

#AMIGA

DATE
CUENTA

GUÍA PARA LA VIDA

[illegible]

PLAQUETA Y ANDONELLA

#AMIGA

DATE
CUENTA

GUÍA PARA LA VIDA



Cuidado editorial: Isabel Zapata
Diseño de portada: Diana Urbano Gastélum
Ilustraciones de portada: Andonella
Diseño de interiores: Diana Urbano Gastélum

© 2018, Andonella
© 2018, Plaqueta

Derechos reservados

© 2018, Editorial Planeta Mexicana, S.A. de C.V.
Bajo el sello editorial PLANETA M.R.
Avenida Presidente Masarik núm. 111, Piso 2
Colonia Polanco V Sección
Delegación Miguel Hidalgo
C.P. 11560, Ciudad de México
www.planetadelibros.com.mx

Primera edición en formato epub: agosto de 2018
ISBN: 978-607-07-5129-5

Primera edición impresa en México: agosto de 2018
ISBN: 978-607-07-5140-0

No se permite la reproducción total o parcial de este libro ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Arts. 229 y siguientes de la Ley Federal de Derechos de Autor y Arts. 424 y siguientes del Código Penal).

Si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra dirijase al CeMPro (Centro Mexicano de Protección y Fomento de los Derechos de Autor, <http://www.cempro.org.mx>).

Impreso en los talleres de Litográfica Ingramex, S.A. de C.V.
Centeno núm. 162, colonia Granjas Esmeralda, Ciudad de México
Impreso y hecho en México - *Printed and made in Mexico*

AGRADECIMIENTOS

ANDONELLA

A SURICATO, por apoyarme siempre y por ayudarme tanto con este libro <3

A LEYLANI, KALANI, MAIRANI, NIÑO RICARDO O RITA, mi musa y mi admiración.

A MI MAMÁ, por tantas historias y personajes que hemos inventado juntas.

A MI PAPÁ por el apoyo y tanto amor <3 <3

A MIGUEL, CARMEN y GRILLITO.

A mis amigos, ALEJANDRA, AXL, DIANA PAULINA MONTES DE OCA, MOTTA, ETTA, ENRIQUETA, MJ BALVANANA y GUSTAVO PRADO.

PLAQUETA

A SELVA, por enseñarme que la vida fuera del huacal es mejor.

A WOOKIE, por hacerme reír tantas veces al día.

A JORGE PEDRO, ¡por proponer el título del libro!

AL TERAPEUTA DE LAS SALSAS.

A MAPACHITA, MARTINI, CARLOTA y PANELA, por ser tan kermoses.

AL BARRIO FEMINISTA (ustedas saben quiénes son).



Al Salón Portales, que fue el centro de reunión que vio nacer este proyecto. A Karina, Isabel, Diana, Sofía, Beto, Cynthia y a todo el equipo de Planeta, por ayudarnos a materializar este maravilloso libro <3

A toda la gente que no creyó en nosotras y que en algún momento de nuestras vidas nos dijo que no llegaríamos a ningún lado dibujando y escribiendo "así": ¡ja!

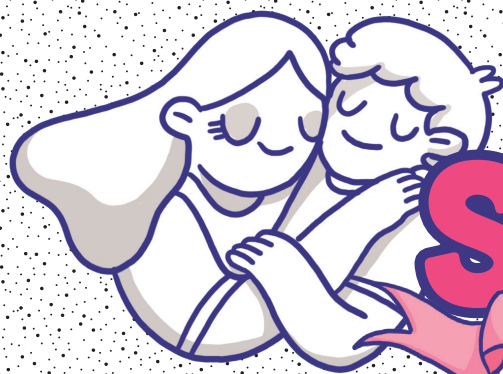
TODOS LOS PERSONAJES Y SITUACIONES PLANTEADAS EN ESTE LIBRO SON VERÍDICAS, **100% REAL NO FAKE** Y HAN SIDO DRAMATIZADAS. SALVO LAS QUE NO. **CUALQUIER PARECIDO CON LA REALIDAD NO ES MERA COINCIDENCIA. O SÍ.**

