

**Nombre de alumno:** Fátima Montserrat Cruz Hernández

**Nombre del profesor:** Rosario Cruz

**Nombre del trabajo:** Cuadro sinóptico

**Materia:** Enfermería en el cuidado de la mujer

**Grado:** Cuarto

**Grupo:**

**CAMBIOS EN LA MUJER DURANTE LA ADOLESCENCIA**

La adolescencia comienza con la pubertad, y esta es el camino de transición de la infancia a la vida adulta, cambio que puede reconocerse mejor en las chicas ya que dejan de ser niñas para convertirse en mujeres. Esta etapa se caracteriza por la aparición de ciertos cambios que se producen en el organismo y pueden ser de carácter progresivo

**PSICOLOGICOS**

Todos estos cambios físicos, están unidos a cambios psicológicos que tienen que ver con la forma de pensar, comprender y experimentar. La maduración temprana, acompañada de la menstruación, puede no ser bienvenida en las chicas que la padecen, y estas pueden incluso tratar de ocultar sus signos externos más visibles por miedo a llamar la atención, a crecer o a engordar demasiado.

**FISICOS**

Se incrementa la producción de la hormona femenina conocida como estrógeno. Esta hormona es una de las responsables de que tu cuerpo comience a madurar, es decir, se encarga de la aparición de los caracteres sexuales secundarios femeninos.

**DESARROLLO SEXUAL**

Se produce el primer crecimiento de la mama, destacando los pezones. Es normal que este cambio produzca sensibilidad y dolor en la zona.

Normalmente, la menstruación comienza alrededor de los 12 años, pero puede iniciarse antes o después de esta edad (entre los 9 y 16 años). También es normal que aparezca flujo durante varios meses antes de que las niñas comiencen el período. En definitiva, las niñas adquieren la capacidad reproductora cuando comienzan con la primera menstruación.

**CRECIMIENTO DEL VELLO ACNE Y SUDORACION**

- Crecimiento del vello en las axilas y piernas. Además, aparece el vello púbico que al principio es fino, pero a lo largo del tiempo se oscurece y puede volverse más grueso.
- La piel se vuelve más grasa con la aparición de acné.
- Aumenta la sudoración que produce un olor corporal más intenso.

**PESO Y ESTATURA**

Aumenta el peso corporal, sobre todo, en determinadas zonas: senos, abdomen, caderas y muslos, además de un incremento de la grasa corporal que proporciona forma al cuerpo.

Se produce un crecimiento importante de la estatura durante las primeras etapas de la pubertad, que puede empezar antes en las niñas que en los niños.

- ✓ Además del crecimiento corporal, en esta etapa comienza la búsqueda de la propia identidad, y surgen preguntas como ¿quién soy?, ¿cómo soy? Es entonces cuando se generan los primeros deseos de independizarse de la familia, para realizar actividades o planes en los que toman especial protagonismo el círculo de iguales, es decir, los amigos
- ✓ Seguramente se sientan más a gusto con amigas y amigos que con su familia, ya que compartirá muchas más cosas en común con ellos.
- ✓ Esta etapa puede resultar a veces confusa, por ello es importante poder hablar con algún adulto de confianza sobre los cambios que noten en su cuerpo o las cosas que preocupen.