



Nombre del alumno:

Polet Berenice Recinos Gordillo

Nombre del profesor:

Lic.Lubdi Isabel Ortiz.

Licenciatura:

Enfermería "3"er cuatrimestre.

Materia:

Enfermería en el cuidado de la mujer.

Nombre del trabajo:

Ensayo del tema: **ADOLESCENCIA EN LA MUJER**
CAMBIOS FÍSICOS DE LA MUJER

"Ciencia y Conocimiento"

Frontera Comalapa, Chiapas a 8 octubre del 2020

INTRODUCCION

La adolescencia es una de las etapas más lindas para una chica y la transición que ocurre en ella para convertirse en mujer durante esta, es aún más hermosa, está llena de cambios tanto físicos como mentales que nos hace ser mejores, más maduras y los cambios físicos son variados, es este ensayo hablare un poco más sobre este tema y como funciona según las bases de la biología humana.

Agradezco su tiempo y el esfuerzo que nos brinda al enseñarnos a pesar de las circunstancias, gracias y espero que este ensayo sea de su agrado.

“ADOLESCENCIA EN LA MUJER Y CAMBIOS FÍSICOS DE LA MUJER”

¿Qué es la adolescencia? La adolescencia es un periodo de desarrollo biológico, psicológico, sexual y social inmediatamente posterior a la niñez y que comienza con la pubertad. Que consigo trae una serie de cambios fisiológicos para todas las mujeres.

“La adolescencia es un periodo de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, que convierten al niño en adulto y el cuerpo se prepara para la función reproductora. “ (Rivero et al (2005).

Los cambios físicos tienen una amplia variación de la normalidad. Es pues necesario comprender y conocer estos cambios para poder diferenciar las variaciones normales de las anomalías en el crecimiento y desarrollo puberales. La adolescencia es el proceso en el cual los jóvenes tienen que pasar muchos cambios, físicos también psicológicos, mediante el cual experimentan u exploraran su cuerpo. Los cambios físicos comienzan entre los jóvenes de (12- 19 años de edad).

CAMBIOS EMOCIONALES EN LA ADOLESCENCIA:

1. Su rendimiento escolar.
2. Su apariencia, desarrollo físico y popularidad.
3. La posibilidad de que fallezca un progenitor.
4. La violencia escolar.
5. No tener amigos.
6. Las drogas y el alcohol.

7. El hambre y la pobreza en el mundo.
8. Fracasar en conseguir un empleo.

Cambios físicos de las mujeres en la adolescencia:

1. Crecimiento de las mamas y ensanchamiento de caderas
2. Cambios en la vagina, el útero y los ovarios.
3. Crecimiento de vello púbico y axilar.
4. Aumento de estatura.

Durante el periodo de la adolescencia se originan tanto cambios físicos como emocionales como los ya antes mencionados, estos afectan la mente y el cuerpo de la adolescente en su transición a mujer.

“La adolescencia es una etapa de desarrollo humano aceptada por todos, que no significa sólo el tránsito de la niñez a la adultez, sino que en su devenir sobrevienen diversos y complejos cambios biológicos, psicológicos y sociales que caracterizan la edad. En la actualidad la adolescencia es un período más prolongado por diversas razones. Por una parte, las personas maduran hoy más temprano que hace un siglo, es decir, que existe una tendencia secular en el crecimiento y la maduración, en la que ha influido un nivel de vida más alto. Sin embargo, en tiempos de crisis económica a menudo se invierte esta tendencia secular” (Papalia, 1999).

La sociedad es cada vez más compleja, demanda de mayor calificación, de una preparación especializada para asimilar la introducción de los avances de la ciencia y la técnica en todos los sectores, además de un período de escolarización más largo, lo trae aparejado una dependencia más prolongada de los padres. del tiempo de calificación de los más jóvenes, así como la significación que han cobrado los grupos de padres aparecen asociados a factores que disminuyen la influencia educativa de la familia, manifestándose una desviación entre lo aprendido a través del legado familiar y lo que requieren para asumir la posición de adulto.

Esta etapa se encuadra, por norma general, entre los 10 y 14 años en el caso de las niñas y entre los 12 y 16 en el caso de los varones. En algunas ocasiones, se considera que es una época difícil debido a los cambios que comprende, tanto físicos como psicológicos.

