

REULL BIBLIOGRÀFIC

SEXUALITAT

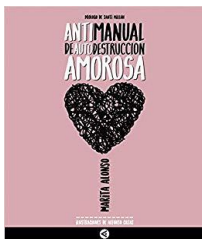
primera versió, juliol 2016
segona versió actualitzada, octubre 2018



BIBLIOTECA
municipal de GANDESA

LLIBRES PER A PARES I MARES

EDUCACIÓ SEXUAL I AFECTIVA DELS INFANTS I ADOLESCENTS



Alonso, Marita. **Antimanual de autodestrucción amorosa**. Barcelona: Aguilar, 2017. 206 p. ISBN: 9788403517721

Crítica mordaç i intel·ligent de l'amor (l'inculcat per Disney); el sexe (el brut i l'impol·lut); els homes (casats, solters amb por al compromís o geranis amb testosterona) i les dones (sense filtres).



Crespi i Asensio, Elena. **Parlem de sexe a casa : guia per a una bona educació sexual i afectiva**. Vic: Eumo, 2015. 201 p. ISBN: 9788497665230

L'educació sexual i afectiva s'ha d'entendre com una educació per a la vida. Per això és tan important que els adults sapiguem donar resposta a la curiositat, els dubtes i les inquietuds dels infants i adolescents que tenim a casa.



Domènech, Montserrat. **Els nens no vénen de París: com i quan cal parlar de sexualitat amb els fills**. Barcelona: Columna, 2013. 162 p. ISBN: 9788466416184

Qui no s'ha trobat algun cop en la situació d'haver d'explicar al seu fill d'on vénen els nens o què fa aquella parella que surt a la televisió? Són situacions incòmodes que molts pares temen o eviten.



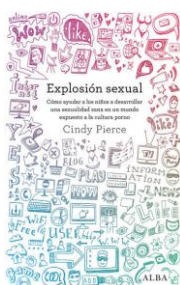
Iturbe, Xabier. **Coeducar a l'escola infantil: sexualitat, amistat i sentiments**. Barcelona: Graó, 2014. 135 p. ISBN: 9788499805658

Aquest llibre aprofundeix en les característiques definitòries de la sexualitat infantil, les seves conductes més peculiars, els seus desitjos i sentiments naixents, i els seus pensaments més originals



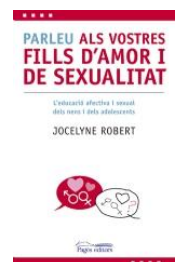
Morón Marchena, Juan Agustín. Pérez-Pérez, Itahisa. Pedrero García, Encarnación. **Educación para la salud y prevención de riesgos psicosociales: en adolescentes y jóvenes**. Madrid: Narcea, 2017. 271 p. ISBN: 9788427722217

L'objectiu de l'educació per a la salut consisteix en aconseguir un canvi quantitatiu de coneixements i un canvi qualitatiu en les actituds que porti a un canvi real de les conductes.



Pierce, Cindy. **Explosión sexual: cómo ayudar a los niños a desarrollar una sexualidad sana en un mundo expuesto a la cultura porno.** Barcelona: Alba, 2016. 303 p. ISBN: 9788490651988

En aquest llibre s'exploren les influències visibles i invisibles en els nens i es prepara als pares per assumir el paper fonamental de principals educadors de la sexualitat dels seus fills.



Robert, Jocelyne. **Parleu als vostres fills d'amor i de sexualitat: l'educació afectiva i sexual dels nens i dels adolescents.** Lleida: Pagès, 2008. 231 p. ISBN: 9788497796606

Pertany a cada persona fer de la pròpia sexualitat una font de benestar i creixement. Correspon als pares ajudar els fills a encaminar-los en aquesta direcció.



Rodríguez, Nora. **Atrévete a hablar de sexo con tu hijo.** Barcelona: Ediciones B, 2017. 293 p. ISBN: 9788466661300

La necessitat d'una educació sexual mai ha sigut tan urgent com avui en dia, ja que la majoria dels adolescents creu estar ben informat i aparenten ser independents. Però qui els informa i com?



Sierra, Ana. **Conversaciones sexuales con mi abuela.** Madrid: Kailas, 2017. 265 p. ISBN: 9788416523962

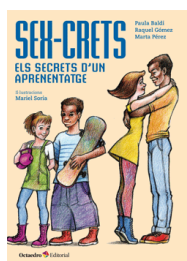
Un llibre amb el qual descobrir la teva sexualitat, desterrar mites i creences sense fonament, conèixer millor el teu cos i aprendre a gaudir de les teves relacions sexuals.