ÍNDICE

PRÓLOGO PÁG. 10

CAPÍTULO 1

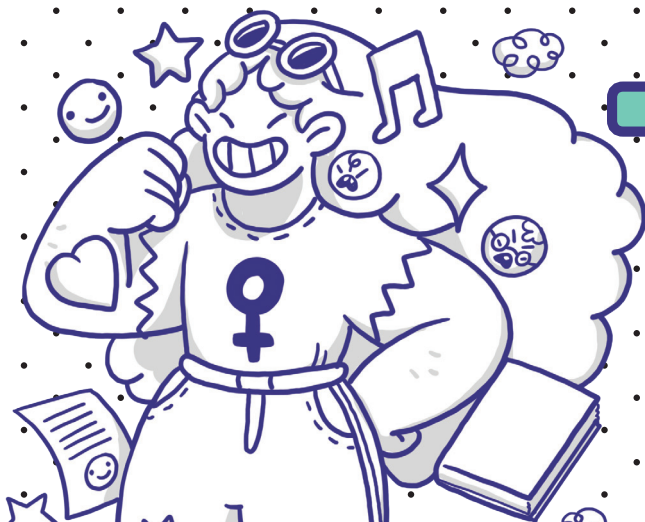
CUERPO



SEXO Y

CAPÍTULO 2

TÚ VS





PÁG. 12

RELACIONES

PÁG. 74



CAPÍTULO 3

EL MUNDO

PÁG. 140

♥ ♥ PRÓLOGO ♥ ♥

AMIGAS, voy a ser honesta: la vida es cruel. La vida es dura e injusta, es triste y se parece mucho a las canciones que canta Juan Gabriel (dios te bendiga, JuanGa). Usualmente pasamos bastante tiempo aprendiendo de experiencias que a veces resultan dolorosas o incómodas y justo cuando estás feliz y piensas que ya aprendiste cómo mantenerte cuerda en este mundo demente, la vida vuelve para decirte: “Amiga, NO”. Y todo comienza desde cero. Por eso, según yo, la vida entera es un constante caer y volver a pararte con ayuda de la gente que amas, las canciones que te hacen querer estar viva y los libros que le dan sentido a la existencia.

Y ESTE ES UNO DE ESOS LIBROS, POR NO DECIR EL LIBRO, QUE LE DARÁ SENTIDO A TU VIDA.

Sé que sueno exagerada y también un poco pesimista, pero quiero explicarles algo: ustedes millennials bebés, o centennials, o criaturas cuya generación aún no tiene nombre porque no ha sido concebida (pero que seguro recibirá este libro en un futuro no tan lejano, probablemente hasta una hija mía) son afortunados. MUY afortunados, de hecho. No solo porque nacieron en un mundo donde los secadores de mano finalmente sí secan las manos o porque jamás tendrán que conocer el dolor de perder un día y medio descargando una canción de internet porque la tía decidió alzar el teléfono para llamar a preguntar la hora, **sino porque nacieron en un mundo donde la información está siempre a su alcance.**

En mi época, cuando querías saber algo, tenías que buscarlo en una enciclopedia o preguntárselo a tus padres o al adulto responsable más cercano. Esto, como es evidente, presentaba muchísimos inconvenientes. Por ejemplo: de adolescente un día desperté con tres líneas rojas en mis chichis como si un tigre me hubiera arañado mientras dormía. Intenté buscar: *líneas rojas como de tigre en las chichis*, pero (como imaginarán) la Enciclopedia Británica no tenía información sobre eso. Estuve convencida durante al menos cinco meses de que lo que tenía era una evidente muestra de cáncer de seno y que iba a morir prematuramente a mis trece años sin haber besado a nadie, sin haber cumplido mi sueño de ser escritora y sin haber ido a un concierto de Beyoncé (que desde esa época es todo lo que me importa). Aterrorizada por mi aparente destino irreversible, no me quedó más opción que desnudarme frente a mi madre, contarle mi secreto y preguntarle: “¿Mamá, voy a morir?” A lo que mi mamá dijo **que no**, que solo eran

estrías de crecimiento. “¿Y ya?”, dije yo. “Y ya”, dijo mi madre. Y ahí no supe si reír porque estaba a salvo del cáncer de seno o si llorar por todas las noches en las que no dormí pensando que algo estaba mal con mi cuerpo.

