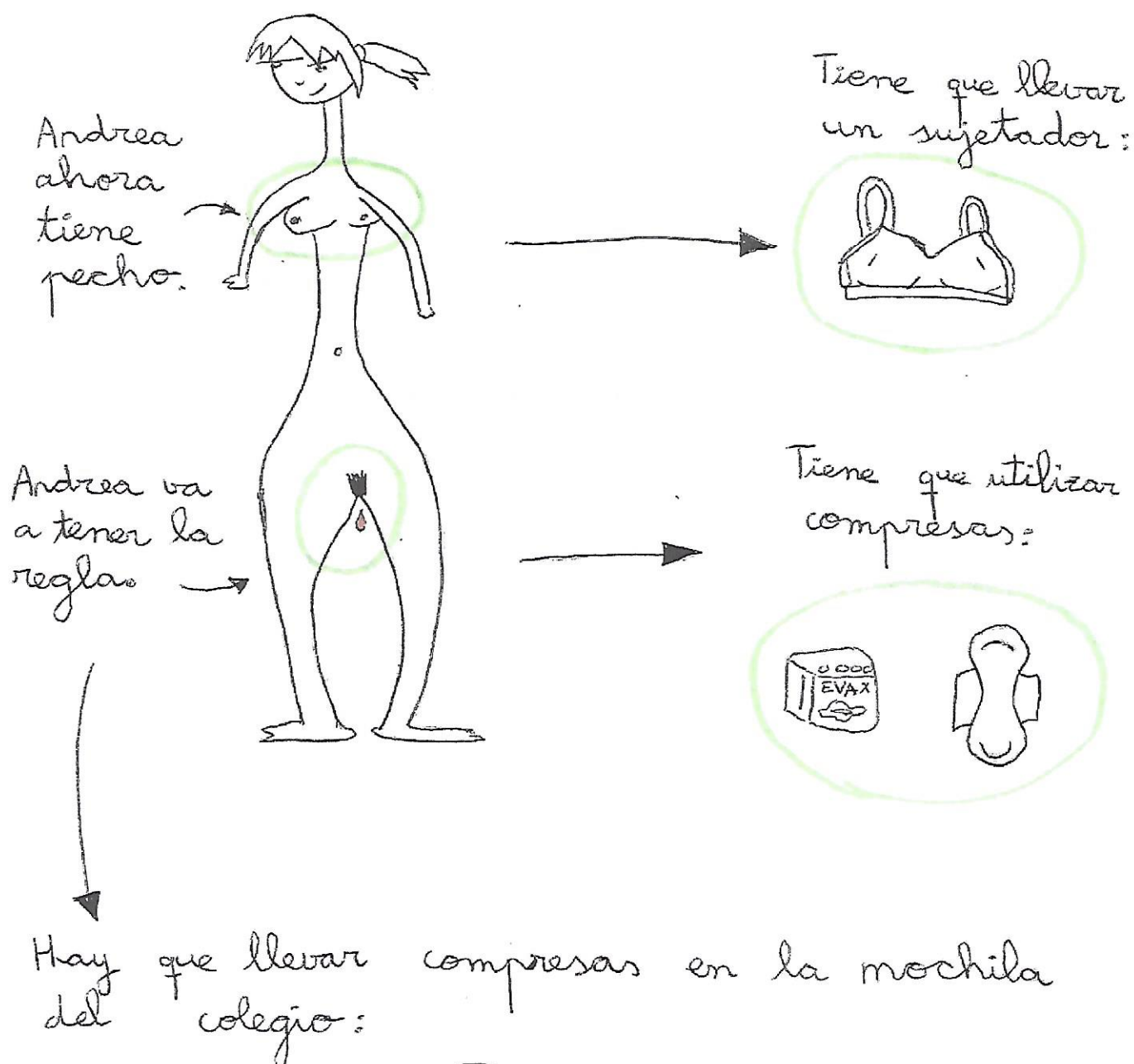
cambios en el cuerpo



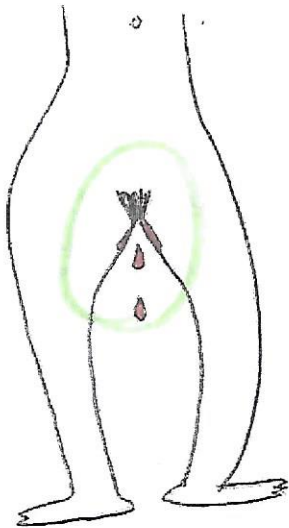
- Las chicas tienen pecho.
- Las chicas tienen pelos en las axilas y en la vagina.
- Las chicas tienen las caderas anchas.
- Las chicas tienen la regla.