Strada, Graciela. **Saber y no saber. Curiosidad sexual infantil.** Madrid: Síntesis, DL 2006. 176 p. ISBN: 8497563816

La curiositat és una, però el seu paradigma, la seva prova de foc, el constitueix la curiositat sexual infantil. El llibre ofereix una perspectiva tan sòlida com innovadora sobre la gènesi i el funcionament de la capacitat de conèixer l'ésser humà.

SEXUALITAT FEMENINA, MASCULINA I DE RELACIONS



Baldi, Paula. **Sex-crets: els secrets d'un aprenentatge**. Barcelona: Octaedro, 2012. 170 p. ISBN: 9788499212128

En aquest llibre es treballen aspectes relacionats amb l'afectivitat i la sexualitat. És pretén facilitar el diàleg per debatre i reflexionar sobre l'amor i l'enamorament, el desig, la importància del grup, les primeres relacions, entre d'altres temes.



Chusita Fashion Fever. **Esto no es un libro de sexo**. Barcelona: RBA, 2016. 156 p. ISBN: 9788427209855 **JOVES**

Una guia sincera, divertida i sense censura en la qual es donen respostes. Es proposen idees i situacions per pensar sobre sexe llargament i, de passada, fer-se unes rialles!



El consultori: amor, sexualitat, psicologia i alimentació: adolescents.cat. Barcelona: La Galera, 2015. 288 p. ISBN: 9788424655419 **JOVES**

El consultori és divideix en tres grans blocs: psicologia, sexualitat i alimentació i està dirigit per psicòlegs experts en joves.



Cruz, Carlos de la. **Sexualidades diversas, sexualidades como todas: aportaciones desde la sexología al ámbito de la diversidad funcional y la discapacidad**. Madrid: Fundamentos, 2018. 253 p. ISBN: 9788424513771

Aquest llibre s'adreça tant a les i els professionals de l'àmbit de la discapacitat o diversitat funcional com de la sexologia, sense oblidar a qualsevol altra persona interessada en el tema.



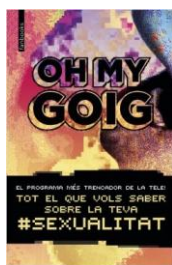
Darder, Mireia. **Mujer, deseo y placer**. Barcelona: Vergara, 2018. 346 p. ISBN: 9788416076468

Estructurat en quatre blocs temàtics (història del patriarcat, biologia de la sexualitat femenina, creences i una part pràctica), en aquest llibre les lectores trobaran resposta a una infinitat d'aspectes de sexualitat així com al lloc que ocupen en el món.



Easton, Dossie. **Ética promiscua: una guía práctica para el poliamor, las relaciones abiertas y otras aventuras**. Barcelona: Melusina, 2016 2a ed. 415 p. ISBN: 9788496614895

La guia clàssica per explorar l'amor, el sexe i la intimitat més enllà dels límits de la monogàmia convencional, revisada i ampliada per incloure les últimes informacions sobre relacions alternatives.



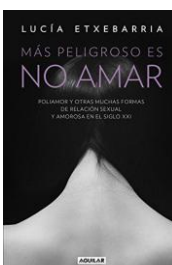
Elvira Marín, Noemí. **Oh my goig: tot el que vols saber sobre la teva #sexualitat**. Barcelona: Fanbooks, 2018. 175 p. ISBN: 9788416716814

El llibre de l'exitós programa de sexualitat de Betevé. Es convida a endinsar-nos en una sexualitat plantejada des de la perspectiva de drets, amb una mirada honesta i integradora que intenta deixar lluny els tabús, els prejudicis i els estereotips.



Ensler, Eve. **Monólogos de la vagina**. Barcelona: Ediciones B, 2018. 272 p. ISBN: 9788466662741

Considerat com una Bíblia per una nova generació de dones. Es tracta d'un llibre agut i irreverent, en el qual dona veu a les fantasies i els temors més profunds del sexe femení.



Etxebarria, Lucía. **Más peligroso es no amar: poliamor y otras muchas formas de relación sexual y amorosa en el siglo XXI**. Madrid: Aguilar, 2016. 398 p. ISBN: 9788403515710

Una investigació al voltant del fenomen del poliamor i altres models de relació que probablement et faci replantejar molts mites sobre l'amor romàntic.