Para las niñas es el momento en el que se desarrollan los senos, empieza a crecer el vello y aparece la primera menstruación. Es una etapa muy variable entre unas niñas y otras, ya que está sujeta a factores como la nutrición, el factor de padres, los genes, y el hábitat de crecimiento.

Esta etapa, por tanto, es el resultado de cambios hormonales que se dan en el cuerpo ya que, a medida que la persona se acerca a la pubertad, una glándula en su cerebro denominada pituitaria o

hipófisis, produce y libera hormonas que modifican el desarrollo del niño y de la niña aunque de maneras diferentes.

Pero, no se debe confundir la pubertad con la adolescencia, ya que son etapas que comprenden edades diferenciadas: la primera en producirse es la pubertad, seguida por la adolescencia, que concentra los años entre ésta y la edad adulta y son etapas que comprenden cambios psicológicos diferentes.

Cómo afrontar la pubertad si eres padre o madre

Por norma general, las preocupaciones que embargan a los padres con hijos en la pre pubertad, van más allá de los cambios en la talla de ropa o de que tengan las habitaciones desordenadas. Dichas dudas abarcan otros aspectos como los cambios de humor, las influencias externas, el riesgo de fracaso escolar o el consumo de drogas.

El Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, a través del Servicio de Infancia y Familia del Departamento de Intervención Social, ha establecido una guía para padres y madres, coordinada por las psicólogas Begoña Vicinay Gil-García y Sara Buesa Rodríguez, donde se establecen pautas para padres y madres sobre cómo afrontar esta etapa:

- Es fundamental que el padre y la madre se encuentren de acuerdo en la forma de educar, ya que las contradicciones pueden hacer que el niño o la niña haga caso omiso de uno y de otro y disminuya su autoridad.
- La educación debe empezar en la infancia.
- Lo que funciona se mantiene y lo que no funciona se debe modificar, de manera que se mantendrá una situación equilibrada en los momentos en los que la relación es satisfactoria, o “más o menos” satisfactoria, y se corregirán los comportamientos que no sean adecuados.
- Es importante elogiar al niño o la niña cuando hace algo bien, así aumentará la confianza y seguridad en sí mismo y le motivará a la hora de llevar a cabo determinadas actividades.
- Es fundamental no abusar de la “psicología inversa”, es decir, emplear frases contrarias a lo que realmente se quiere decir para que el niño/a haga lo opuesto.

- La recomendación más importante a padres y madres es aumentar la comunicación, tanto con los hijos que se encuentran en la pubertad, como con los ya adolescentes, de manera que puedan disponer de un apoyo cuando la inseguridad o la desconfianza con ellos mismos les embargue.

Los más jóvenes refieren deseos de abrirse, sentirse cómodos al hablar de sexo con sus progenitores, pero como estos no lo hacen con ellos creen que no podrán entenderlos por tener posiciones divergentes; por temor a ser desaprobados; por no ofenderlos o por su propio deseo de intimidad característico del momento del ciclo vital de la adolescencia. Los estudios acerca de la adolescencia y las repercusiones del embarazo y la maternidad apuntan a señalar el "Síndrome de las embarazadas adolescentes".

El embarazo y la maternidad tienen un impacto psicológico, cultural, social y biológico a cualquier edad y en la adolescencia supone mayores complicaciones tanto en la madre como en el hijo. Se han identificado riesgos médicos asociados al embarazo en las adolescentes, la hipertensión, la anemia, el bajo peso al nacer, el parto prematuro, la nutrición insuficiente y otros que determinan elevación de la morbilidad materna y la mortalidad infantil en comparación con otros grupos de madres de otras edades.

"Síndrome de las embarazadas adolescentes":

- ✓ Fracaso de las funciones de la adolescencia
- ✓ Adquisición de independencia
- ✓ Logro de la propia identidad
- ✓ Determinación del papel sexual
- ✓ Desarrollo de un sistema de valores y elección vocacional.
- ✓ Fracaso en la continuación de sus estudios o en su preparación para la vida adulta.
- ✓ Fracaso para constituir una familia estable por lo general matricéntricas y monoparental. 4
- ✓ Fracaso para sostenerse a sí misma, dependiendo de su familia o del bienestar social.