Los cambios son buenos porque quieren decir que Andrea está creciendo y se hace mayor.



¿Qué es la regla?

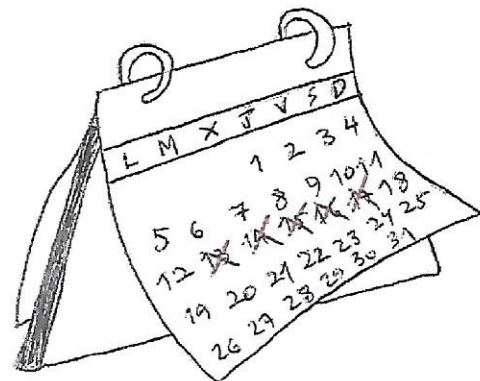
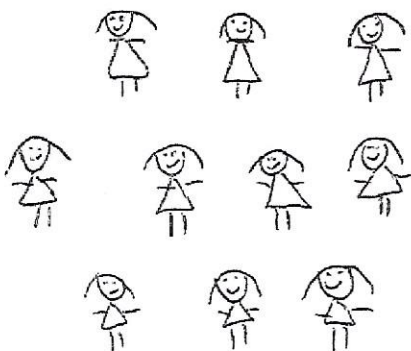


Significa que, una vez al mes,,
te sale sangre de la vagina.

Esto dura unos pocos días.
(3 - 6 días ☀)

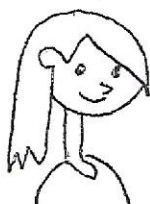
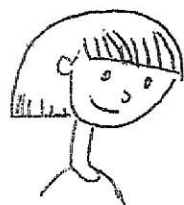
Es bueno, significa que tu
cuerpo está sano.

Todas las chicas y mujeres tienen
la regla una vez al mes..



Mamá tiene
la regla.

La tía Mamen
también tiene
la regla.



Carmen y Ana
también tienen
la regla.

Sandra y Gristina
también tienen la regla.



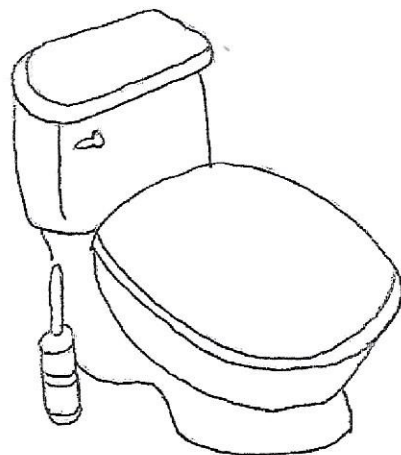
Todas ellas me ayudan cuando
lo necesito:

¿Me ayudas?



¿Cómo puedo saber que tengo la regla?

Si voy al baño a hacer pis o caca, y la braga está manchada, significa que me ha venido la regla.



Hay que mirarlo siempre en el baño.

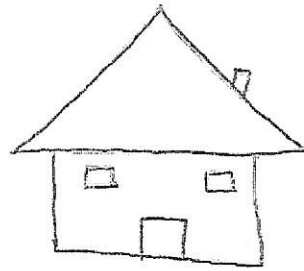


Si me viene la regla, no me asusto. Estoy tranquila, no pasa nada.



¿Qué tengo que hacer si me viene la regla?

En casa

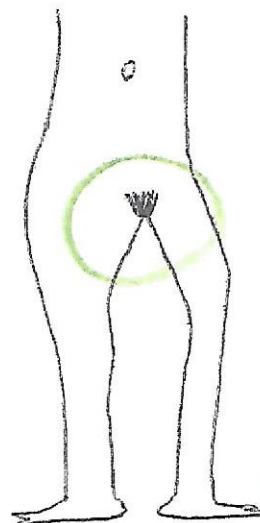
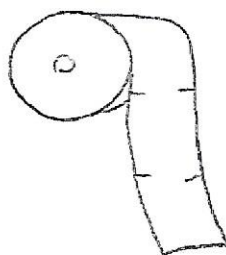
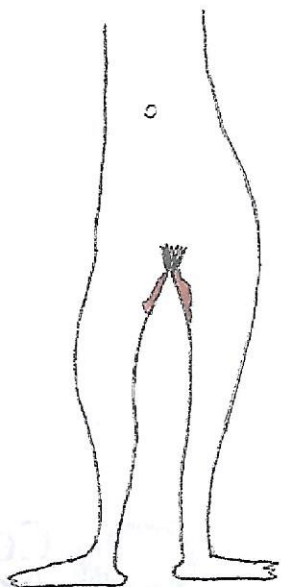