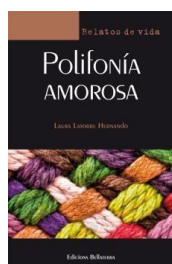
Hartley, Nina. **Guía del sexo total**. Tenerife: Melusina, cop. 2016. 391 p. ISBN: 9788415373339

Nina Hartley t'explica tot el que sempre has volgut saber sobre el sexe i no t'has atrevit a preguntar: com provocar-li un orgasme a una dona, quin és el protocol correcte per a un trio, quines joguines eròtiques no poden faltar a la teva dormitori, etc.



Labriola, Kathy. **El libro de los celos: ejercicios y reflexiones para manejar las relaciones abiertas**. Santa Cruz de Tenerife: Melusina, cop. 2017. 303 p. ISBN: 9788415373490

Trobaràs tècniques, consells i exercicis senzills que podràs posar en pràctica de forma immediata i t'ajudaran a gestionar les teves emocions, ja sigui dins d'una relació monògama o al poliamor.



Latorre Hernando, Laura. **Polifonía amorosa**. Barcelona: Ediciones Bellaterra, 2017. 327 p. ISBN: 9788472908079

Aquest és un llibre narra diferents experiències amoroses de persones que intenten allunyar-se de la violència i explorar pràctiques més lliures en les seves relacions.



López Sánchez, Félix. **La sexualidad y el amor después de los 50 y más: con conocimiento y amor.** Madrid: Pirámide, cop. 2018. 160 p. ISBN: 9788436839302

Un llibre que ens ensenya que gaudir de la sexualitat, estimar i ser estimat, no patir de solitud i estar reconciliat amb la vida és possible després dels cinquanta i en la vellesa.



Malnero, Nayara. **Sexperimentando: todo lo que no se atrevieron a contarte: aprende y disfruta.** Barcelona: Planeta, 2016. 191 p. ISBN: 9788408156413

La jove youtuber i sexòloga Nayara Malnero et parla de sexualitat sense prejudicis: aprèn i gaudeix.



Martín, Lucía. **Hola, ¿sexo?: anatomía de las citas online.** Córdoba: Arcopress, 2015. 143 p. ISBN: 9788416002375

Lucia Martín ens relata, amb molt d'humor i sentit irònic, les seves experiències personals i els testimonis reals que ha recollit en més d'un any d'investigació periodística.



Molina, Ciara. **Sexo sentido, sexo vivido: descubre la importancia de las emociones para vivir tu sexualidad con plenitud.** Barcelona: Zenith, 2017. 237 p. ISBN: 9788408170150

Una porta oberta al plaer sexual i emocional. Gaudir del nostre cos, de la nostra capacitat d'estimar i d'estimar-nos així com de donar-nos plaer i permetre'ns sentir-lo, farà que gaudim més de les nostres relacions sexuals i de la nostra vida.



Peña Sánchez-Garrido, Myriam. **La mujer oceánica: una visión transformadora de la sexualidad femenina.** Madrid: Gaia, 2018. 349 p. ISBN: 9788484457244

Aquest llibre ens ensenya a retrobar-nos amb la bellesa pròpia del nostre cos de dona; pas a pas cap a aquelles parts de nosaltres que hem deixat relegades.



Sáez Sesma, Silverio. **Sexo básico: de los genitales al cerebro, de la fecundación a la vejez.** Madrid: Fundamentos, 2017. 217 p. ISBN: 9788424513528

Ofereix un desenvolupament argumentat per entendre el sexe de forma diferent. Exposa de forma diferencial qüestions referides a la identitat, l'orientació i el desenvolupament diferencial d'homes i dones.



Sánchez Martín, Carme. **El sexe que volem les dones i com gaudir-ne**. Barcelona: Angle, 2017. 282 p. ISBN: 9788415307631

L'autora recull casos reals i desenvolupa un concepte clau: el sexe és un joc, el joc dels adults. Aquest llibre t'ajudarà a replantejar la teva visió de la sexualitat, a treure-hi ansietat i a saber què vols i com ho vols.



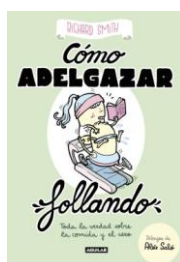
Segura, Lluís. **Diccionari sexual suprem**. Barcelona: Bridge, 2017. 105 p. ISBN: 9788416670390

Un diccionari amb molt humor i ironia, que defineix algunes de les paraules que enriqueixen el nostre curiós argot. Una reflexió sobre la sexualitat, políticament incorrecta i molt divertida.