CAMBIOS FISICOS EN LA MUJER:

Como ya mencioné antes algunos hablare de la menarquia esta ocurre en el estadio IMS 3 o 4 y está relacionada con la edad de la menarquia de la madre y las condiciones socioeconómicas. La edad de la 38 menarquia tiende a descender en todos los países cuando las condiciones socioeconómicas son buenas. Influyen escasamente el clima y la raza. La media de edad de la menarquia está alrededor de los 12,4 años (3,6). También hay cambios a nivel de ovario y tamaño del útero. Fisiología del crecimiento El crecimiento implica una correlación entre la actividad endocrinológica y el

sistema óseo. La GH, tiroxina, insulina y corticoides influyen en el aumento de la talla y la velocidad de crecimiento. Otras hormonas, como la paratohormona, dehidrocoleciferol y calcitonina influyen en la mineralización ósea. La GH es la hormona clave en el crecimiento longitudinal; está secretada bajo la influencia del factor de liberación GHRH y la somatostatina. Las somatomedinas o factores de crecimiento de tipo insulínico son estimuladas por la GH y actúan sobre el crecimiento óseo. La maduración ósea parece depender de las hormonas.

El crecimiento implica una correlación entre la actividad endocrinológica y el sistema óseo. La GH, tiroxina, insulina y corticoides influyen en el aumento de la talla y la velocidad de crecimiento.

La maduración ósea parece depender de las hormonas tiroideas, los andrógenos adrenales y esteroides gonadales sexuales. Cuando comienza la pubertad, tanto la GH como los esteroides sexuales participan en la puesta en marcha del estirón puberal. Crecimiento en altura Durante el estirón puberal se produce un aumento de talla que representa alrededor del 25% de la talla adulta.

El estirón dura entre 2 y 2,5 años y varía de unos individuos a otros, La velocidad de crecimiento puede variar entre 5 a 11 cm en chicas y 6 a 13 cm en chicos. El comienzo del estirón puberal en las chicas precede en aproximadamente 2 años a los varones, siendo el pico a los 12 años en las chicas y a los 14 en los muchachos. Alrededor de los 14 años las mujeres son más altas por término medio que sus compañeros varones, pero, como también se detiene antes su crecimiento, los varones alcanzan una mayor altura final. Durante este tiempo las chicas crecen entre 20 a 23 cm y los chicos de 24 a 27 cm (3).

“La adolescencia es la conjugación de la infancia y adultez”. (Kaplan), s.f.)

Conclusión

En conclusión, esta bella etapa tiene como objetivo cambiar físicamente y mentalmente a la mujer, para mejorar y estar preparada para lo que la vida le depara, así que, aunque a veces suele ser difícil es buena, y tarde o temprano los cambios físicos que las incomodan se ajustan a ellas.

Galicia, F. A. (2009). *Proyecto de Investigacion*. <http://s-proyectodeinvestigacion.blogspot.com/2010/07/marco-teorico.html>.

Galicia, F. A. (s.f.). https://www.google.com/search?q=autores+del+marco+conceptual&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk03Fp30G2-zcny_h9iXWs4ssR038Q:1588957121084&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwidrl_G3qTpAhWJXc0KHaWCD1gQ_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=654#imgrc=yKvZEOfXvDBLXM. Obtenido de https://www.google.com/search?q=autores+del+marco+conceptual&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk03Fp30G2-zcny_h9iXWs4ssR038Q:1588957121084&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwidrl_G3qTpAhWJXc0KHaWCD1gQ_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=654#imgrc=yKvZEOfXvDBLXM: https://www.google.com/search?q=autores+del+marco+conceptual&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk03Fp30G2-zcny_h9iXWs4ssR038Q:1588957121084&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwidrl_G3qTpAhWJXc0KHaWCD1gQ_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=654#imgrc=yKvZEOfXvDBLXM

Kaplan), (. J. (s.f.). <https://psicologiyamente.com/reflexiones/frases-adolescencia>.

Papalia, D. 1. (1999). *Antologia de la mujer*.

Rivero et al (2005, p. 2. (s.f.). *antologia*.

<http://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/c89cace07b9d386d286a88f5729bba58.pdf>