:

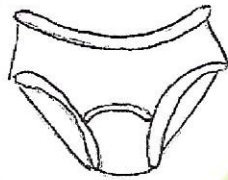
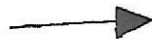
- ① Avise a papá e a mamá y ellos me ayudan:



- ② Me limpio con papel higiénico:



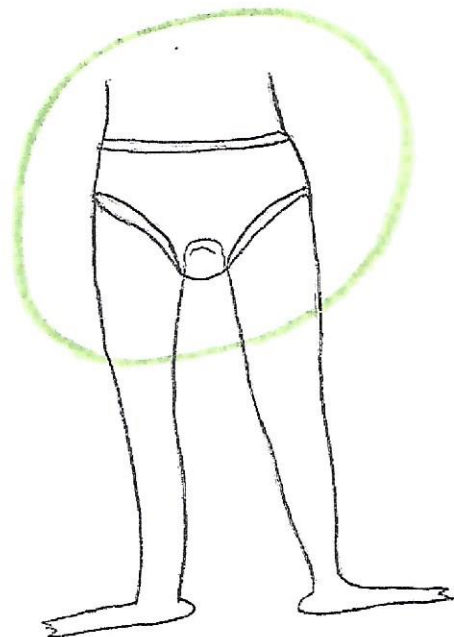
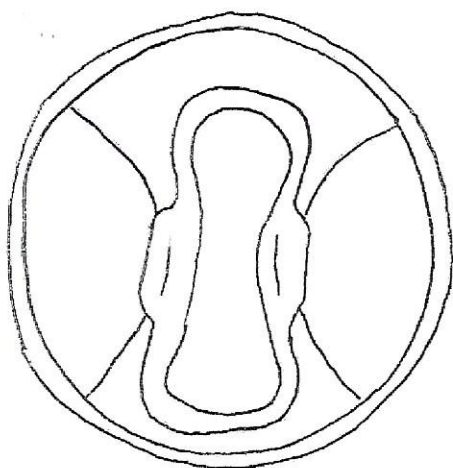
3 Me quito la braga sucia y me pongo una braga limpia:



No pasa nada, estoy tranquila



4 A la braga limpia, le pongo una compresa:



5 Me pongo la braga limpia con la compresa.

Soy mayor, me pongo la compresa fenomenal

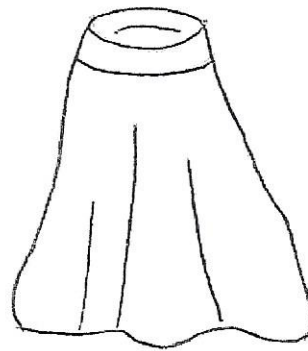
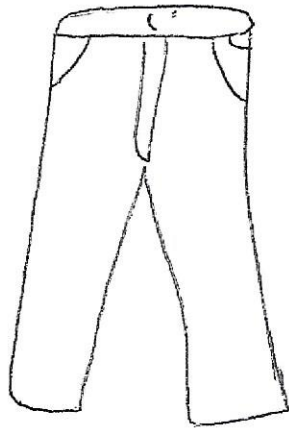


Centro
Acadia

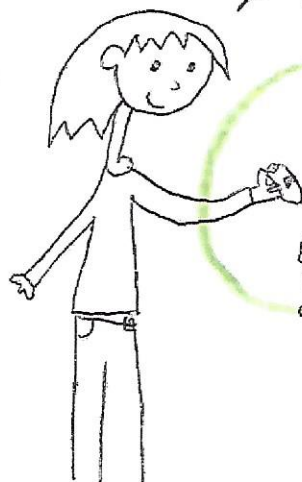
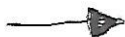
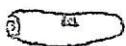
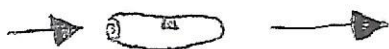
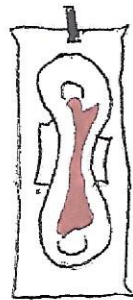
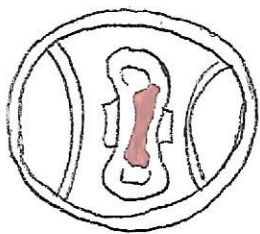
Psicología y Logopedia

CIF B-87079430

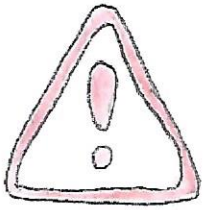
⑥ Me vuelvo a vestir. Me pongo los pantalones o la falda:



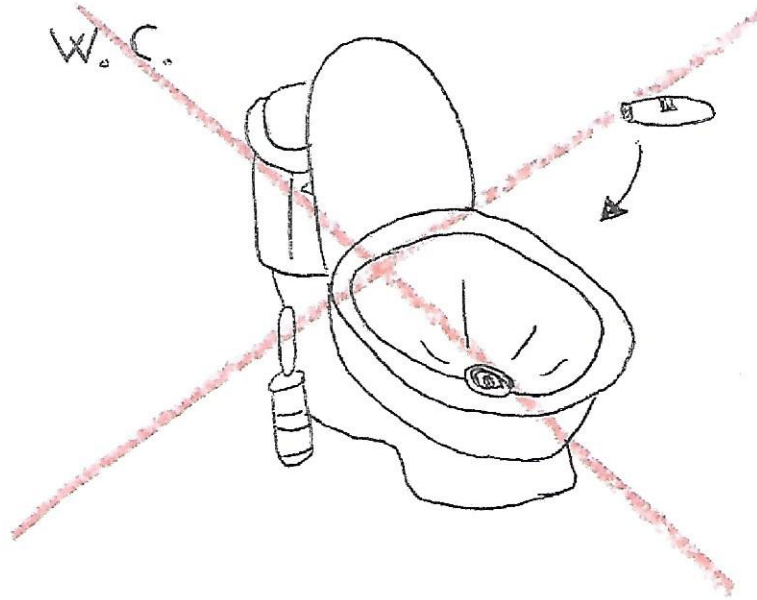
⑦ Cuando la compresa esté sucia, me la quito y la tiro a la basura:



Tiro la compresa a la basura como las chicas mayores.



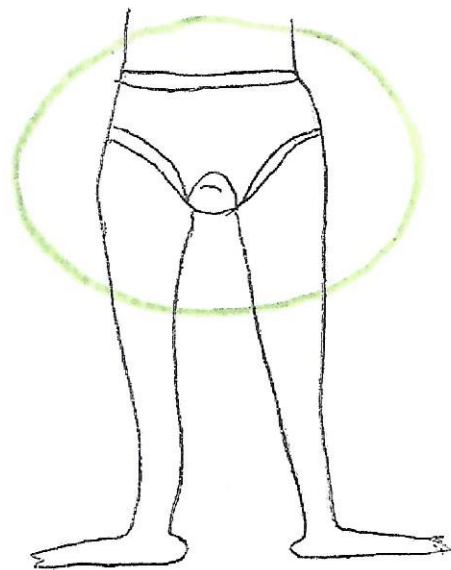
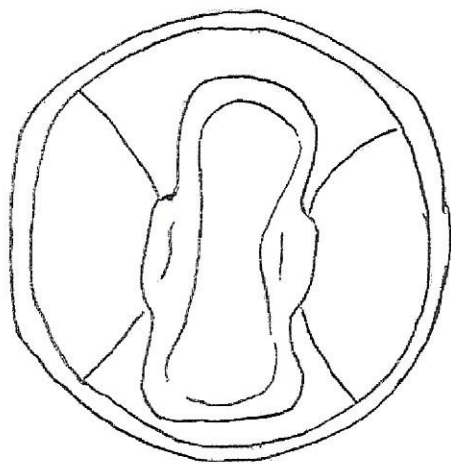
¡Aviso! La compresa no se puede tirar al váter.



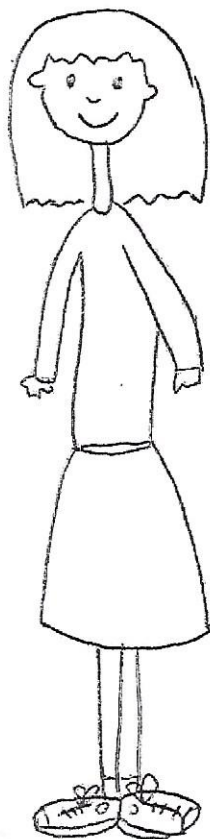
Siempre se tira a la basura:



⑧ Me pongo una compresa limpia.



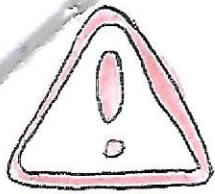
⑨ Me vuelvo a vestir:



Me pongo los pantalones
o la falda como una
chica mayor.

¡Muy bien,
Andrea!