Slimani, Leïla. **Sexo y mentiras: la vida sexual en Marruecos**. Madrid: Cabaret Voltaire, 2018. 271 p. ISBN: 9788494710834

Aquest llibre és la veu, forta i sincera, d'una joventut marroquina que viu emmordassada, en una societat on el sexe es consumeix com a mercaderia. L'autora conta amb senzillesa i intel·ligència aquesta realitat diària.



Smith, Richard. **Cómo adelgazar follando: toda la verdad sobre la comida y el sexo**. Barcelona: Aguilar, 2017. 181 p. ISBN: 9788403518322

Lluny de qualsevol integritisme, sense pretendre reivindicar valors devaluats en el nostre apassionant i competitiu món actual, proclama el valor del sexe amb un argument d'avui: fornicant s'aprima!



Witt, Emily. **Sexo futuro: el amor en el siglo XXI**. Barcelona: Los libros del linco, 2017. 220 p. ISBN: 9788415070795

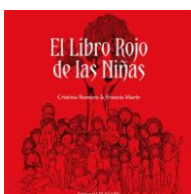
Emily Witt, periodista, col·laboradora de diferents mitjans de comunicació de Nova York, soltera i en la trentena, explora a través d'una sèrie d'articles les actituds sexuals del nostre temps.

CICLE MENSTRUAL



Irusta R., Erika. **Diari d'un cos**.
Barcelona: Catedral, 2016. 425 p. ISBN: 9788416673179

Aquest llibre il·lumina molts aspectes ocults dels estats pels que passa el cos femení durant el cicle menstrual. El llibre té la capacitat alliberadora de fer-nos veure com a normal allò que a dia d'avui encara es considera una molèstia o una debilitat.



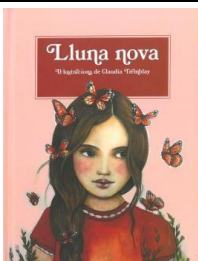
Romero, Cristina. **El Libro rojo de las niñas**.
Tenerife: Ob Stare, 2016. 47 p. ISBN: 9788494260681

El llibre neix per acompanyar i donar poder a les nenes en el seu camí cap a la maduresa, però també és un llibre per a les mares, i per a totes les dones, perquè ens ajuda a curar ferides de la nostra pròpia infantesa.



Thiébaud, Élise. **Esta es mi sangre : pequeña historia de la(s) regla(s), de la que la tienen y de los que las marcan**.
Xixón: Hoja de Lata, 2018. 275 p. ISBN: 9788416537303

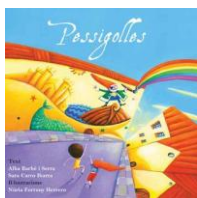
Escrit per la periodista i feminista francesa Élise Thiébaud, ens ofereix, en to amè i desenfadat, una història política i personal de la menstruació.



Tremblay, Claudia. **Lluna nova** / il·lustracions de Claudia Tremblay.
Barcelona: ING, 2018. 48 p. ISBN: 9788494830013 **INFANTIL – JUVENIL**

És un gran regal perquè les nenes puguin començar aquesta nova etapa de la seva vida de manera conscient i connectada amb el cicle femení i, tot, com una vivència positiva i sagrada.

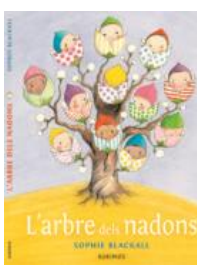
LLIBRES PER A INFANTS



Barbé i Serra, Alba. **Pessigolles**. Barcelona : Bellaterra, 2012. 22 p. ISBN: 9788472905825

Conte que tracta sobre l'autoplaer i les fantasies que acompanya nenes i nens en el creixement saludable en relació amb la seva sexualitat i amb el descobriment i el gaudi del seu cos.

Disponible en castellà també a: <https://issuu.com/edbellaterra/docs/cosquillas>



Blackall, Sophie. **L'arbre dels nadons**. Madrid : Kókinos, cop. 2015. 34 p. ISBN: 9788416126361

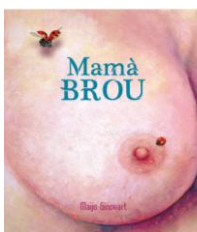
D'una llavor, l'arbre dels nadons, de l'hospital, d'un ou, els porta la cigonya. Diferents respostes per a la inevitable pregunta que, tard o d'hora, els nens faran als seus pares: D'on vénen els nadons?



