



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del alumno: MARIO DE JESUS  
SANTOS HERRERA**

**Nombre del profesor: MANUEL EDUARDO  
LOPEZ GOMEZ**

**Licenciatura: MEDICINA HUMANA**

**Materia: crecimiento y desarrollo**

**Nombre del trabajo: maduración sexual.**

San Cristóbal De Las Casa, Chiapas a 7 de septiembre del 2021.

## Crecimiento físico

En los varones, a veces se observa un "estirón" entre los 12 y 17 años, en general con un pico entre los 13 y 15; puede preverse un aumento de > 10 cm en el año de velocidad máxima. En las niñas, el empuje de crecimiento se observa a veces entre los 9½ y 13½ años, en general con un pico entre los 11 y 12½ años; el aumento puede alcanzar 9 cm en el año de velocidad máxima.

Si se retrasa la pubertad, el aumento de la talla puede enlentecerse considerablemente. Si el retraso no es patológico, el estirón adolescente es más tardío, y el crecimiento se compensa y la talla cruza líneas de percentiles hasta que el niño alcanza la estatura determinada genéticamente. A los 18 años, los varones todavía pueden crecer casi 2,5 cm y un poco menos las niñas, en quienes el crecimiento se ha completado en un 99%. En las niñas con pubertad precoz verdadera (desarrollo mamario antes de los 8 años), ocurre un brote de crecimiento junto con la menarca a una edad temprana y, finalmente, la estatura es baja debido al cierre prematuro de los cartílagos de crecimiento. A pesar de que la pubertad precoz se define como el desarrollo antes de los 8 años, algunas chicas que se desarrollan antes de los 8 años pueden ser normales.

Todos los aparatos y sistemas y el cuerpo en su conjunto presentan un crecimiento importante durante la adolescencia; las mamas en las niñas y los genitales y el vello corporal en ambos sexos muestran los cambios más evidentes. Este proceso, aun cuando se desarrolla normalmente, exige adaptaciones emocionales sustanciales. Si la cronología es atípica, sobre todo en un varón cuyo desarrollo físico se retrasa o en una niña cuyo desarrollo es temprano, es probable que esto genere estrés adicional. La mayoría de los niños que crecen lentamente tienen un retraso constitucional que, con el tiempo, se compensa. Se requiere una evaluación para descartar causas patológicas y tranquilizar al adolescente.

Es preciso asesorar a todos los adolescentes sobre nutrición, entrenamiento físico y estilo de vida, y prestar especial atención al papel que tienen las actividades como deportes, arte, ocupaciones sociales y servicio a la comunidad en la vida del adolescente. Los requerimientos relativos de proteínas y calorías (g o kcal/kg de peso corporal) declinan progresivamente desde el final de la lactancia hasta la adolescencia (ver Ingesta diaria recomendada de referencia para algunos macronutrientes, Food and Nutrition Board, Institute of Medicine of the National Academies), aunque aumentan los requerimientos absolutos. Los requerimientos de proteína para los niños de 15 a 18 años son 0,9 g/kg/día y para las niñas de la misma edad son 0,8 g/kg/día; los requerimientos relativos de energía para los varones de 15 a 18 años son de 45,5 kcal/kg y para las niñas de la misma edad son de 40 kcal/kg.

## madurez sexual

La madurez sexual es la edad o el momento en el cual un organismo obtiene la capacidad para llevar a cabo la reproducción. Es a veces considerado sinónimo de la adultez a pesar de ser dos conceptos distintos. En los humanos, el proceso de maduración sexual es llamado pubertad.

La mayoría de los organismos multicelulares son incapaces de reproducirse sexualmente luego del nacimiento (o la germinación), y, dependiendo de la especie, puede tomar cuestión de días, semanas o años hasta que su organismo esté apto para tal fin. Adicionalmente, ciertos casos pueden provocar que el organismo se vuelva sexualmente maduro. Esos casos pueden ser externos, como la sequía, o internos, como el porcentaje de grasa corporal (estos casos internos no deben ser confundidos con la influencia de hormonas las cuales pueden producir el desarrollo de la madurez sexual directamente.)