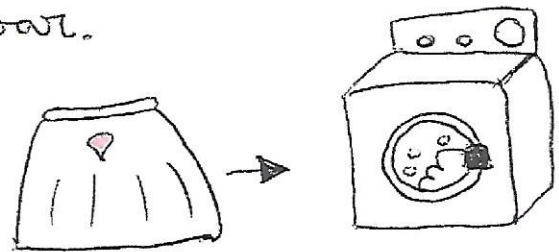




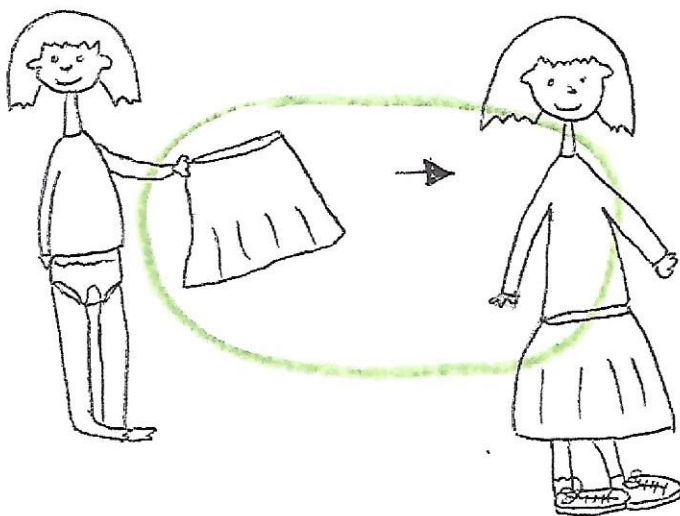
¡Aviso! Si me mancho la ropa de sangre, me la quito y me pongo ropa limpia:



La ropa sucia, a lavar.

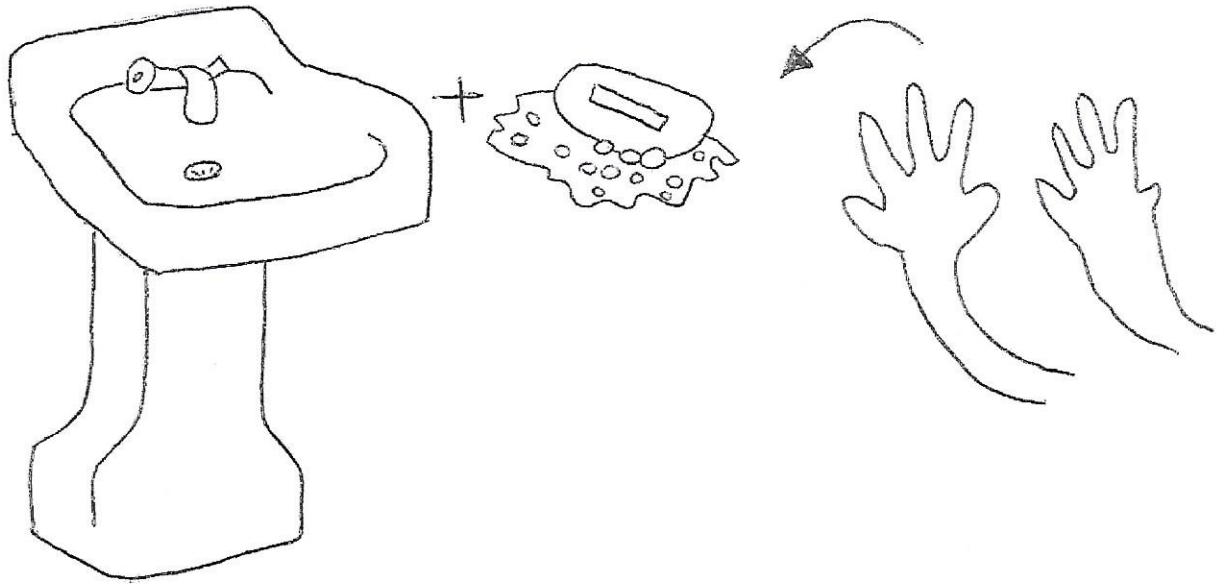


Me pongo ropa limpia:



Me visto sola porque soy una chica mayor.