Geisler, Dagmar. **Jo també vaig ser dins la panxa de la mama?: respostes per a nens i nenes a partir de 7 anys**.

Barcelona: Joventut, cop. 2015. 26 p. ISBN: 9788426141316

Afronta el tema de l'educació sexual d'una manera senzilla i clàssica: una conversa entre una mare i una filla. Explica amb tacte i sensibilitat, de manera clara i apropiada, com d'una minúscula cèl·lula neix un ésser humà.



Ginovart, M. Josep. **Mamá BROU**.

Tarragona: Drudis i Virgili, 2017. 60 p. ISBN: 9788494759918

Conte eròtic escrit i il·lustrat per la Maijo Ginovart, pintora i il·lustradora ampostina, amb un llarg recorregut en el món de la il·lustració. Ens presenta una petita història d'amor, amb final sorprenent, inesperat i brutal.



Migallón Lopezosa, Pilar. **El Gran libro de la sexualidad infantil**.

Madrid : Libsa, 2018. 112 p. ISBN: 9788466236652

A través de gracioses il·lustracions a tot color s'exposa les diferències anatòmiques entre homes i dones, les seves relacions afectivo-sexuals i una explicació dels òrgans genitals.



Maricuela. **Montañas en la cama**. Pontevedra : OQO, cop. 2013. 34 p. ISBN: 9788498714432

Aquesta incursió nocturna a l'habitació dels seus pares desemboca en un divertit relat, en el qual s'aborda la sexualitat amb molt d'humor, naturalitat i la dosi justa de tendresa.



Mayle, Peter. **¿Qué me está pasando?: las respuestas a algunas de las preguntas más embarazosas del mundo.**

Madrid : Maeva Young, 2018 3a ed. 48 p. ISBN: 9788415120414

Un llibre per a l'etapa que va entre els deu i els catorze anys. Una etapa molt divertida, però des del punt de vista físic una etapa molt desconcertant per a qualsevol noi o noia.



El Meu cos és meu!: prevenció contra l'abús.

Barcelona: Joventut, 2015. 26 p. ISBN: 9788426141293

Tracta de la transgressió dels límits sexuals. Vol ajudar les criatures a sentir-se segures en relació amb el seu cos i a reconèixer què els agrada i què no.



Peix Triay, Mònica. **La Mia es fa gran: per saber-ne més sobre la pubertat de les nenes.**

Barcelona: Joventut, 2017. 3a ed. 44 p. ISBN: 9788426143570

A través d'aquest llibre i de la seva protagonista, la Mia, podem conèixer més sobre l'etapa de la pubertat.



Trepal Casanovas, Carla. **El tresor de Lilith: un conte sobre la sexualitat, el plaer i el cicle menstrual.** [Barcelona]: Industria Gráfica Cayfosa (Impresia Ibérica), 2013. 50 p. ISBN: 9788461610907

El Tresor de Lilith facilita a les nenes des de ben petites aprendre a estimar-se a si mateixes, cuidar i respectar el seu cos. Transmetent una imatge positiva de la menstruació, el plaer i la sexualitat.



Von der Gathen, Katharina. **101 preguntes fetes per nens i nenes sobre un tema apassionant.** Barcelona: Takatuka, 2016. 101 p. ISBN: 9788416003495

Per tal que la joventut actui de manera responsable amb el seu cos i en els temes relacionats amb la sexualitat i l'amor és important que tingui a mà la informació des d'aviat.



Yagyu, Genichiro. **Tetas.**

Valencia: Media Vaca, DL 2008. 28 p. ISBN: 9788493598242

Per què les dones tenen pits i els homes no? Perquè serveixen per alletar als nadons? Però també hi ha homes que tenen pits? Un llibre realment original: té els pits de les nenes com a tema principal.

DVD



La luna en ti: un secreto demasiado bien guardado / una película de Diana Fabianova. Madrid: Karma Films, DL 2010

El documental aborda el tema de la menstruació a través de referències personals i col·lectives, desafiant, d'aquesta manera, les nostres idees preconcebudes sobre el que és condició de dona.



