

PRINCIPALES CAMBIOS FISIOLÓGICOS QUE TIENEN LUGAR DURANTE EL PERIODO DE LA PUBERTAD

Introducción

Al conjunto de cambios fisiológicos que se dan en la adolescencia se les denomina pubertad (“La pubertad cambia el cuerpo, la adolescencia cambia el alma”, Antonio Gala).

La pubertad se caracteriza por una maduración física y sexual, que conlleva grandes implicaciones a su vez en el apartado social y psicológico, de evolución mental. La Pubertad es el momento de la vida cuando un niño o una niña madura sexualmente. Es un proceso que suele iniciar entre los 10 años en las niñas y 12 en los niños.

Se inicia debido a una serie de cambios hormonales, cuyo objetivo es conseguir la capacidad reproductiva de cada sexo. Esto se produce gracias a la interacción entre el sistema nervioso central, hipotálamo, hipófisis y gónadas (testículos y ovarios). A una determinada edad, el cuerpo comienza a generar una serie de hormonas que actúan sobre la hipófisis, la cual manda señales a los órganos reproductores o gónadas, que producen estrógenos u hormonas femeninas y andrógenos u hormonas masculinas.

La pubertad no ocurre en un solo momento -tiene sus etapas y lleva varios años completarla. Puedes tener algunos signos de pubertad más tempranamente, mientras que otros cambios irán sumándose después, el inicio de la pubertad depende de varios factores como la genética, alimentación, raza, lugar geográfico o los estímulos psíquicos y sociales. Nuestros cuerpos son únicos, así que la pubertad también es diferente para cada persona. Cada uno pasa por esta etapa a su propio ritmo. La pubertad es una parte normal de la vida.