Como esta historia hay muchas más que no vienen al caso, pero que menciono acá para decirles que si bien en este libro no se explica la naturaleza de las estrías de crecimiento y/o cambio de peso (que *by the way*: son normales y hermosas y debemos sentirnos orgullosas de ellas), sí **se exploran y explican muchas cosas de la vida que yo hubiera querido que me explicaran y que me hubieran evitado al menos dos desnudos innecesarios y muchas conversaciones incómodas**. Pero lo mejor es que no solo las explican (para eso están miles de páginas de internet), **sino que las presentan con el humor genial de Plaqueta y las alucinantes ilustraciones de Andonella.**
#FANGIRLING

QUIERO SER HONESTA DE NUEVO, ESTE LIBRO ES TAN GENIAL Y TAN NECESARIO QUE ME DAN GANAS DE VIAJAR AL PASADO Y REGALÁRSELO A MI YO ADOLESCENTE Y ABRAZARLA Y PROMETERLE QUE TODO VA A ESTAR BIEN Y FINALMENTE DECIRLE: “AMIGA, DATE CUENTA”, y después llorar in Spanish juntas por media hora. Y como dije antes: sí, la vida es cruel, pero con este libro en sus manos (que es como tener a dos grandes amigas dándote consejos de los buenos todo el tiempo), las cosas cambian. **Las caídas seguro serán menos duras y levantarse será más fácil.** Y cuando todo vaya bien y de la nada salga una roca que te haga tropezarte de la manera más horrible sentirás que la vida ya no dirá: **“Amiga, NO”, sino “Amiga, DATE CUENTA”.** Y todos seremos felices. Creo.

FIN



**AMALIA
ANDRADE**



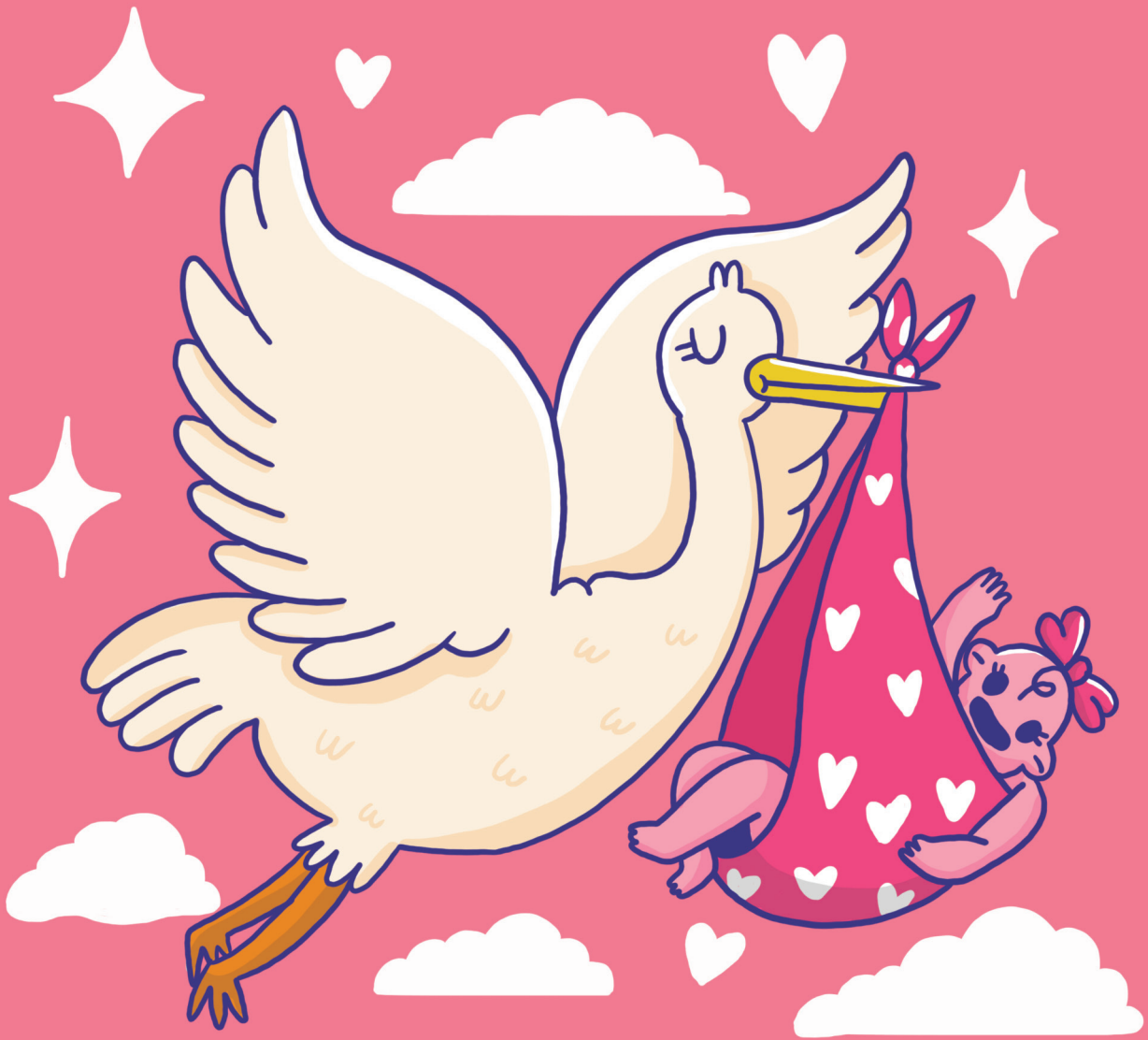
Autora de:



CAPÍTULO 1

CUER

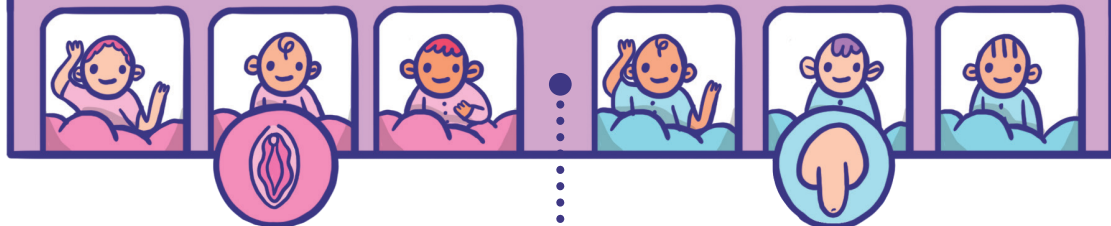




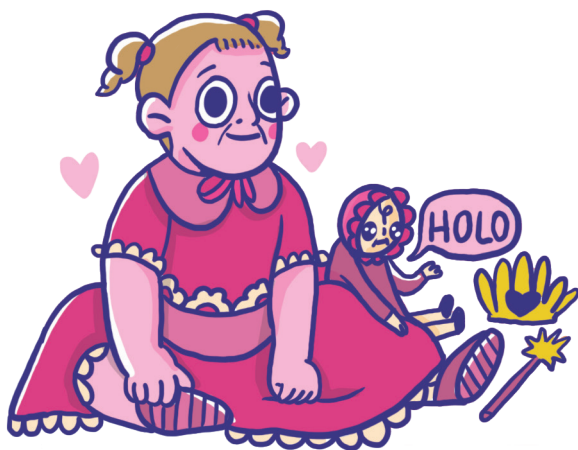
¡FELICIDADES,
ES UNA NIÑA!

LA VIDA ES COMO UNA GRAN OBRA DE TEATRO ESCOLAR DE ESAS EN LAS QUE, AUNQUE NO QUIERAS PARTICIPAR, TE METEN A LA DE A FUERZAS.

Al nacer, en lugar de hacernos una audición, nos asignan el tipo de papel que vamos a interpretar según nuestros genitales.



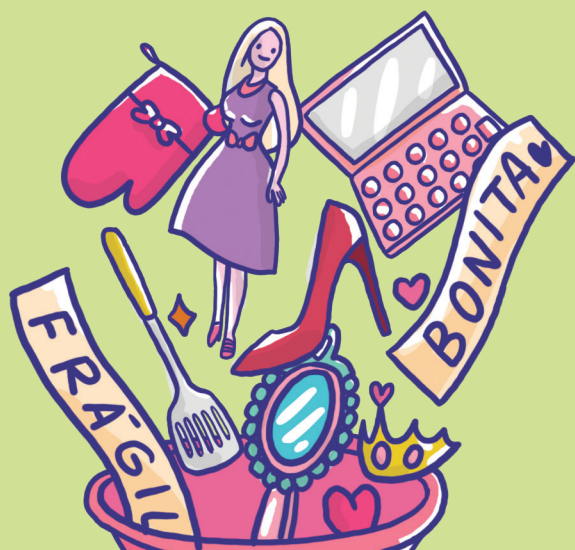
SI TIENES VULVA, te dicen que tienes que actuar de forma “femenina”. Te ponen vestidos pachones llenos de moñitos, pintan tu cuarto de rosa, te regalan unos muñecos como de película de terror para que juegues con ellos.



