

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

○ **ALUMNO:** FELIPE ALEJANDRO MACHIN TREJO.

○ **MATERIA:** CONOCIMIENTO DE LA ADOLESCENCIA.

○ **CATEDRATICO:** MTRA. GABRIELA SANCHEZ ROSAS.

○ **LICENCIATURA:** CIENCIAS DE LA EDUCACION.

○ **ACTIVIDAD:** ENSAYO.

Introducción

En el presente ensayo hablo acerca de la adolescencia, acerca de los grandes cambios que ocurren tanto en hombres como en mujeres, cambios físicos y psicológicos.

Así como los factores que influyen en su crecimiento, los problemas que pueden ocurrir en la adolescencia y que se puede hacer para brindar un buen desarrollo emocional, físico para los adolescentes.

EL DESARROLLO FÍSICO DE LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es un periodo en el que se van a producir intensos cambios físicos y psicosociales que comienzan con la aparición de los primeros signos de la pubertad y termina cuando cesa el crecimiento.

Alrededor de los 11 años la pubertad esta en curso de la mayoría, algunos ocurren más temprano o mas tarde, depende del estilo de vida o dieta de cada individuo ya sea a los 10 o 13 años.

La pubertad empieza cuando el hipotálamo libera una proteína , la quis pectina provoca la liberación de otras hormonas, hacen que nuestros órganos empiecen a madurar, en las niñas ,significa la ovulación, que es uno de los procesos del ciclo menstrual de la mujer ,en el cual , un fólculo ovárico se rompe y libera un ovocito terciario .,los ovarios no solo producen óvulos, también producen productos químicos , como hormonas en el torrente sanguíneo , incluyendo el estrógeno, estas hormonas tienen dramáticos efectos emocionales y físicos, jóvenes experimentan un crecimiento acelerado, las formas del cuerpo de hombres y mujeres cambian ,se convierten en hombres y mujeres.

Los cerebros de los varones liberan quis pectina para iniciar la libertad, los testículos generan un incremento 10 veces mas en testosterona, la hormona que crea las características en la masculinidad, la laringe crece y se inclina hacia adelante, la voz se vuelve grande, la testosterona estimula el crecimiento del vello corporal y duplica la masa corporal, incluyendo 40% más de musculo cardiaco. Estos son cambios que podemos ver y oír.

Ambos sexos experimentan una afluencia de emociones nuevas, y una les gana a todas, por primera vez cada uno de los sexos se encuentran al otro sexualmente atractivo, desde dentro y hacia afuera, sus cuerpos son agobiado por nuevas sensaciones, ocurre la atracción entre ambos sexos, como el deseo sexual, y si el deseo es mutuo, ocurre el primer beso.

La adolescencia emerge con la aparición de los primeros signos de transformación puberal. Desde el comienzo de este periodo van a ocurrir cambios hormonales que generan el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, con la acentuación sexual, crecimiento en longitud, cambios en la composición corporal y una transformación en la gradual en el desarrollo psicosocial.

Todos estos cambios tienen una cronología que no coincide en todos los individuos es más tardía en los hombres que en las mujeres.

Secuencia de los fenómenos de la pubertad

Mujeres:

- Los ovarios aumentan la producción de estrógenos y progesterona.
- Los órganos sexuales internos empiezan a aumentar de tamaño.
- Brote de los pechos.
- Empieza a salir el vello púbico.
- Se inicia el incremento de peso.
- Punto álgido del estirón de estatura.
- Crecimiento máximo de músculos y órganos (ensanchamiento de caderas).
- Menarquia (primer periodo).
- Primera ovulación.
- Distribución definitiva del vello púbico.
- Desarrollo completo de los senos.

Hombres:

- Los testículos aumentan.
- Producción máxima de testosterona.
- Los testículos y el escroto aumentan.
- Empieza a salir vello púbico.
- Empieza el crecimiento del pene.
- Primera eyaculación.
- Incremento de peso y máximo estirón de estatura.

- Máximo crecimiento de músculos y órganos.
- Cambio de voz.
- Crecimiento de barba.
- Distribución definitiva del vello púbico.

Fisiología del crecimiento

El crecimiento implica una correlación entre la actividad endocrinológica y el sistema óseo. La tiroxina, insulina y corticoides influyen en el aumento de la talla y la velocidad del crecimiento. La GH es la hormona clave en el crecimiento longitudinal; esta 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 tiroideas, los andrógenos adrenales y esteroides gonadales sexuales.

Crecimiento en la altura: Durante el estirón en la pubertad se produce un aumento de talla que representa alrededor del 25% de la talla adulta. El estirón dura entre dos y dos años y medio, y varía de uno y otros individuos, la velocidad del crecimiento puede variar entre 5 a 11 cm en chicas y 13 en chicos.

Crecimiento ponderal: El aumento ponderal viene a representar el 50 % del peso ideal adulto.

aumento del tejido graso en las mujeres, con una mayor proporción que en los varones y mayor desarrollo muscular en los hombres. La pelvis femenina se remodela y aumenta en anchura, mientras que, en el varón, aumenta el diámetro biacromial, configurando el dimorfismo sexual característico de ambos sexos.

FACTORES QUE INTERVIENEN O INFLUYEN EN EL CRECIMIENTO FISICO

El comportamiento del adolescente depende del entorno en el que se encuentra, el adolescente actual, no es el peor ni el mejor que en épocas pasadas. Muchos de sus problemas de salud no son las adecuadas y su atención no está adecuadamente organizada.

Hoy en día son consumidores de moda y tecnología, existen nuevas formas de pasar el tiempo para entretenerse como el uso inadecuado del internet, de las nuevas tecnologías de la información y comunicación, tienen curiosidad de lo que ocurre a su alrededor y la mala relación de amistades podría ser fatal, de ahí surgen problemas de adicciones como drogas, alcohol, tabaco.

Si los padres de familia no están atentos de lo que ocurre con sus hijos, podrían desviarse por un mal camino, si están en un ambiente violento, problemas económicos o sociales, el mal comportamiento del adolescente podría reflejarlo a través de estos factores.

Los problemas y enfermedades que puedan presentar los adolescentes son consecuencia de su desarrollo psicológico y social (trastornos mentales, conductas de riesgo, accidentes, violencia, drogas, sexo irresponsable) y de su desarrollo biológico, enfermedades infecciosas, hipertensión, obesidad, diabetes.

Por ello es importante como padres y maestros comprender, apoyar, motivar y orientar a los adolescentes y así goce de buena salud física y estado nutricional adecuado, actividad física adecuada, buena relación con sus compañeros, elevar su autoestima, conducta sexual responsable, establecer valores, buena alimentación, atender sus necesidades básicas, entender los cambios emocionales del adolescente, apoyarlo en sus metas.

Referencia bibliográfica:

<https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/01/88-93%20Desarrollo.pdf>