



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

“Ensayo cambios fisiológicos en la pubertad“

Presenta: Khalia Alejandría Morales Walter.

Nombre de la asignatura: Crecimiento y desarrollo

Semestre y grupo: 7mo B

Nombre del profesor: Gerardo Cancino Gordillo.

Comitán de Domínguez, Chiapas a 28 de Septiembre del 2020.

Cambios fisiológicos en la pubertad

Introducción

La pubertad y la adolescencia es una etapa que inicia entre los 13 y 15 años de edad, en otras bibliografías menciona que comienza entre los 10 y 13 años y que termina entre los 16 y 19 años de edad, la adolescencia comienza con la pubertad. Mientras la pubertad es una etapa fisiológica de los humanos en donde existen diversos cambios físicos, hormonales, sociales, fisiológicos, etc. La adolescencia es una etapa un poco mas social o cultural por así decirlo, es algo creado por la población, por las creencias, la cultura y se trata más de comportamientos o actitudes que toman las personas a esas edades.

Todos estos cambios fisiológicos que sufren en la adolescencia es a lo que se le llama pubertad.

La pubertad se caracteriza por cierto cambios, por una maduración física y sexual; pero también implica su esfera social, psicológica y mental. Estos cambios en los varones pueden ser:

- Crecimiento acelerado en especial de la altura
- Aumento de la anchura de los hombros
- Crecimiento del sistema reproductor (pene, testículos, etc)
- Aparición de vellos, en axilas, genitales, rostro y en general para algunos, en todo el cuerpo.
- Cambios en la voz (engrosamiento), no de un día para otro, pero teniendo ciertos momentos de agudez.
- Eyaculaciones nocturnas (sueños húmedos)
- Desarrollo de la musculatura

- Primeras erecciones y eyaculaciones
- Crecimiento de la manzana de Adán
- Aumento en la sudoración, olor fuerte y aparición de acné.

En el caso de las mujeres, estos cambios pueden ser:

- Crecimiento rápido, en especial de la altura y generalmente unos 2 años antes que los hombres.
- Crecimiento de mamas
- Crecimiento de vello en axilas, genitales y piernas
- Aparición de la menarca
- Ensanchamiento de caderas
- Producción de óvulos
- Cambios en la piel, olor y aparición de acné
- Redistribución de la grasa corporal

En los cambios psicológicos de ambos puede haber:

- El adolescente puede volverse agresivo, rebelde, aislado, etc
- Experimentan cambios de humor
- Crece el sentido de pertenencia, quieren encajar en los grupos, amistades, etc
- Cuestionan la autoridad tanto de padres como de las demás personas
- Se sienten presionados en cuando a la toma de desiciones, estudios, trabajos, amigos, pareja, etc

- Comienzan a sentir atracción física, emocional y erótica hacia otras personas.

En los cambios sociales que pueden tener depende de cada individuo, algunos se vuelven muy retraídos, no conviven con muchas personas, prefieren estar solos, mientras que otros se vuelven demasiado sociales y amigables, se les hace sencillo encajar con las demás personas. Pero también aquí entran muchas inseguridades y miedos, que si alguien tiene mejor cuerpo que el mío, si tal persona es más bonita que yo, si les gusta a los niños o a las niñas, etc. Y con esas inseguridades también vienen las burlas y etiquetas que pone la gente, esos estereotipos con los que muchas personas peleamos o luchamos para evitar que nos afecten.

Conclusión

En la pubertad existen diversos cambios, tanto físicos, como psicológicos, hormonales, sociales e incluso emocionales, es una etapa muy difícil y de las más bonitas creo yo, porque existen tantos cambios que definen mucho de tu persona a lo largo de tu vida, es en donde más impacto tienen esos cambios para forjar tu personalidad. En esta etapa se debe tener mucho cuidado en cuanto a comentarios y como se tratan a las personas, porque puede generar inseguridades, traumas, o crear seguridad en los adolescentes. Puede existir mucha tristeza pero también felicidad extrema, aquí comienza una etapa reproductiva también, que es indispensable para el ser humano y cualquier organismo. Es una etapa muy interesante y bonita que todos deberíamos disfrutar y aprender.

Fuentes de información

<https://profamilia.org.co/aprende/cuerpo-sexualidad/adolescencia-y-pubertad/>

<https://www.fundaciondiabetes.org/infantil/234/cambios-fisiologicos>

Y mi cabecita y experiencias