

¿Por qué mi hermana tiene la regla?



Capítulo 1: Algo diferente en casa

David notó algo extraño en casa. Su hermana Joana parecía diferente últimamente.

A veces estaba más cansada y otras veces se enfadaba por pequeñas cosas. También había visto a mamá comprando cosas nuevas en el supermercado.



Era sábado por la mañana cuando David decidió preguntarle a Joana qué le pasaba. La encontró en el sofá con una manta, viendo la televisión. 'Joana, ¿estás enferma?' le preguntó preocupado.

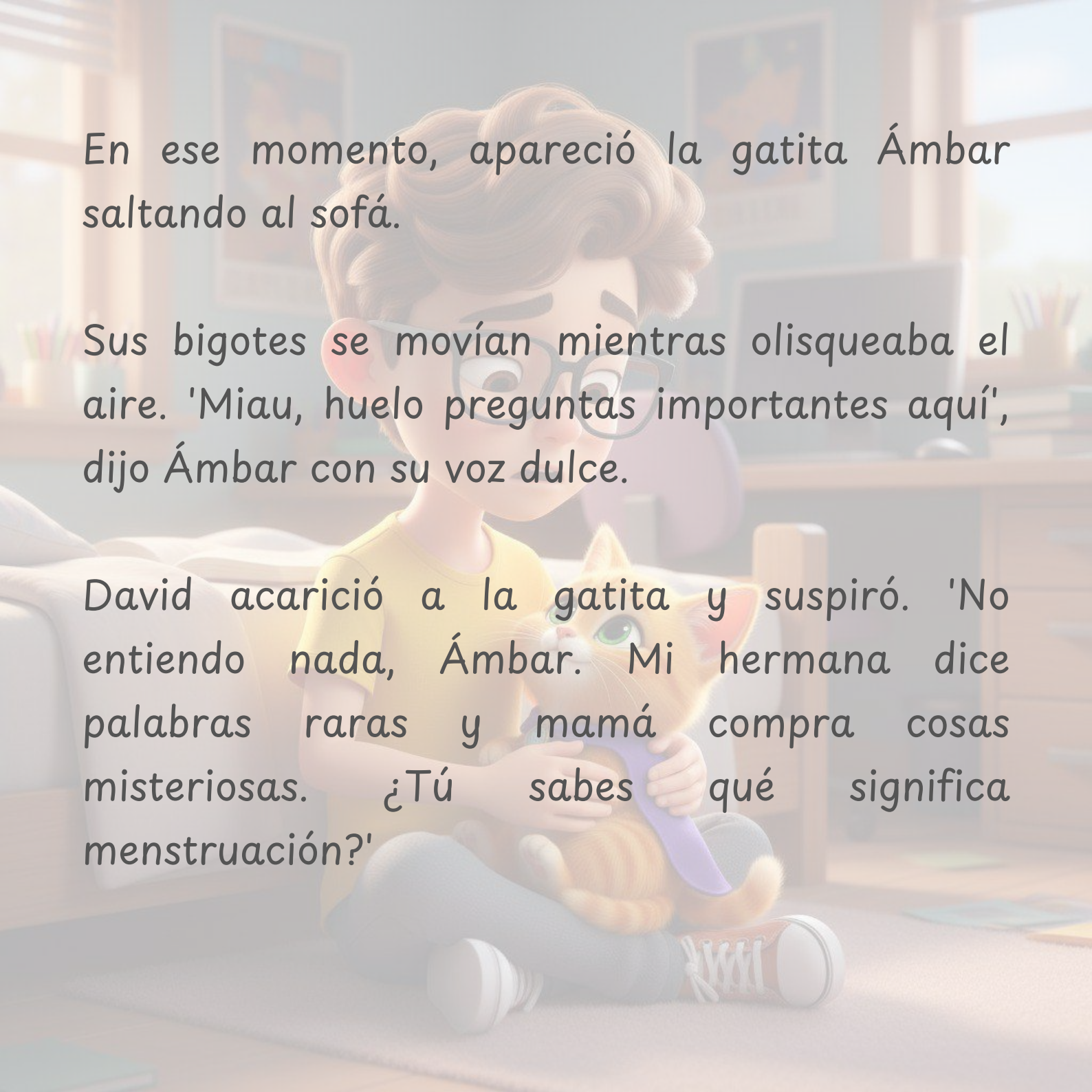
Su hermana sonrió y le hizo un gesto para que se sentara a su lado. 'No estoy enferma, David.

Es algo normal que les pasa a las chicas cuando crecemos', explicó Joana con paciencia.



David frunció el ceño, confundido. No entendía a qué se refería su hermana. '¿Algo normal? ¿Como cuando nos salen los dientes?' preguntó curioso.

Joana se rio suavemente. 'Es parecido, pero diferente. Se llama menstruación', respondió. David nunca había escuchado esa palabra tan larga antes en su vida.



En ese momento, apareció la gatita Ámbar saltando al sofá.

Sus bigotes se movían mientras olisqueaba el aire. 'Miau, huelo preguntas importantes aquí', dijo Ámbar con su voz dulce.

David acarició a la gatita y suspiró. 'No entiendo nada, Ámbar. Mi hermana dice palabras raras y mamá compra cosas misteriosas. ¿Tú sabes qué significa menstruación?'

Ámbar se acurrucó entre los dos hermanos y comenzó a ronronear suavemente. 'La menstruación es parte de crecer, como cuando a ti te cambió la voz el año pasado', explicó la gatita sabia.

