

Índice de materias:

El despertar 10

Introducción

Yo 15

- ¿Qué me sucede en la pubertad?
- ¿Por qué de pronto todo es tan distinto?
- ¿Por qué a veces me siento tan mal?
- ¿Quién soy yo en realidad?
- ¿Por qué me siento tan mal en mi propio cuerpo?
- ¿Qué tengo que hacer para ser un verdadero hombre?
- ¿Tengo que ser, como chico, siempre valiente?
- ¿Qué puedo hacer cuando pienso que ya no puedo más?
- ¿En qué noto que otros se encuentran mal?
- ¿Qué va a ser de mí?

Los otros 39

- ¿Por qué mis padres se comportan ahora a veces tan estúpidamente?
- ¿Por qué quieren separarse mis padres?
- ¿Por qué a mis padres no les gustan mis amigos?
- ¿Por qué creen los adultos que siempre tienen razón?
- Me siento siempre fuerte cuando estoy con mis amigos y ¿por qué me siento como una hormiga cuando estoy solo?
- ¿Cómo conseguir que mi madre no esté siempre pendiente de mí?
- Me gustaría hacer más cosas con mi padre, pero ¿por qué está con tanta frecuencia ausente?

Masculino

59

- ¿Por qué uno deja de ser niño de golpe?
- ¿Cómo noto que me estoy desarrollando correctamente?
- ¿En qué noto que me encuentro en la pubertad?
- ¿Por qué, de pronto, mi voz resulta tan cómica?
- ¿A partir de qué edad puedo afeitarme?
- ¿Qué significan las manchas en mi cama?
- ¿Será mi pene suficientemente grande?
- ¿Cómo se desarrolla el semen?
- ¿Qué papel juega la testosterona?
- ¿Cómo sucede para que el pene se ponga erecto?
- ¿Para qué sirve el prepucio?
- ¿Por qué mi pene parece doblado?
- Me han salido unos pequeños pechos, ¿hay algo en mí que no está bien?
- ¿Qué es distinto en las chicas en la pubertad?

El amor

85

- ¿Qué es, en realidad, el amor?
- ¿Es poco masculino ser romántico?
- ¿Por qué no estoy nunca verdaderamente enamorado?
- ¿Por qué precisamente ésa?
- ¿Qué tengo que hacer para que las chicas se fijen en mí?
- ¿Por qué las chicas se fijan, a veces, en la posición económica de uno?
- ¿Por qué en ocasiones las conversaciones de las chicas me atacan los nervios?
- Me ha dejado, ¿cómo consigo superarlo?
- ¿Cómo consigo deshacerme de mis celos?
- ¿Cómo dejarla sin hacerle daño?
- ¿Van juntos el amor y el sexo?

¿A partir de cuándo puedo acostarme con una mujer?

La primera vez, ¿qué sucede?

¿Cómo se siente un orgasmo?

¿Por qué pienso todo el día en el sexo?

¿Por qué mis fantasías son tan confusas?

¿Por qué, de pronto, intentan ligarme las mujeres mayores que yo?

¿Por qué las chicas son tan remisas cuando uno quiere acostarse (enseguida) con ellas?

¿Por qué vengo tan pronto?

¿Por qué el pene a veces no hace lo que uno quiere?

¿Soy un buen amante?

¿Es moralmente malo acudir a una prostituta?

¿Qué es perverso?

¿Cómo consigo que mi amiga tenga en cuenta mis deseos?

¿Es malo masturbarse con frecuencia?

Para mí, la ternura es más importante que el sexo.

¿Es normal?

No me interesan las chicas, ¿qué puedo hacer?

¿Por qué los demás se escandalizan cuando se utilizan expresiones sexuales fuertes?

¿Cómo puedo impedir ser ya padre?

¿Cómo se usa correctamente un preservativo?

¿Qué otros métodos anticonceptivos hay?

¿Por qué no hay mejores métodos anticonceptivos?

Mi amiga dice que está embarazada, ¿qué debo hacer yo ahora?

¿Qué sucede en un embarazo?

¿Cómo puedo protegerme del Sida en el sexo?

¿Debo pedirle un test anti-Sida?

¿Cómo puedo protegerme de las enfermedades de transmisión sexual?

Han abusado de mí, ¿dónde puedo encontrar ayuda?

En camino

183

- ¿Por qué, de pronto, no tengo ninguna gana de ir al colegio?
- ¿Por qué me cansan tanto los estudios?
- ¿Por qué se nos amenaza con tanta frecuencia en el colegio?
- ¿Cómo puede defenderse uno de la violencia sin utilizarla?
- ¿Se pueden recurrir las malas notas o el tener que repetir curso?
- ¿No puedo, sin más, dejar el colegio?
- ¿Cómo consigo más dinero de bolsillo?
- ¿Puedo realizar un trabajo remunerado?
- ¿Cómo encontrar una asociación en la que pueda hacer algo útil por los demás?
- ¿Cuándo tengo que ir a la mili?
- ¿Cómo puedo evitar ir a la mili?

En forma

209

- ¿Por qué, de pronto, mi cara se llena de granos?
- ¿Qué hay de cierto en todo lo que se dice sobre una alimentación sana?
- ¿Cómo consigo unos dientes bien alineados?
- ¿Hay que dormir verdaderamente ocho horas?
- ¿Son tan malas las drogas como se dice?
- ¿Cómo consigo más músculos?
- ¿El cuidado del cuerpo es algo también para hombres?
- ¿Verdaderamente ya no se llevan los baños de sol?

El despertar

233

Epílogo