

Las 5 preguntas más importantes que tu hija puede preguntar

Toda adolescente tiene preguntas sobre la pubertad. Haz todo lo posible por conversar con ella cuando venga a conversar contigo. Si no puedes conversar en ese preciso momento, asegúrate de decirle que estás feliz y agradecida de que ella desee conversar y planeen la conversación para otro momento. También está bien decir: "No sé, lo averiguaré y hablamos". Puedes acudir a un doctor o investigar, incluso en [always.com](https://www.always.com) para ayudarte a preparar las respuestas. Aquí tienes algunas de las 5 preguntas más importantes sobre la pubertad:

- 1 ¿Qué es la pubertad?
- 2 ¿Qué es el período y por qué lo tenemos?
- 3 ¿Cuándo tendré mi período?
- 4 ¿Por qué me siento tan sentimental?
- 5 ¿Por qué me siento insegura de mí misma?



always[®]

[Always.com](https://www.always.com)



Always Changing y creciendo

AHORRA
\$3

PARA
LOS
PADRES

Ayorando a tu hija durante la pubertad.

El cuerpo de tu hija está cambiando. Quieres brindarle el apoyo y la confianza que necesita. No tienes que hacerlo sola.



always

[Always.com](https://www.always.com)



Ayuda AHORA a tu hija a estar preparada para muchas de sus primeras veces con cupones de ahorro para los mejores productos de Always®.

Ayúdala a estar preparada en la escuela usando protectores diarios y preparen juntas un kit de emergencia para el período que incluya en su mochila toallas en su mochila toallas y ropa interior adicional.



Para obtener más consejos, puedes descargar la Guía completa para padres en pgschoolprograms.com o visita Always.com, en el Twitter o el canal de YouTube de Always.

Ayúdala a sentirse segura

Puedes apoyarla en su viaje a la adolescencia conversándolo de manera abierta y estando preparada con hechos. Revisa estas ideas y recursos para continuar la conversación con confianza.

Sé sincera: Mantén conversaciones naturales y con frecuencia para que las líneas de comunicación permanezcan abiertas a medida que madura. Comparte tus historias personales para crear conexión. Visita always.com para obtener más consejos e ideas sobre temas para conversar.

Prepárate: Realiza investigaciones y prepárate para las preguntas que ella pueda tener. También puedes acercarte a la tienda y determinar cuáles pudieran ser los productos adecuados para ella cuando esté lista. Podría ser útil tener algunos listos para ella.

Sé ingeniosa: Si tu hija adolescente necesita más información, sugiérele que vea los videos de BeingGirl en YouTube en www.youtube.com/BeingGirl. Ella puede ver los videos de "The Period Diaries" (el Diario sobre el período) para entender su cuerpo y los cambios emocionales, mientras se prepara para su primer periodo.

Las toallas Always Radiant™ para adolescentes le darán la protección que necesita y una seguridad que amarás. Con hasta 8 horas de absorción, estas toallas duran más que un día de escuela.