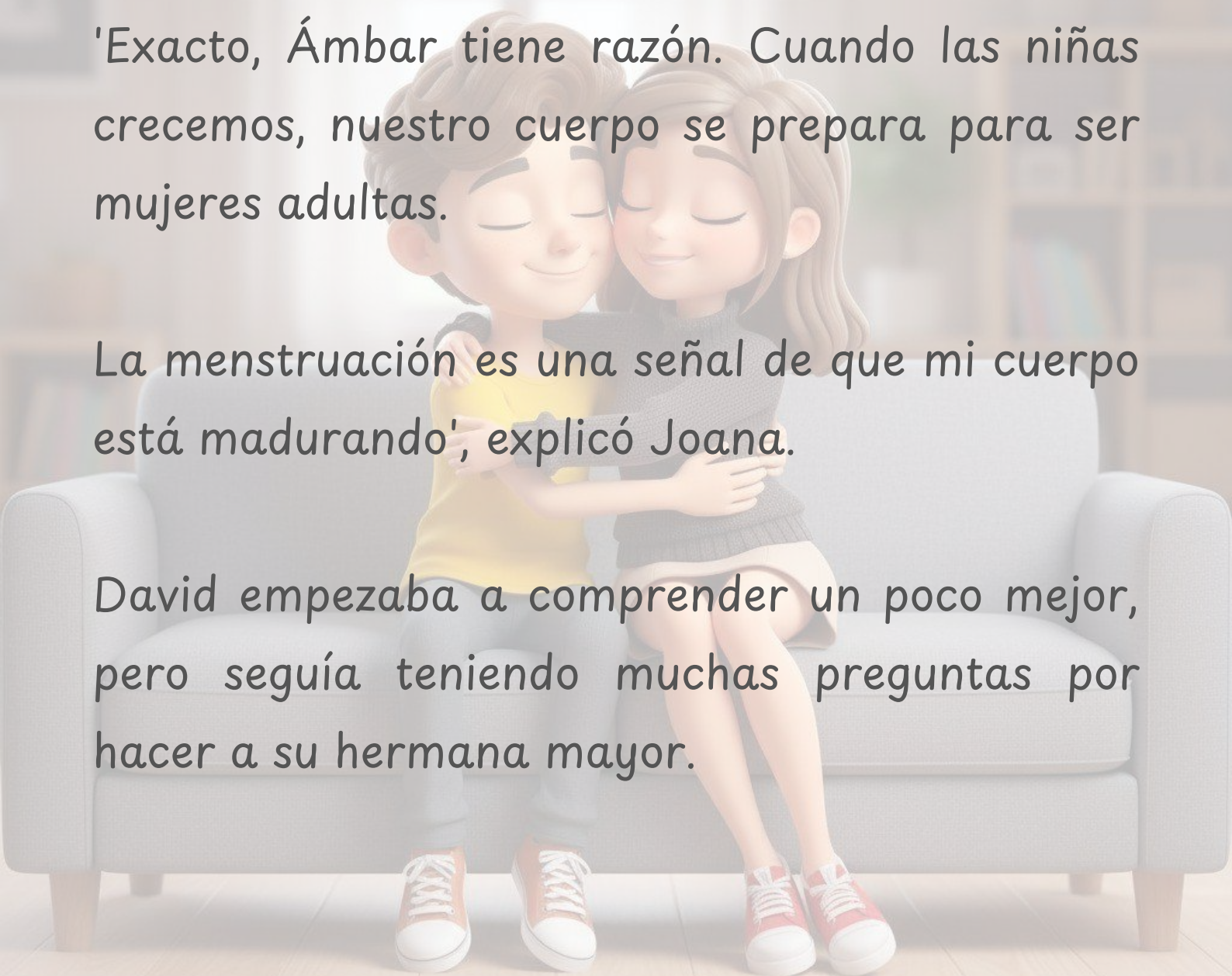
David recordó cuando su voz se volvió más grave y se sintió extraño durante semanas.



Joana asintió y abrazó a su hermano pequeño. 'Exacto, Ámbar tiene razón. Cuando las niñas crecemos, nuestro cuerpo se prepara para ser mujeres adultas.

La menstruación es una señal de que mi cuerpo está madurando', explicó Joana.

David empezaba a comprender un poco mejor, pero seguía teniendo muchas preguntas por hacer a su hermana mayor.

