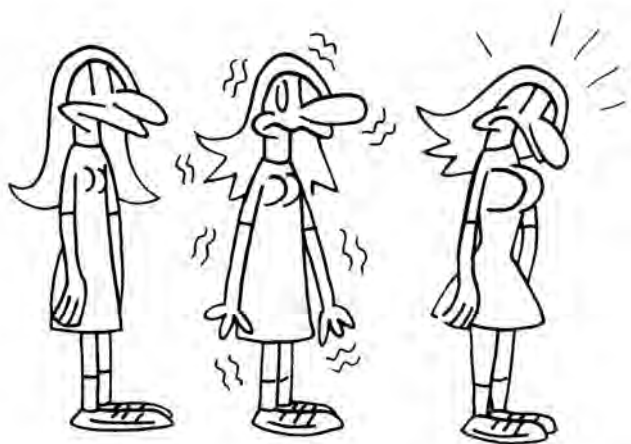


O Corpo das Garotas



Bate-papo com

Jairo Bouer

O Corpo das Garotas

Ilustrações de Adão Iturrusgarai

5ª impressão



© 2005 Jairo Bouer

<i>Diretor editorial</i>	Marcelo Duarte
<i>Coordenadora editorial</i>	Tatiana Fulas
<i>Assistente editorial</i>	Vanessa Sayuri Sawada Juliana Paula de Souza
<i>Assistente de arte</i>	Alex Yamaki
<i>Projeto gráfico e Edição de arte</i>	A+ comunicação
<i>Ilustrações técnicas</i>	Fábio Sgroi
<i>Preparação de texto</i>	Ana Maria Barbosa
<i>Revisão de texto</i>	Telma B. Gonçalves Dias Alessandra Miranda de Sá Cristiane Goulart
<i>Colaboração</i>	Alexandra Fonseca Ana Paula Corradini Fernanda Wendel
<i>Consultoria</i>	Dra. Daniela S. Castellotti. Mestre em ginecologia pela Unifesp, especialista em Reprodução Humana e Infanto-puberal, médica assistente do Instituto Paulista de Ginecologia e Obstetria (daniella@ipgo.com.br) Rua Abílio Soares, 1125 - São Paulo - SP
<i>Impressão</i>	Corprint

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Bouer, Jairo

O Corpo das Garotas / Jairo Bouer.

-- 1. ed. -- São Paulo : Editora Panda, 2004. 92 pp.

ISBN: 978-85-87537-74-4

1. Adolescentes (Garotas) - Crescimento
2. Adolescentes (Garotas) - Fisiologia - Literatura infantojuvenil
3. Puberdade - Literatura infantojuvenil

I. Título

04-4722

CDD-028.5

Índices para catálogo sistemático:

1. Garotas : Puberdade : Literatura infantojuvenil 028.5
2. Puberdade : Garotas : Literatura infantojuvenil 028.5

2010

Todos os direitos reservados à Panda Books

Um selo da Editora Original Ltda.

Rua Henrique Schaumann, 286, cj. 41

05413-010 - São Paulo - SP

Tel./ Fax: (11) 3088-8444

edoriginal@pandabooks.com.br

www.pandabooks.com.br

twitter.com/pandabooks

blog.pandabooks.com.br

Visite também nossa página no Facebook e no Orkut.

S U M Á R I O

Tempo de mudanças, 6

1. O que é o quê?, 9
 2. O que está acontecendo?, 19
 3. Os seios começam a crescer, 23
 4. Chá de bambu, 33
 5. Invasão dos pelos, 37
 6. Adeus pele de pêssigo!, 45
 7. Menstruação: ihh... chegou pra mim!, 51
 8. A assombrosa TPM, 59
 9. Hora de escolher o absorvente, 67
 10. Ginecologista
não é bicho-papão, 79
 11. Toques finais, 88
- Sobre o autor, 91

Tempo de



Uma garota morre de vergonha porque se sente superalta, mas seus seios ainda não cresceram. Outra foge todo mês da aula de educação física porque tem medo que os meninos descubram que está menstruada. Uma terceira acha que seu quadril é muito largo e não sai de casa sem um casaco amar-

rado na cintura. Você já ouviu histórias parecidas na sua escola ou entre as suas amigas? Pior? Você vive uma dessas histórias na própria pele? Se isto serve de consolo, tranquilize-se: este não é um privilégio seu – nem das suas amigas.

Toda garota passa por um período em que parece que o mundo fica de cabeça para baixo: de uma hora para outra, o corpo começa a mudar sem muita explicação, e raramente é do jeito que se gostaria que fosse. Algumas coisas crescem demais; outras, de menos. A menstruação vem muito cedo ou demora uma eternidade para dar o ar da graça. A pele lisinha começa a ser invadida por cravos e espinhas, e seus pelos (aqueles que você nem percebia que tinha) parecem tomar conta das suas pernas. Isso sem contar as