Más sencillo del que sembra / [realització: Bartomeu Vilà, Martina Rubio ; producció: Alfonsi Vega ; guió: Blanca Esteve ... [et al.] ; una producció de VIDEOFON, S.A.]. 2001.

La Júlia és una nena de quatre anys. El seu pare no sap com oferir-li una educació sexual i afectiva i demana consell als seus amics sobre com fer-ho. Segons ells és més fàcil del que sembra.



Venus: confesiones desnudas / un documental de Lea Glob y Mette Carla Albrechtsen. Barcelona: Cameo, cop. 2017

Documental amb diferents entrevistes a dones a on expliquen la seva relació amb el sexe.

ARTICLES

¿Cuándo hablar de sexo a los niños? ¡¿Y cómo? !

<https://bit.ly/2D9tdV6>

Parlem de sexe a casa

<https://bit.ly/2NZX2Ze>

Parlem de sexualitat amb els fills

<https://bit.ly/2yXRrxh>

Sexualidad en la infancia

<https://bit.ly/2yXB97C>

Sexualidad infantil de 7 a 11 años

<https://bit.ly/2EDgvjd>

DOCUMENTALS I ÀUDIOS ONLINE

La luna en ti

El documental aborda el tema de la menstruació a través de referències personals i col·lectives, desafiant, d'aquesta manera, les nostres idees preconcebudes sobre el que és condició de dona.

<https://vimeo.com/34216239>

Mama, els nens venen de París? (Com podem parlar de sexe amb els fills)

Els pares i les mares se senten a vegades incòmodes quan els seus fills pregunten o tenen curiositat sobre el sexe. Cada etapa té els seus dubtes i curiositats. Al principi tot és molt espontani, molt natural. A mesura que els nens van creixent, les preguntes són més directes i requereixen més explicacions. Hi ha pares que ho viuen amb naturalitat. A d'altres, en canvi, parlar de sexualitat amb els fills se'ls fa una muntanya. Però el que està clar és que els pares són un pilar de com els més petits viuran la sexualitat quan siguin grans. En parlem amb Elena Crespi.

<https://bit.ly/2q7aKAj>

Mama, tu per què no tens tita? (parlar de sexe a casa)

Podcast programa "Les mil i una nits" de Catalunya Ràdio

<http://goo.gl/9gRCg8>

Jo també vull sexe!

El documental aborda el fet que les persones amb diversitat funcional o intel·lectual visquin amb plenitud els seus drets sexuals. Es per això que les persones amb discapacitat reivindiquen el seu dret al sexe. La figura de l'assistent sexual arriba amb força a casa nostra. A altres països, ho subvenciona l'estat.

<http://www.ccma.cat/tv3/alcanta/programa/jo-tambe-vull-sexe/video/5634098/>

Monthlies Spanish dubbing

Documental per a adolescents sobre el cicle menstrual

<https://vimeo.com/96002000>

COMPTES A LES XARXES SOCIALS

INSTAGRAM (IG), FACEBOOK (FB), TWITTER (TW)

@annasalviaribera Anna Salvia Ribera. Psicòloga en educació i salut sexual, autora de "El baile de la vida en las mujeres", "Viaje al ciclo menstrual" i guía diàctica "El tesoro de Lilith"

@ElenaCrespi Psicòloga, sexòloga, terapeuta de parella, psicòloga perinatal psicovegan (IG, FB I TW)

@infosexrespuestas Infosex: Espai divulgatiu de salut sexual per a joves. (IG)

@Menstruita Menstruita: educació sexual, menstrual i feminista (IG, FB I TW)

@sexsapiens Helena Galé. Psicòloga, sexòloga, psicoteràpia individual, sexual i de parella (IG, FB I TW)

**BUTLLETÍ QUE COMPLEMENTA L'EDITAT
AL JULIOL DE 2016**

CONSULTEU-LO A:

<http://www.gandesacat.cat/biblioteca/butlletins-bibliografics/>

CATÀLEG DE LECTURA PÚBLICA DE CATALUNYA

<http://argus.biblioteques.gencat.cat/>

BIBLIOTEQUES DE CATALUNYA

<http://biblioteques.gencat.cat/ca/>

BIBLIOTECA DE GANDESA

<http://www.gandesa.cat/biblioteca>

Tots els butlletins bibliogràfics a

<http://www.gandesa.cat/biblioteca/butlletins-bibliografics/>

Xarxes socials

/bibliogandesa

#bibliogandesa