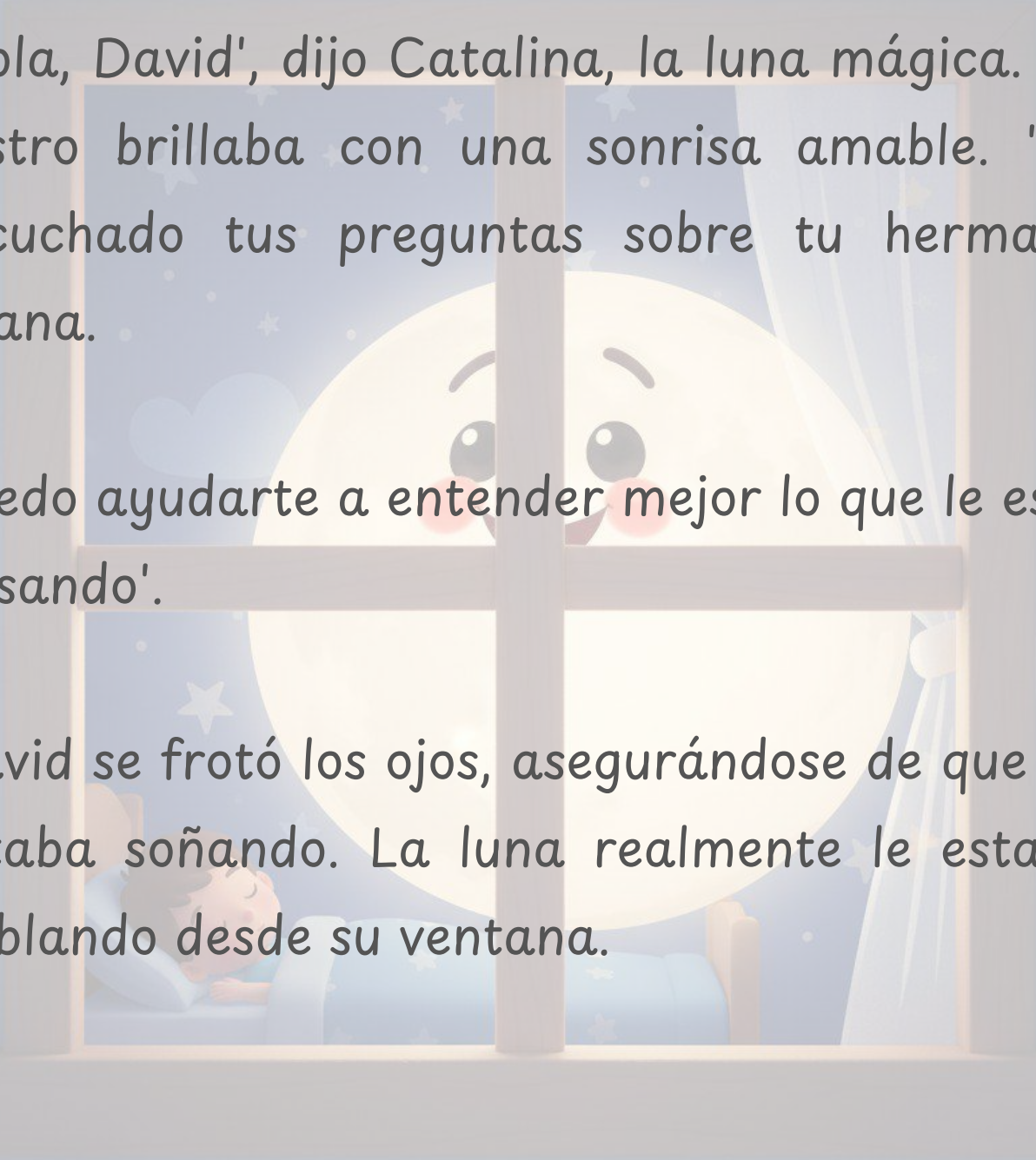


Capítulo 2: La luna de cada mes

Esa noche, David no podía dormir pensando en todo lo que había aprendido.

Miró por la ventana y vio la luna llena brillando en el cielo oscuro. De repente, una voz suave le susurró desde arriba.





'Hola, David', dijo Catalina, la luna mágica. Su rostro brillaba con una sonrisa amable. 'He escuchado tus preguntas sobre tu hermana Joana.

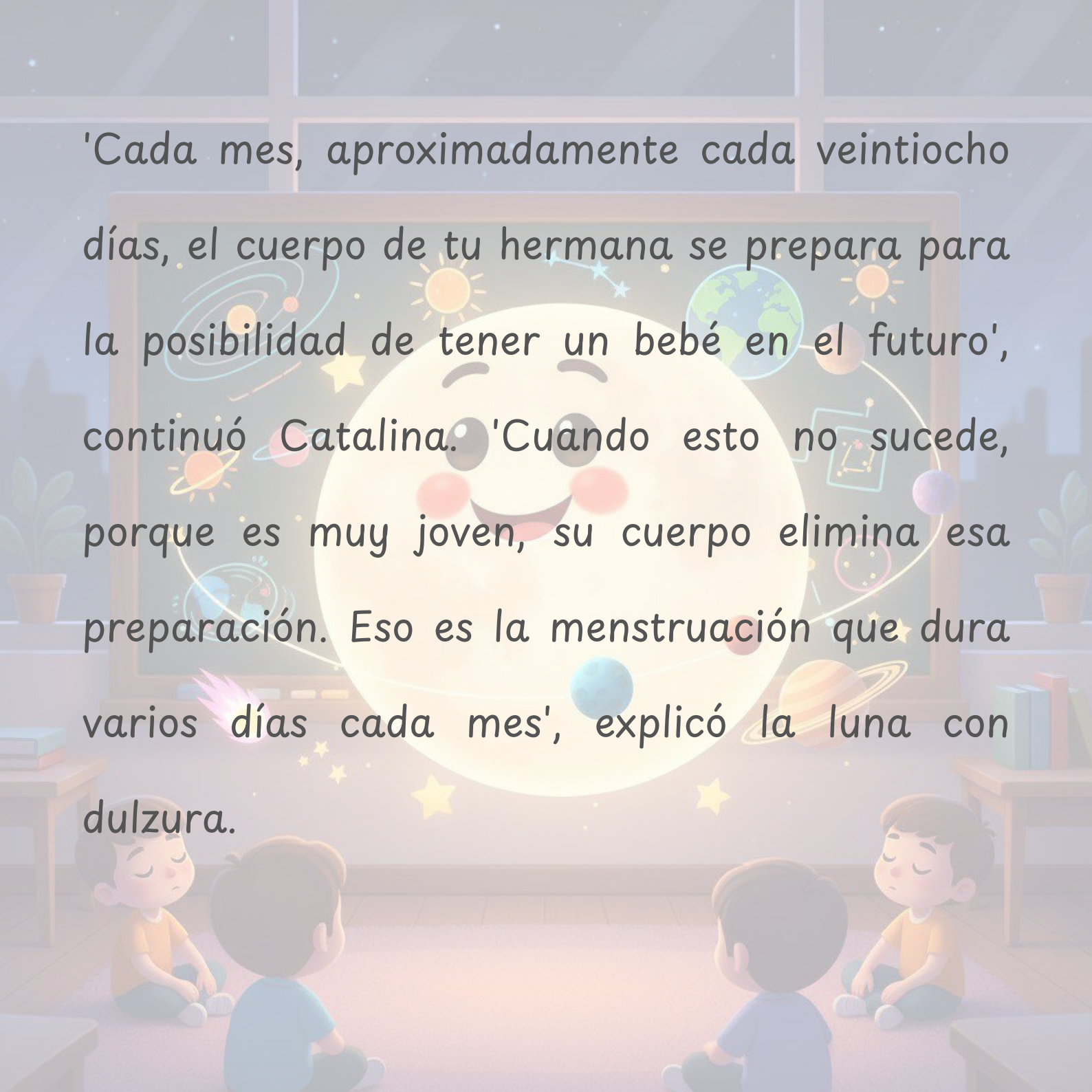
Puedo ayudarte a entender mejor lo que le está pasando'.