10 Me lavo las manos con agua y jabón:

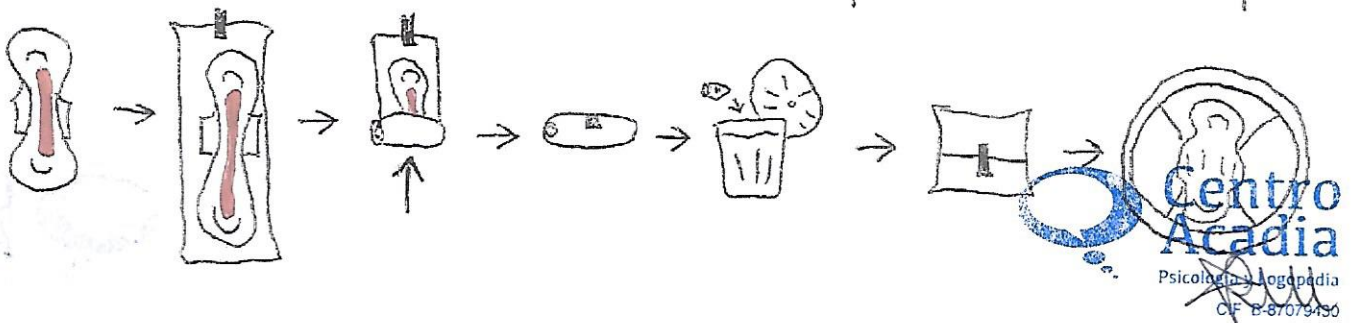


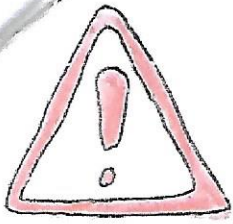
11 ¡Ya estoy lista!



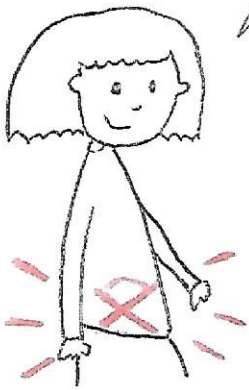
Lo he hecho fenomenal.
Soy mayor.

12 Cuando la compresa esté sucia,
la vuelvo a cambiar por una limpia:





¡Aviso! Si me duele la tripa,
se lo digo a papá o a
mamá y ellos me dan
una medicina:



Mamá, me duele
la tripa



Toma una
medicina



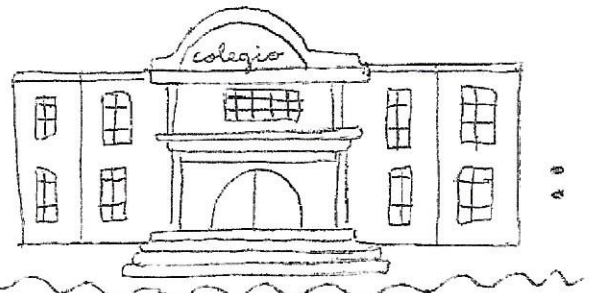
+



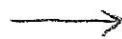
Ya me siento mejor.
¡Qué bien!

¿Qué tengo que hacer si me viene la regla?

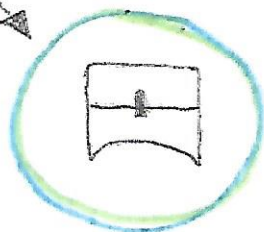
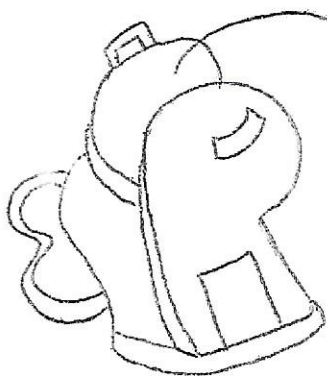
En el colegio



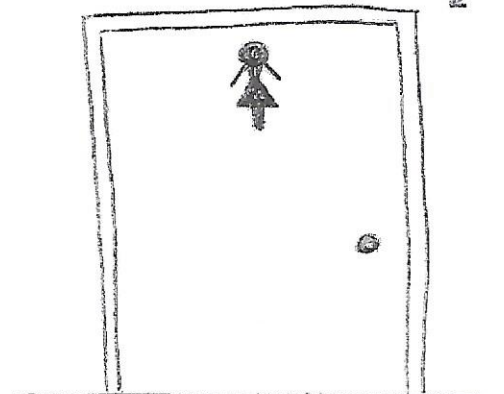
① Aviso a Gristina y ella me ayuda:



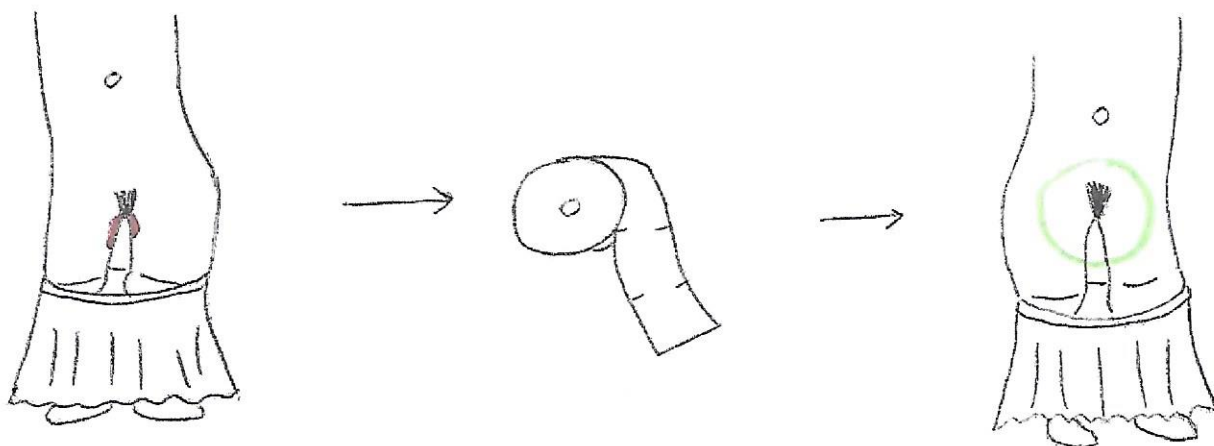
② Cojo las compresas de la mochila y me las llevo al baño del cole:



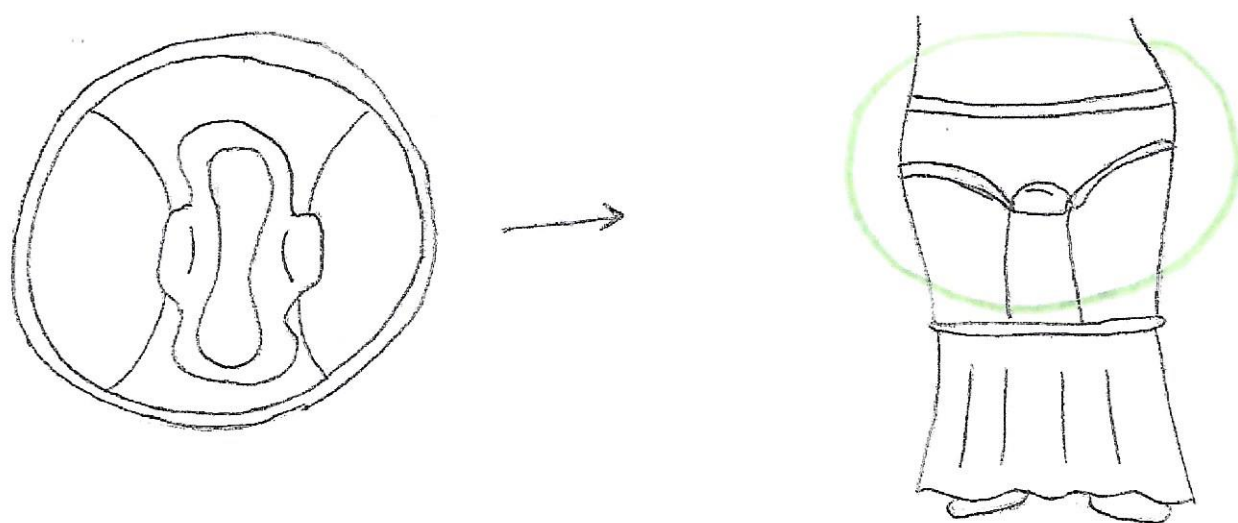
Voy al baño de chicas ↓



③ En el baño, me limpio con pa
higiénico:



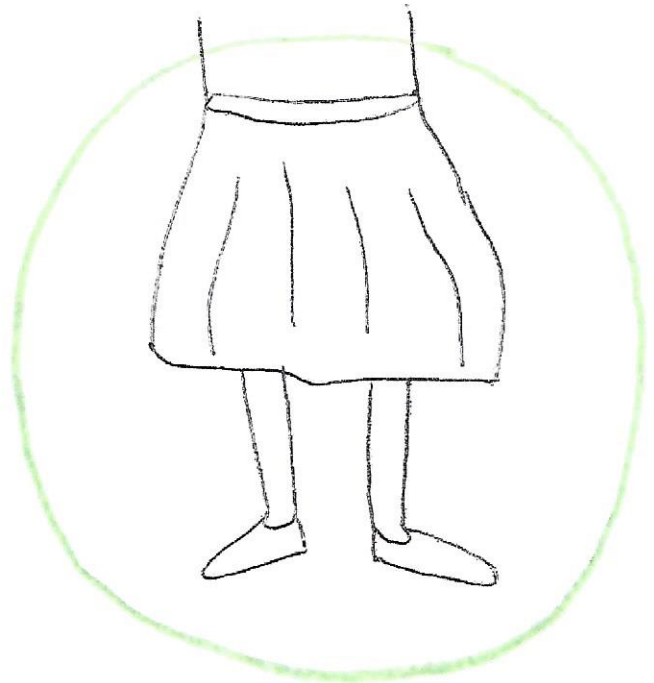
④ Me pongo una compresa:



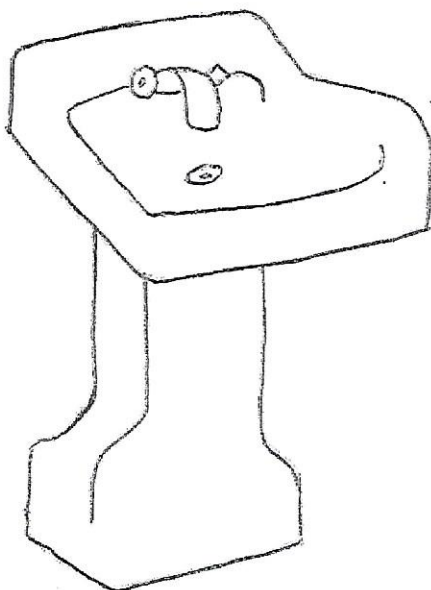
⑤ Me pongo la braga
limpia con la compresa.



6 Me vuelvo a vestir. Me pongo los pantalones o la falda:



7 Me lavo las manos con agua y jabón:



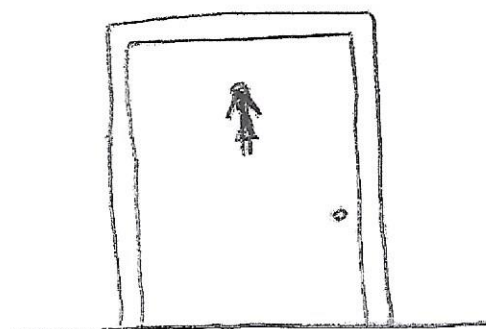
8 ¡Ya estoy lista!



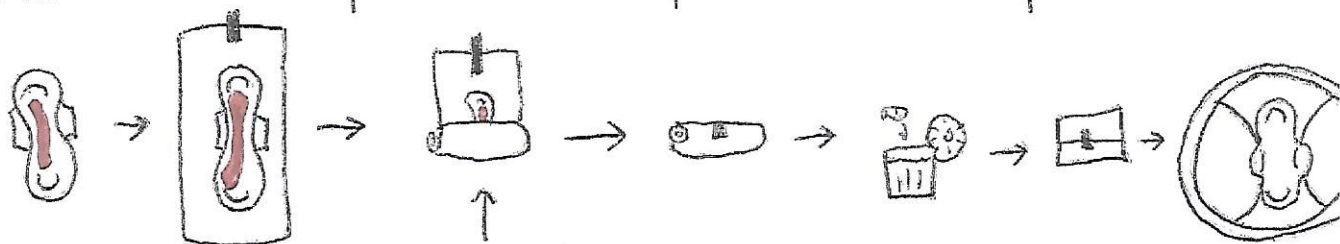
Lo he hecho fenomenal.
Soy mayor.

9 Cuando la compresa esté sucia, voy al baño del cole y la cambio por una compresa limpia:

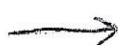
Cojo una compresa
y voy al baño



Cambio la compresa sucia por una limpia:



Me visto y me lavo las manos:



Centro
Acadia
Psicología y Logopedia

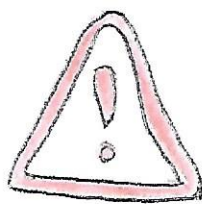
CIF B-87079430

10

¡Muy bien! ¡Estoy lista!



He estado muy tranquila
y lo he hecho genial



¡Aviso! Si me duele la tripa, se lo
digo a Gristina y ella me da
una medicina:



Andrea

Gristina,
me duele
la tripa

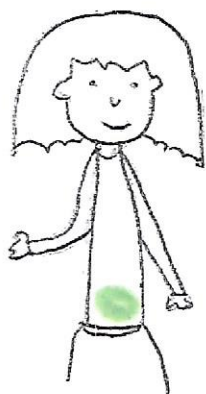


Toma una
medicina

← Gristina



← Andrea



Andrea

Ya me siento mejor.
¡Qué bien!