

# jedna

## ♦ JAK FUNGUJE NAŠE TĚLO ♦

Vítej na stránkách *Teorie ženského třesku!* Představ si, že vystupuješ z elegantní limuzíny (nebo SUV, pokud je to tvůj styl) na okázalý červený koberec. Po obou stranách stojí spousta lidí a ve vzduchu je cítit vzrušení. Všichni se tu sešli kvůli knize, kterou držíš v rukou: *Teorie ženského třesku*. Prozkoumáme společně vše, co se týká ženství a nejlepší bude, když začneme uvnitř (postupně se pak dostaneme na povrch). Do vínku ti bylo dáno narodit se v ženském těle, a to je nyní tvou vstupenkou do této kapitoly. Na naší úžasné společenské akci patříš už teď mezi VIP hosty. Budeme si povídat o tom, čím je ženské tělo výjimečné, jaké změny můžeš očekávat, až se z tebe bude stávat žena, a jak udržovat své tělo silné a zdravé, abys byla vnitřně připravena na startovní čáře a mohla se stát silnou, chytrou a úžasnou.

### Když dívka dospívá

Když se narodí holčička nebo chlapeček, jsou si ve skutečnosti hodně podobní – tedy až na to, v čem se odlišují od pasu dolů.

A dost podobně vypadají ještě nějakou dobu potom. Někdy mezi 9. a 16. rokem pak ale přijde období, kterému se říká puberta.

Co to ta puberta vlastně je? Puberta je období, kdy se naše tělo a mozek začínají měnit. Pro dívky to znamená fyzický a chemický proces, který označujeme jako dospívání. Začínají nám růst prsa a naše boky mohou být širší a „žensštější“. Začínají nám růst chloupky na místech, kde předtím žádné nebyly a mohou se objevit první pupínky. I naše emoce se nám teď zdají být mnohem silnější než kdy předtím.

U některých dívek k těmto změnám dochází poměrně brzy. U jiných to trvá mnohem déle. Někdy se může stát, že na sobě začneš pozorovat změny, ale potom jako by se vše zastavilo. Některé z vás mohou navíc patřit ke skupině takzvaných opozdileců (což byl i můj případ), a to se pak podivujete nad tím, zda vůbec někdy dospějete a podaří se vám dohnat ostatní holky! Dospívání neprobíhá podle přesného časového plánu a neexistuje žádný „správný“ čas, kdy by takové změny měly přijít. Je to tak trochu hra na čekanou.

Jak k tomu tedy nakonec dojde? Máme snad v našem těle jakýsi neviditelný časovač, který začne odpočítávat od okamžiku našeho narození, a když daný čas vyprší – BUM! – z dívky se rázem stane žena? Nebo tu nad námi bdí někdo, kdo na nás v okamžiku, kdy nastane ten správný čas, ukáže obřím kouzelným prstem a my se začneme měnit? Co se vlastně stane, že se naše tělo změní?