David se frotó los ojos, asegurándose de que no estaba soñando. La luna realmente le estaba hablando desde su ventana.



'Verás, David, igual que yo aparezco cada mes en el cielo, el cuerpo de las mujeres también tiene un ciclo mensual', explicó Catalina pacientemente.

Sus rayos plateados iluminaban suavemente la habitación. David se acercó más a la ventana, fascinado por las palabras de la luna sabia.



'Cada mes, aproximadamente cada veintiocho días, el cuerpo de tu hermana se prepara para la posibilidad de tener un bebé en el futuro', continuó Catalina. 'Cuando esto no sucede, porque es muy joven, su cuerpo elimina esa preparación. Eso es la menstruación que dura varios días cada mes', explicó la luna con dulzura.

David asintió lentamente, empezando a comprender mejor. 'Entonces, ¿es como cuando tú cambias de forma cada noche hasta desaparecer y luego vuelves?' preguntó inteligentemente.

Catalina brilló más fuerte, orgullosa de la comparación. 'Exactamente, David. Es un ciclo natural que se repite', confirmó la luna sonriente.



'Pero a veces Joana parece triste o se enfada fácilmente', comentó David preocupado por su hermana.

Catalina asintió comprensiva. 'Durante la menstruación, las hormonas de las mujeres cambian. Esto puede hacer que se sientan más sensibles o cansadas.

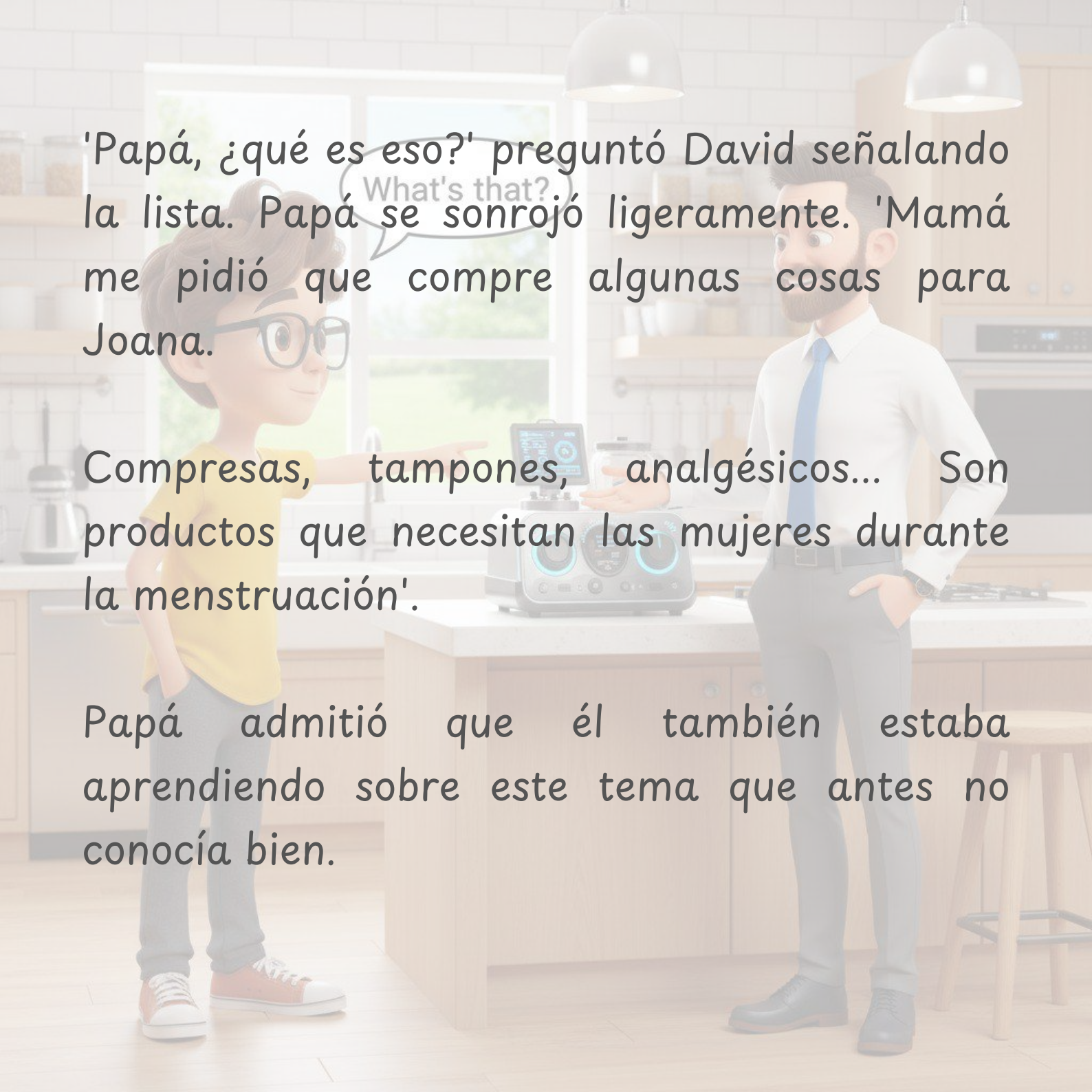
Es completamente normal y temporal. Tu hermana necesita comprensión y cariño extra esos días.'

