

# Índice

- I. ¡Oh, no! Llega la pubertad Pág. 3**  
• Hablar con mi hijo de esas cosas
- II. ¡A moverse! Ayudar a su hijo a mantenerse activo Pág. 4**  
• Cómo empezar
- III. ¡Ay! ¿A qué huele? Págs. 5-7**  
• Fomentar el aseo personal  
• Puntos problemáticos
- IV. Por favor, ¡aquí, no! Págs. 8-9**  
• Comportamiento apropiado e inapropiado en público  
• Enseñar estas habilidades a su hijo  
• Tocarse las partes íntimas
- V. Compañeros, hormonas y cambios de humor Págs. 10-11**  
• Cómo puede ayudar a su hijo en la parte social  
• Humor y sentimientos  
• Más que “malhumorado”
- VI. Los niños serán niños Págs. 12-13**  
• Emisiones nocturnas  
• Preparar a mi hijo para las emisiones nocturnas  
• Erecciones  
• Cosas que pueden ayudar  
• Calzoncillos bóxer o trusas
- VII. Recursos Pág. 15**

Puede descargar un anexo con historias sociales y apoyos visuales en:  
[kc.vanderbilt.edu/HealthyBodies](http://kc.vanderbilt.edu/HealthyBodies)

**Puede encontrar un anexo  
con apoyos visuales en  
[kc.vanderbilt.edu/  
HealthyBodies](http://kc.vanderbilt.edu/HealthyBodies)**