SI TIENES PENE, te dicen que debes ser “un hombrecito”, que no llores. Te compran unos coches y unas herramientas de plástico, te visten con la camiseta de un equipo de fútbol y pantalones caqui.



NO HAY NADA DE MALO EN LAS COSAS ANTERIORMENTE MENCIONADAS (bueno, los pantalones caqui sí son horribles, la neta), **lo gacho es que no nos dejen escoger.** Y como nos lo imponen y familia-internet-escuela-medios-amigues-religión nos están muele y muele con cómo debemos ser, **luego creemos que todo fue de forma “natural”.**



"DE FÁBRICA"

NUESTROS CEREBROS SON IGUALES, pero desde el primer

minuto en el planeta Tierra
**los rellenan de cosas
distintas que los van
moldeando.**

¿POR QUÉ NADIE NOS PREGUNTA QUÉ QUEREMOS!

OK, los bebés
no hablan. ¿Y
LUEGO?

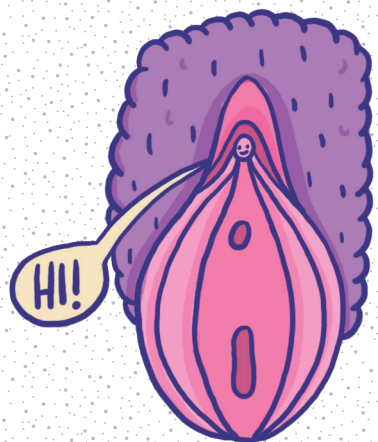
.....

EN FIN, NUNCA ES
DEMASIADO TARDE
PARA EMPEZAR A
ELEGIR
LIBREMENTE.

.....

Y SÍ, SI
QUIERES PUEDES
CONSERVAR
TU COLECCIÓN
DE MUÑECAS
EMBRUJADAS.



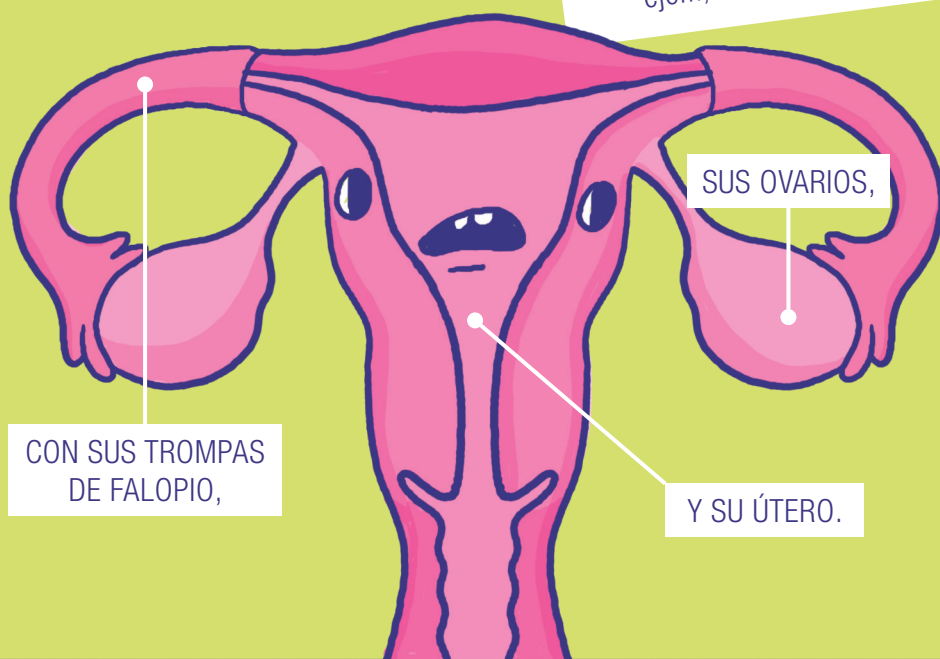


HOLA, VULVA

En la escuela te enseñan

EL APARATO
REPRODUCTOR
FEMENINO,

**QUERIDOS ÓRGANOS
INTERNOS:**
los amamos, no nos lo
tomen a mal, pero **la neta**
nunca vamos a tener una
relación tan cercana porque,
ejem, están adentro.