Capítulo 3: Papá también aprende

A la mañana siguiente, David encontró a su papá en la cocina preparando el desayuno.

Parecía un poco nervioso mientras miraba una lista de la compra que tenía muchas palabras que David no conocía.





'Papá, ¿qué es eso?' preguntó David señalando la lista. Papá se sonrojó ligeramente. 'Mamá me pidió que compre algunas cosas para Joana.

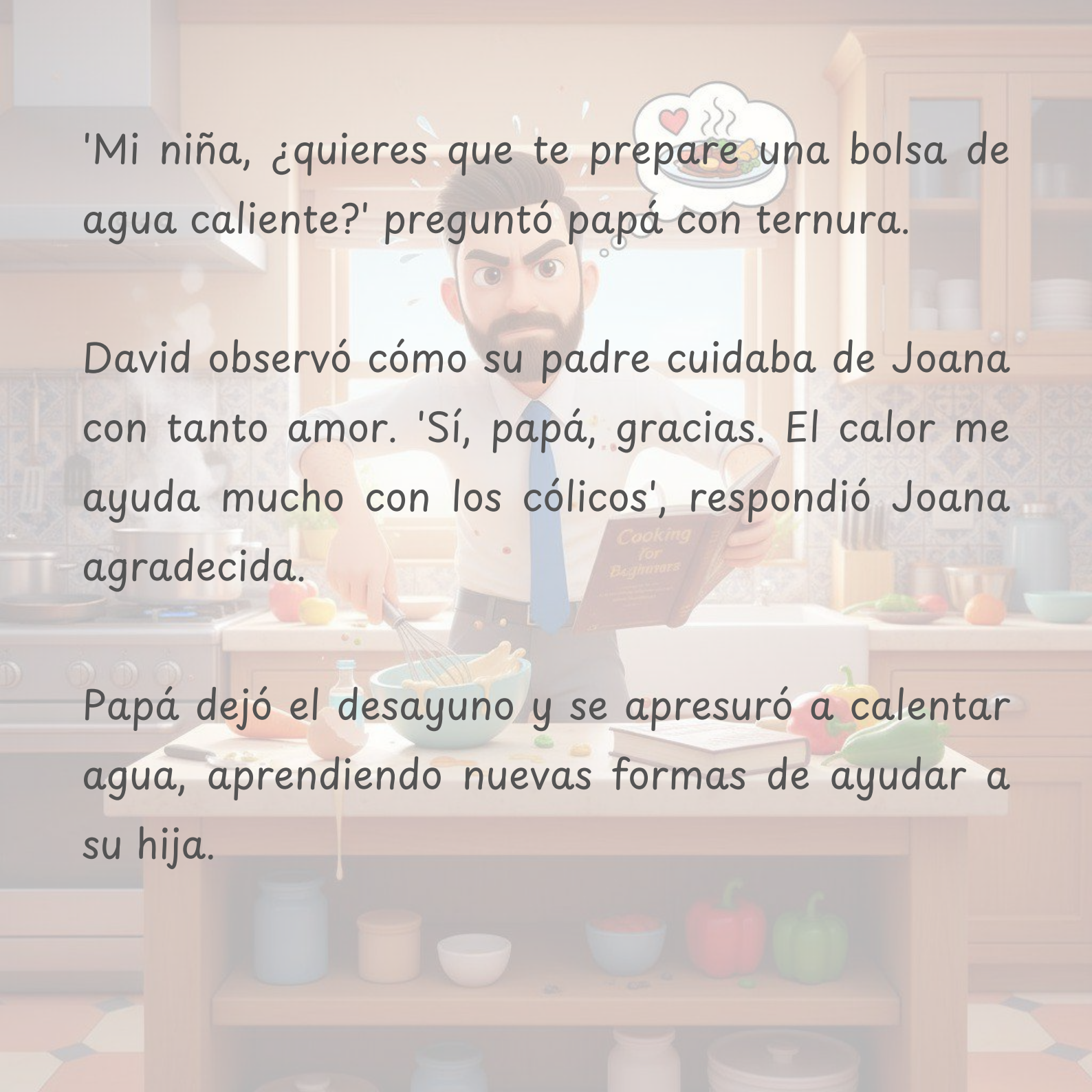
Compresas, tampones, analgésicos... Son productos que necesitan las mujeres durante la menstruación'.

Papá admitió que él también estaba aprendiendo sobre este tema que antes no conocía bien.



En ese momento, Joana entró en la cocina quejándose de dolor de barriga. Se sentó despacio en una silla y suspiró. 'Me duele mucho hoy', murmuró.

Papá inmediatamente dejó lo que estaba haciendo y se acercó preocupado a su hija mayor.