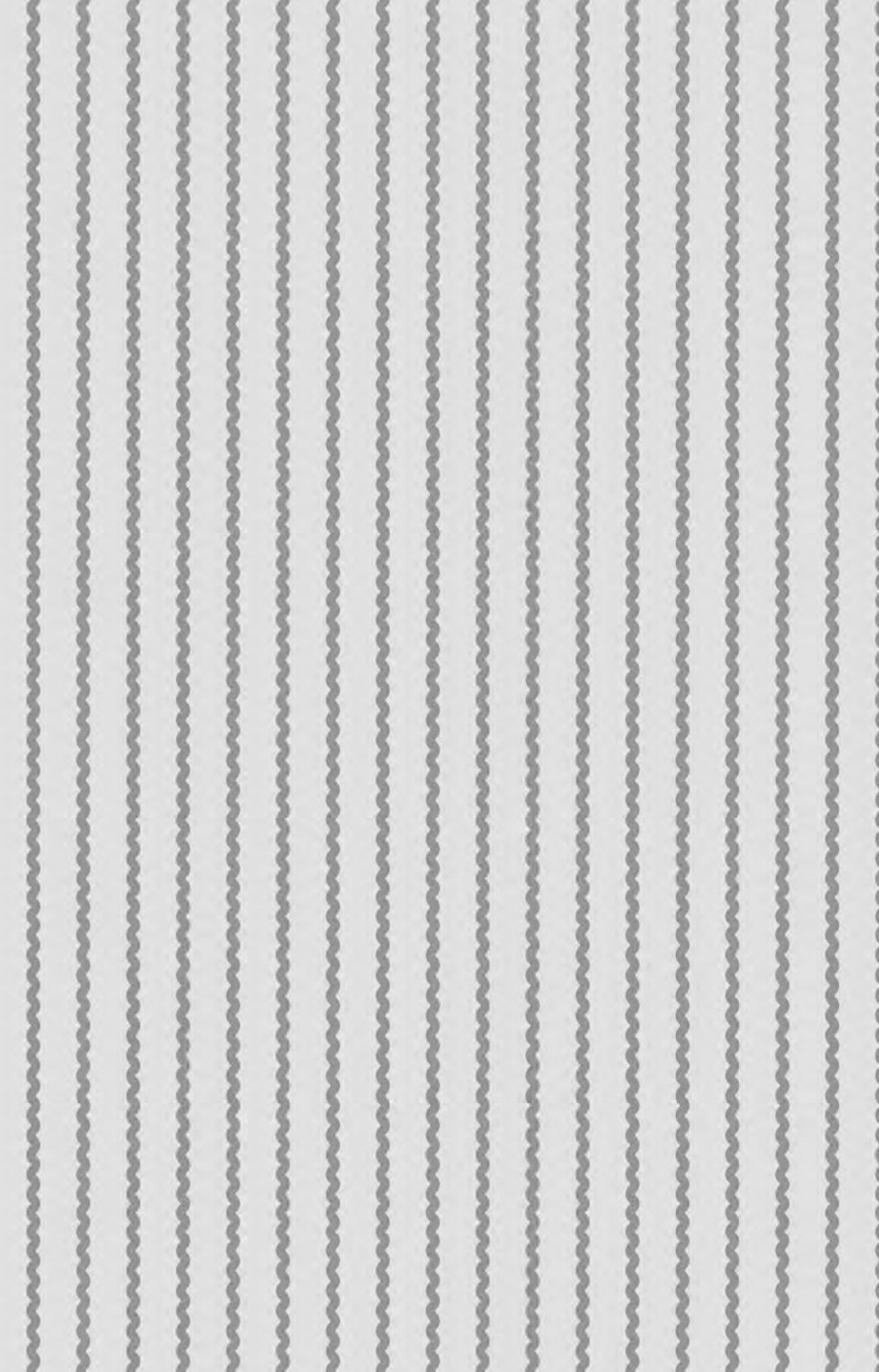
Mais cedo
ou mais tarde,
o corpo acaba
entrando num acordo
e as coisas chegam
a um equilíbrio
razoável.

mudanças

possíveis estrias, o cabelo oleoso demais, o suor que parece ter o cheiro mais forte do mundo...

Apesar de soar como mentira, acredite: nada disso é motivo para pânico e, tenha certeza, vai passar. Mais cedo ou mais tarde, o corpo acaba entrando num acordo e as coisas chegam a um equilíbrio razoável. Mas, até lá, a dica é tentar não se preocupar tanto e aprender mais sobre o que está acontecendo com o seu organismo. Quanto mais você entender como funciona o seu corpo, menos grilos vão aparecer por aí. Já que as mudanças não vêm com um manual de instruções, este livro tenta dar um apoio para que você passe por este turbilhão de novidades de forma um pouco mais tranquila.

Jairo Bouer



CAPÍTULO 1

O que é o quê?

Onde fica o clitóris?

Qual é a diferença
entre os grandes e os
pequenos lábios?

Qual é o tamanho
do útero?

Saiba mais sobre as
partes do seu corpo
que acabam de entrar
em ação.



Uma viagem por seu corpo

Para entender como funciona o turbilhão de mudanças que vem com a adolescência, o primeiro passo é conhecer o próprio corpo. Neste sentido, os meninos levam vantagem sobre as meninas: pela própria anatomia masculina, é muito mais fácil para eles enxergarem os seus órgãos sexuais externos. Resultado: os garotos sabem muito bem onde está o pênis, o que são os testículos... Já a maioria das garotas sabe que tem uma vagina, grandes e pequenos lábios, um clitóris... Mas quantas realmente têm conhecimento sobre onde está tudo isso?

Alguns órgãos sexuais, por estarem no interior do corpo, não podem ser vistos a olho nu. São os chamados órgãos sexuais internos – é o caso dos ovários, do útero e das tubas uterinas. Porém, os órgãos externos podem ser conhecidos com a ajuda de um espelho. E essa não é uma má ideia! Que tal se, antes de continuar a ler, você desse uma olhada geral no seu corpo para saber melhor do que vamos falar daqui para a frente?

Se você se sentar com as pernas afastadas e posicionar um espelhinho entre elas, poderá ver os grandes lábios, os pequenos lábios, o clitóris e a vagina – esse conjunto todo se chama vulva.