CON SUS TROMPAS
DE FALOPIO,

SUS OVARIOS,

Y SU ÚTERO.

EN CAMBIO, CON LOS DE AFUERA SÍ CONVIVIMOS A DIARIO Y ESTÁN AL ALCANCE DE NUESTRAS MANOS, PERO CASI NO LOS MENCIONAN O LO HACEN CON PRISA, NO VAYA A SER QUE SE NOS OCURRA...

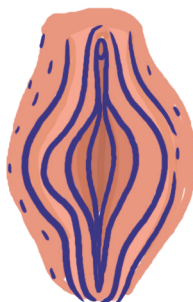
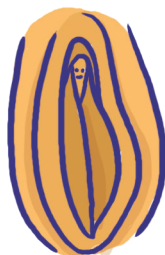
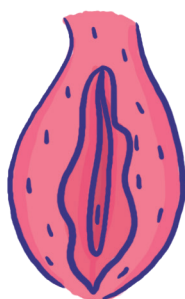
EXPLORARLOS



A veces se nos olvida que los tenemos porque no los podemos ver, así que **HAY QUE AGARRAR UN ESPEJO Y SALUDARLOS DE VEZ EN CUANDO.**



¿Se ve diferente que las vulvas que habías visto en **esquemas anatómicos**, en fotografías o en videos porno?



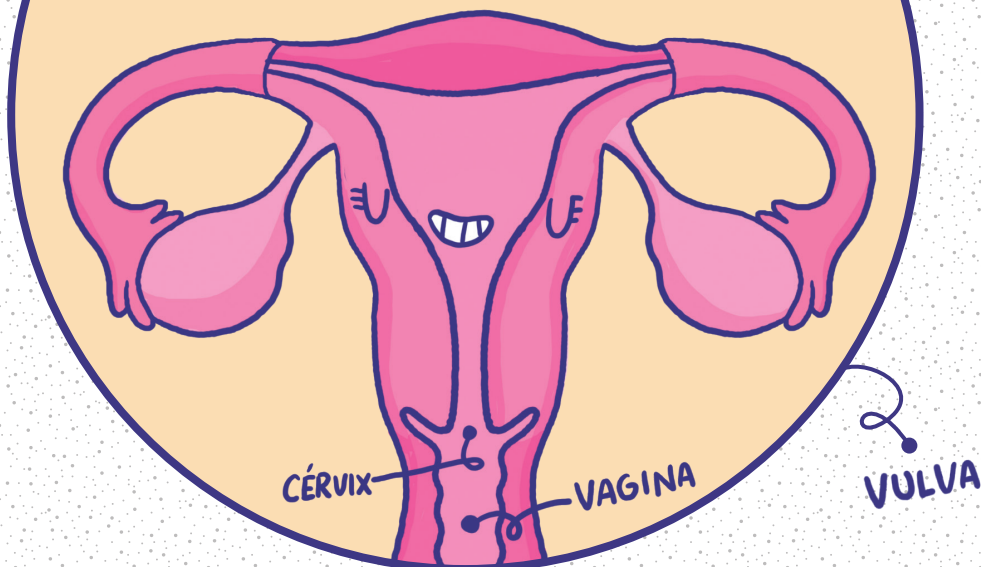
POSIBLEMENTE, PORQUE TODOS LOS CUERPOS SON DISTINTOS

TU * _____ * ES ÚNICA.
inserta aquí la palabra con la que quieras llamarle



NO SE LLAMA "VAGINA"

porque, aunque sea la palabra más utilizada, técnicamente **ésta nada más se refiere a la entrada por la que se llega a tu cérvix y luego al útero.**



* O SEA: ES UN HOYO. LA AUSENCIA
DE ALGO. LA ANTIMATERIA. *

LA NADAAAAAAA

EN CAMBIO, TODO EL
CONJUNTO DE LO QUE TIENES
ENTRE LAS PIERNAS SE LLAMA

VULVA.

ESO INCLUYE

los labios mayores y menores, la
vagina y (redoble de tambores)

NUESTRO ÓRGANO FAVORITO:

¡EL CLÍTORIS!