A man with a beard and a white shirt with a blue tie is in a kitchen. He is holding a whisk over a bowl of food and a book titled 'Cooking for Beginners'. A thought bubble above his head shows a bowl of food with a heart and steam. The kitchen has a stove, a sink, and various kitchen items on the counter and shelves.

'Mi niña, ¿quieres que te prepare una bolsa de agua caliente?' preguntó papá con ternura.

David observó cómo su padre cuidaba de Joana con tanto amor. 'Sí, papá, gracias. El calor me ayuda mucho con los cólicos', respondió Joana agradecida.

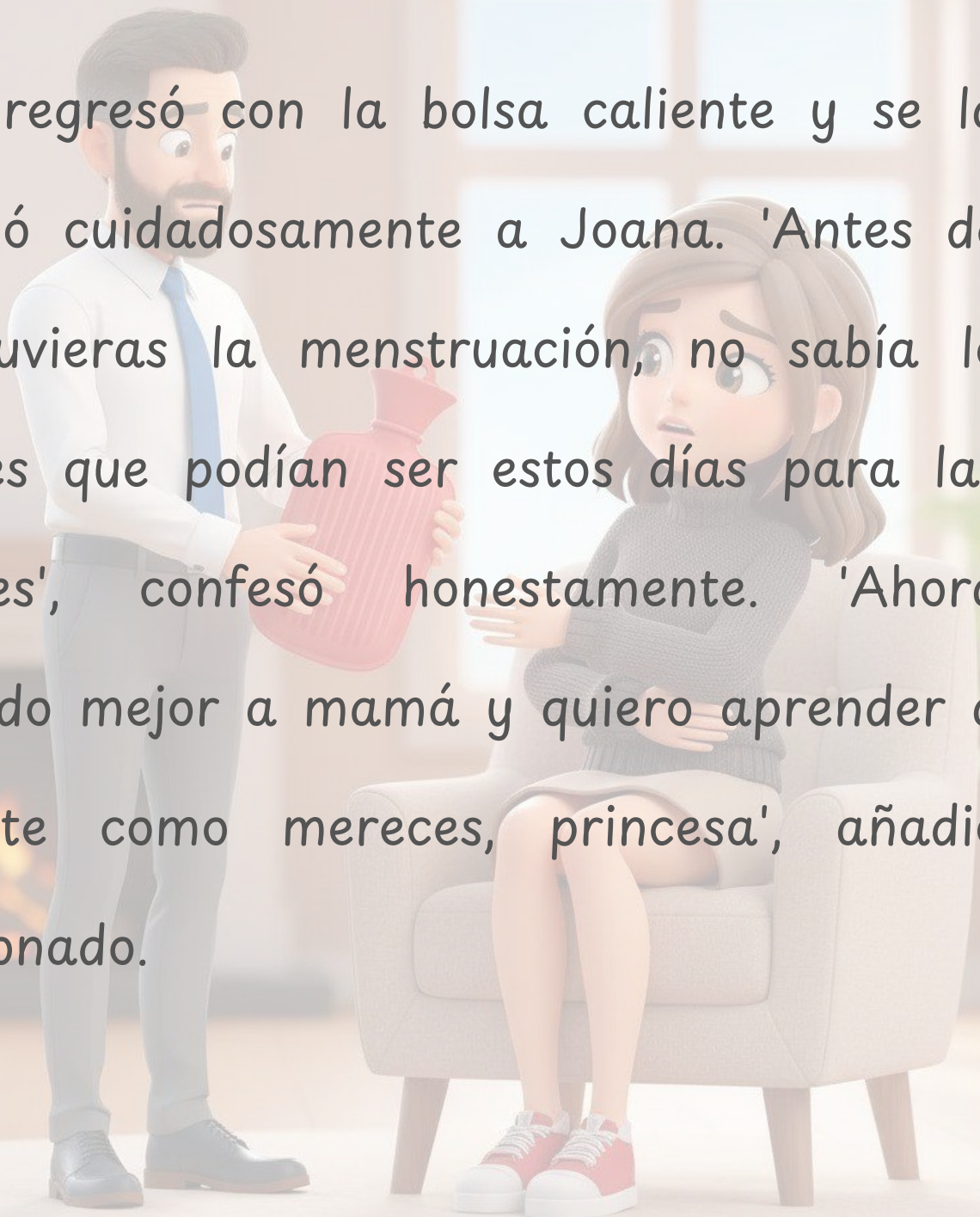
Papá dejó el desayuno y se apresuró a calentar agua, aprendiendo nuevas formas de ayudar a su hija.

Mientras papá preparaba la bolsa caliente, llegó la pequeña Laura saltando alegremente. 'Buenos días familia', cantó con su vocecita alegre.

David la abrazó y le susurró: 'Laura, cuando seas mayor como Joana, también tendrás la menstruación'. Laura asintió curiosa, aceptando la información con naturalidad infantil.



Papá regresó con la bolsa caliente y se la entregó cuidadosamente a Joana. 'Antes de que tuvieras la menstruación, no sabía lo difíciles que podían ser estos días para las mujeres', confesó honestamente. 'Ahora entiendo mejor a mamá y quiero aprender a cuidarte como mereces, princesa', añadió emocionado.

