

Mi cuerpo y mi mente

[Pubertad positiva para chicos](#)



Autora: Barbara Pietruszczak (texto), Anna Rudak (ilustradora) **Editorial:** [Editorial El Pirata](#). 2023

Pubertad positiva para chicos es un libro lleno de empatía y conocimiento sobre la pubertad y las emociones recomendado para chicos entre 8 y 12 años. Guía de positividad corporal para los cambios en el cuerpo y en las emociones.

[Leer más](#)

[Pubertad positiva para chicas](#)



Autora: Barbara Pietruszczak (texto), Anna Rudak (ilustradora) **Editorial:** [Editorial El Pirata](#). 2023

Pubertad positiva para chicas es un libro sobre la pubertad femenina. Lleno de sensibilidad y empatía, está recomendado para chicas de entre 8 y 12 años. Guía de los cambios en el cuerpo, la primera regla y la positividad corporal.

[Leer más](#)

[¿Qué me está pasando?](#)



Autor: Peter Mayle. **Editorial:** [Maeva](#). 2013

Este libro no resolverá todos tus problemas y a lo mejor ni siquiera de respuesta a todas tus preguntas. Pero cuando lo hayas leído, seguramente habrás aprendido un montón sobre lo que te está pasando, y estarás mucho mejor preparado para afrontarlo

[Leer más](#)

[Sólo para chicos](#)



Autor: Matt Crossick. Editorial: [Parragon Books](#); 2009.

¿Qué me está pasando: Mi pubertad. Creer no es tan sencillo como parece. Gracias a este libro entenderás fácilmente lo que va a pasar en tu cuerpo.

[Leer más](#)

[Sólo para chicas](#)



Autor: Sarah Delmege. Editorial: [Parragon Books](#); 2009.

¿Qué me está pasando: Mi pubertad. Creer no es tan sencillo como parece. Lleno de explicaciones, esquemas, consejos y anécdotas de otras chicas como tú.

[Leer más](#)

[Mamá, ¿cómo se pone la olla exprés?](#)

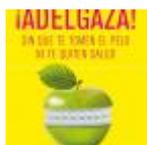


Autor: Amanda Vázquez. Editorial: [Hispano Europea](#); 2008.

Guía completa de supervivencia en el hogar para jóvenes, y no tan jóvenes, independientes.

[Leer más](#)

[¡Adelgaza!: Sin que te tomen el pelo ni te quiten salud](#)



Autor: José Enrique Campillo Álvarez. Editorial: [Temas de Hoy](#) (Grupo Planeta); 2012.

Toda la verdad sobre las dietas milagrosas y sus peligros. Un plan equilibrado y saludable para que pierdas los kilos de más y no vuelvas a recuperarlo.

[Leer más](#)

[¿Cómo afecta la anorexia en el cuerpo & mente de Kim?](#)



Autor: Janine Amos. Editorial: [Everest](#); 2003.

Un libro para adolescentes que buscan información clara y directa sobre la anorexia.

[Leer más](#)

[Las Chicas de Alambre](#)



Autor: Jordi Sierra i Fabra. Editorial: *Alfaguara Juvenil*; 2011.

Con *Las Chicas de Alambre*, el autor nos descubre los entresijos de un universo anhelado y envidiado, tras el que se ocultan chicos y chicas de carne y hueso, a veces demasiado jóvenes para el éxito.

[Leer más](#)