En los malditos esquemas escolares nada más muestran (si acaso) la partecita que se asoma, el glande, **pero el clítoris se extiende por dentro de la pelvis y es mucho más extenso de lo que comúnmente se cree.**

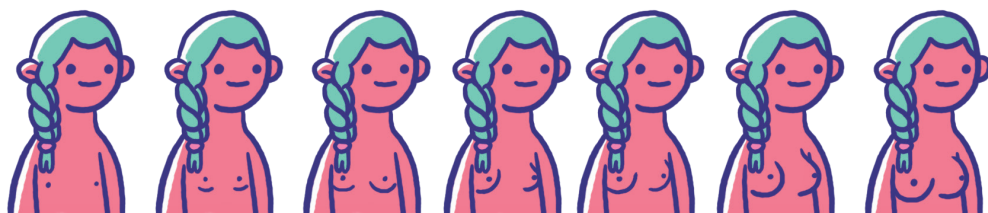
¡Y TIENE MÁS DE 8 MIL TERMINALES NERVIOSAS 100% DEDICADAS AL PLACER!

QUÉ MARAVILLA QUE EXISTA UNA
PARTE DE NUESTRO CUERPO CUYA
Ú-N-I-C-A FUNCIÓN
ES SENTIR RICO.



EN LA **PÁG. 110** VIENE MÁS INFORMACIÓN DE CÓMO CONVIVIR ARMONIOSAMENTE CON TU VULVA Y CON TU CLÍTORIS. Y UN RECORDATORIO DE QUE LOS GENITALES NO NECESARIAMENTE DETERMINAN SI UNA PERSONA ES HOMBRE O MUJER.

CHICHIS



EN LA PUBERTAD, POQUITO A POCO Y MUY DISCRETAMENTE, TUS CHICHIS EMPIEZAN A CRECER, HASTA QUE UN DÍA ESTÁN AHÍ Y TE DICEN:

Hola, ¿cómo estás? ¿Te acuerdas de tu blusa de botones favorita? Le vas a tener que poner seguritos para que no se abra, perdón. También vamos a hacer que se deformen los estampados de las camisetas.

**PERO PODEMOS
SER AMIGAS.**

En la tele, en internet y hasta en los libros de anatomía de la escuela y monografías (**¡todavía hay monografías en el siglo XXI!, ¡qué onda!**), todas las chichis y los pezones son iguales. **Pero en la vida real vienen**

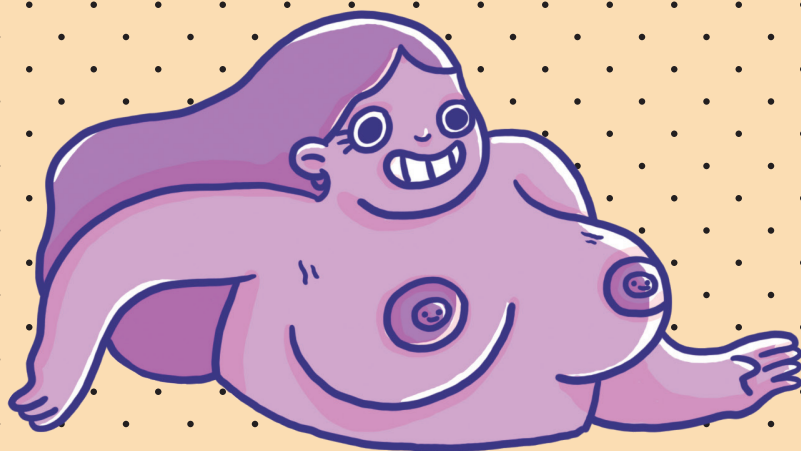
EN TODAS FORMAS Y TAMAÑOS.



LAS CHICHIS TIENEN EL **SUPERPODER**
POTENCIAL DE PRODUCIR LECHE, EN
CASO DE QUE MÁS ADELANTE DECIDAS
TENER HIJOS Y AMAMANTARLOS.

Pero por el momento...





BOOBS JUST WANNA HAVE FUN





¡EL BRASIER!

ESTA PRENDA ES ODIOSA Y UN ALIVIANE AL MISMO TIEMPO.

Por un lado, **evita que las chichis brinquen y bailen y hagan bomborolón**, lo cual puede ser incómodo cuando andas de aquí para allá y/o haces deporte.



También **previene que los pezones se te irriten por el roce con la ropa** (auch), sobre todo cuando hace frío.