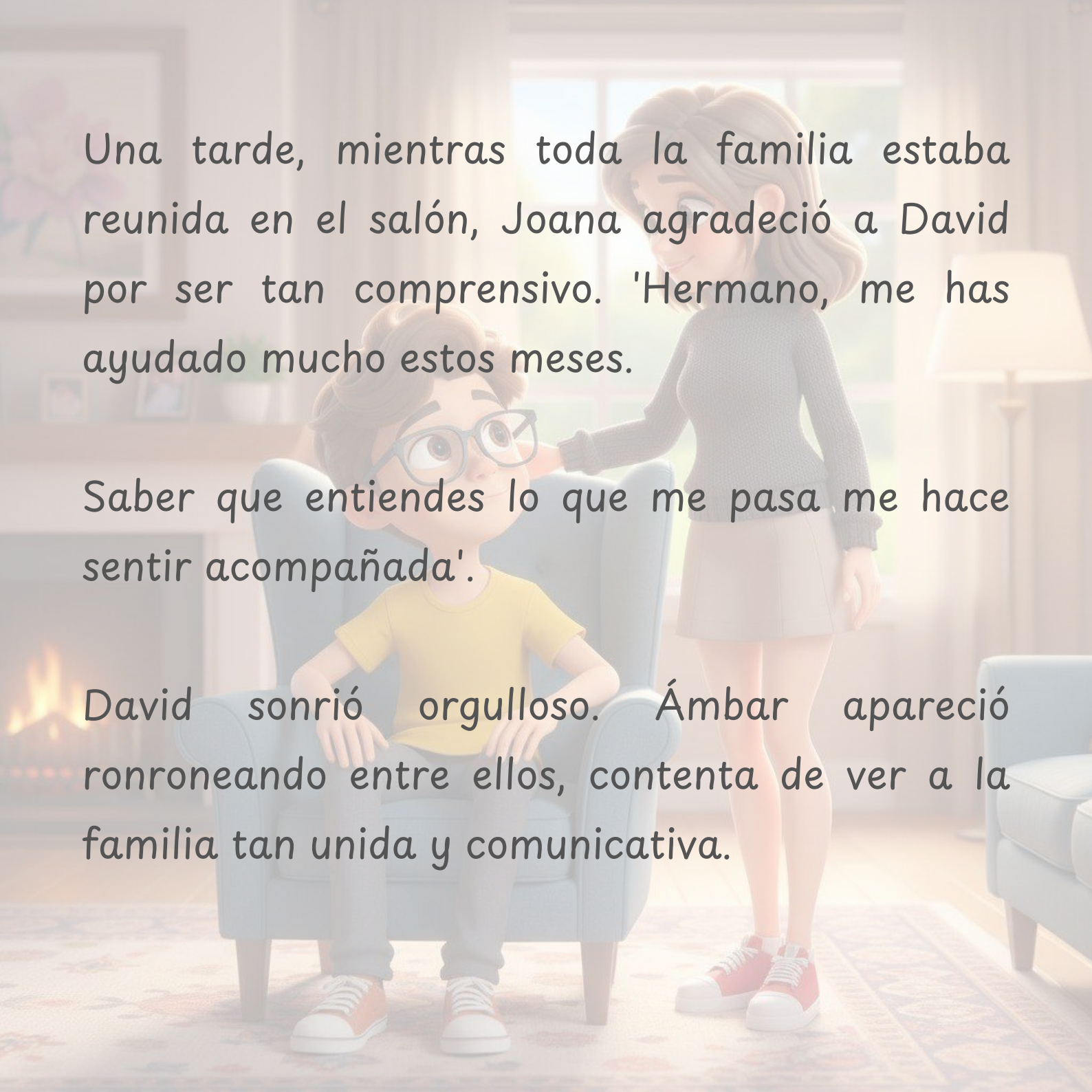


Capítulo 4: Una familia que se entiende

Unas semanas después, David ya no se preocupaba cuando Joana tenía su periodo.

Había aprendido a ser más comprensivo y paciente con su hermana. Incluso ayudaba a mamá a preparar infusiones relajantes para Joana.





Una tarde, mientras toda la familia estaba reunida en el salón, Joana agradeció a David por ser tan comprensivo. 'Hermano, me has ayudado mucho estos meses.

Saber que entiendes lo que me pasa me hace sentir acompañada'.

David sonrió orgulloso. Ámbar apareció ronroneando entre ellos, contenta de ver a la familia tan unida y comunicativa.

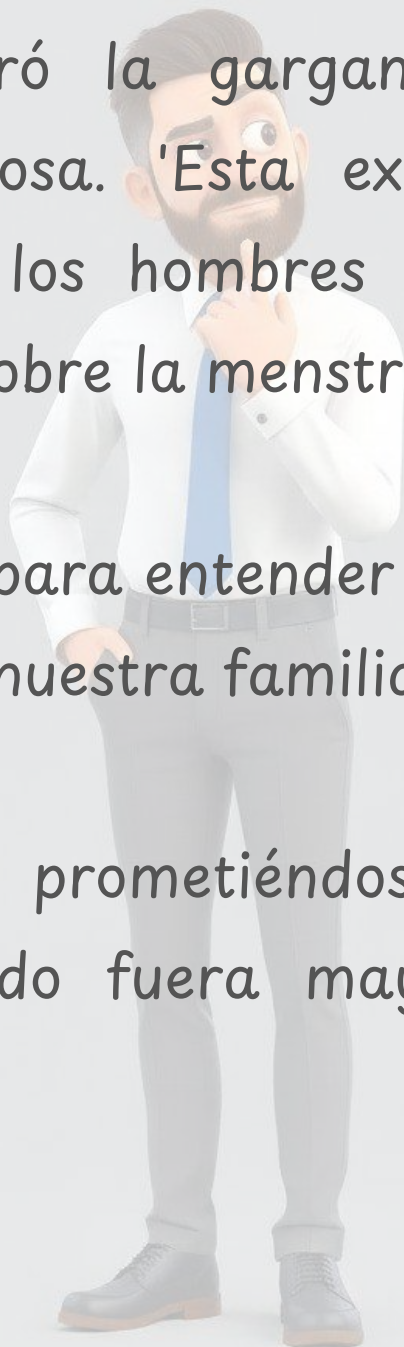


Mamá abrazó a sus hijos y sonrió con ternura. 'Es hermoso ver cómo habéis aprendido a hablar de estos temas con naturalidad', dijo emocionada. Laura, desde el suelo donde jugaba, levantó la mano como en el colegio. '¡Yo también quiero aprender más!'

