

# EL ÚLTIMO ESTIRÓN

¿Hasta cuándo  
voy a dejar  
de crecer?

¿Qué cambios  
le esperan a  
mi cuerpo?

NICO

Majo


LA ÚLTIMA ETAPA DE CRECIMIENTO.  
POR LO GENERAL...

inicia a los  
9 años en las  
mujeres... (1)

...y a los 11 en  
los hombres.  
(1)

Notarás, entre  
otras cosas, que  
aumentarás de talla.  
(4)

ESTA ETAPA INICIA Y TERMINA  
ANTES EN LAS MUJERES. (4)

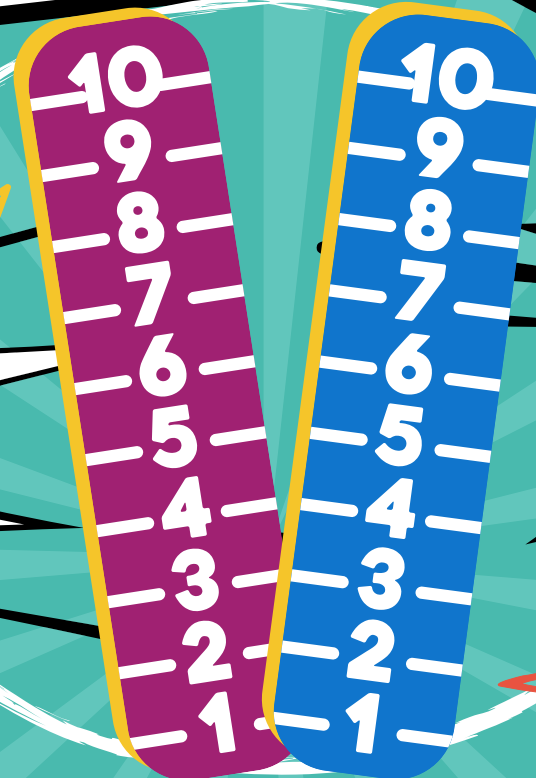


puede ser que notes cambios que parezcan un poco raros, pero no te espantes, ¡a todas nos pasa lo mismo! No dejes de visitar a tu pediatra. (s)


Los hombres también tendremos cambios que te pueden parecer raros, pero es normal. Recuerda siempre preguntar todas tus dudas a tu pediatra. (s)

### ¿CUÁNTO CRECEMOS DURANTE ESTE ÚLTIMO ESTIRÓN?

Una mujer crece aproximadamente 9 cm por año, durante esta etapa, es decir, 25 cm en total. (s)




y un hombre crece en promedio 10 cm por año, durante esta etapa, con un total de 28 cm aproximadamente. (s)




Si notas que algo no está bien,  
por **mínimo** que sea, **acude**  
a tu **pediatra**.



Sólo él puede **recomendarte**  
el **mejor tratamiento**.  
**¡visítalo cada año!**



¡Ah! y lo más **seguro** es que  
tengas que **empezar a usar**  
**desodorante**. (3)



¡y que tu voz **empiece**  
a **cambiar!** (2)