Papá se aclaró la garganta y habló con seriedad cariñosa. 'Esta experiencia me ha enseñado que los hombres también tenemos que aprender sobre la menstruación.

Es importante para entender y ayudar mejor a las mujeres de nuestra familia'.

David asintió, prometiéndose recordar esas palabras cuando fuera mayor y tuviera su propia familia.



Esa noche, Catalina volvió a visitarlos desde el cielo nocturno. Su luz plateada iluminó la ventana mientras les susurraba: 'Habéis aprendido algo muy valioso.

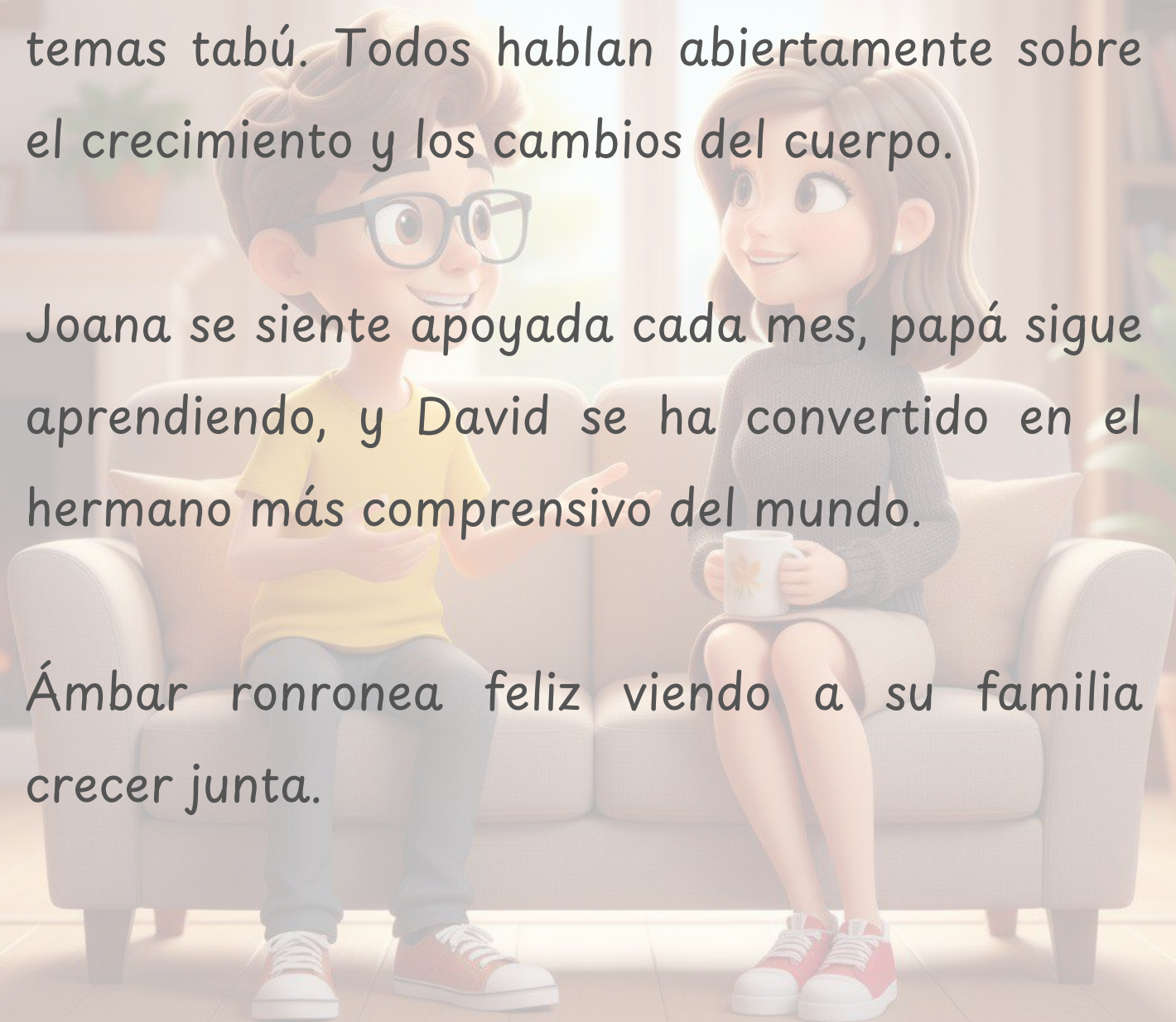
La comunicación en familia hace que todos crezcan y se entiendan mejor'. David se sintió orgulloso de su familia y su nuevo conocimiento.



Desde entonces, en casa de David ya no hay temas tabú. Todos hablan abiertamente sobre el crecimiento y los cambios del cuerpo.

Joana se siente apoyada cada mes, papá sigue aprendiendo, y David se ha convertido en el hermano más comprensivo del mundo.

Ámbar ronronea feliz viendo a su familia crecer junta.





@cuentosland_ia



info@cuentoslandia.com



© 2026 Cuentoslandia