La madurez sexual es llevada a cabo como consecuencia de la maduración de los órganos reproductivos y la producción de gametos. Puede ser acompañada también por un crecimiento repentino o proporcionalmente más rápido, o por otros cambios físicos que distinguen un organismo inmaduro de su forma adulta. Estos cambios se denominan características o caracteres sexuales secundarios, y habitualmente representan un incremento en los dimorfismos sexuales. Por ejemplo, antes de la pubertad, todos los niños de la especie humana tienen pechos planos, pero luego los individuos femeninos desarrollan senos mientras que los masculinos no; siendo ejemplo efectivo de un dimorfismo sexual, donde el individuo masculino difiere de alguna manera del femenino más allá de la mera producción de células sexuales masculinas o femeninas respectivamente. Sin embargo, existen excepciones en este caso de dimorfismo en los cuales un hombre puede desarrollar senos a causa de la obesidad o por desbalances hormonales como la ginecomastia.

Luego de llegar a la madurez sexual, es posible que ciertos organismos se vuelvan infértiles o incluso cambien de sexo. Algunos organismos son hermafroditas, cuya denominación para un individuo humano es intersexual, y pueden o no producir descendencia viable. También, mientras que en muchos organismos la madurez sexual está vinculada a la edad, muchos otros factores están involucrados y es posible para algunos desarrollar la mayoría o todas las características de la forma adulta sin ser de hecho sexualmente maduros. En la situación contraria, es posible incluso para los organismos en su forma madurez reproducirse.

### ¿Qué es la sexualidad en la adolescencia?

La sexualidad en la adolescencia es aquella en la que el joven se desarrolla física y mentalmente, adquiriendo los caracteres sexuales secundarios (los que no tienen que ver con el órgano reproductor, como la nuez en los hombres o el ensanchamiento de las caderas en las mujeres) y desarrollando el pensamiento maduro; pero también despierta un comportamiento sexual, se transforma en un ser sexual.

La sexualidad no sólo tiene que ver con el acto de reproducirse, sino que representa la generación de deseos, sentimientos, fantasías y emociones, es decir, el desarrollo de una identidad sexual, que se puede definir como aquella parte de la identidad del individuo que le permite reconocerse y actuar como un ser sexual.

## **Etapas del desarrollo de la sexualidad**

Al igual que el desarrollo físico y mental, la sexualidad se forma gradualmente y necesita pasar por una serie de etapas antes de completarse. Los cambios que se producen en la sexualidad pueden enmarcarse dentro de las etapas de la adolescencia y la pubertad, ya que las transformaciones físicas y mentales condicionan sobremanera el desarrollo de la sexualidad y de la identidad sexual:

- **Adolescencia temprana (11-13 años):** Durante esta etapa, que se caracteriza por la velocidad de los cambios físicos en el adolescente, el joven se encuentra aún lejos del deseo sexual adulto, por lo que se presenta como una fase de autoexploración (a menudo a través de la masturbación), debido a los nuevos cambios físicos y psíquicos que experimenta (como la aparición de los primeros impulsos sexuales y de la espermarquia o primera eyaculación), y también de exploración del contacto con el otro sexo.
- **Adolescencia media (14-17 años):** El adolescente ya está casi completamente desarrollado, sus órganos sexuales están listos para la reproducción y el deseo sexual se incrementa. En esta fase se desarrolla una sensación de invulnerabilidad y fortaleza que inducen al joven a comportarse de una forma narcisista. Se empieza a buscar el contacto habitual con el otro sexo y pueden llegar las primeras relaciones sexuales. El adolescente no sólo responde a sus impulsos sexuales, sino también a su narcisismo, es decir, pone a prueba la propia capacidad de atraer al otro. También se considera que durante esta etapa se produce el auge de las fantasías románticas. Las relaciones sociales fuera del entorno familiar, especialmente con amigos, empiezan a tener preponderancia, por lo que el adolescente contrapone los valores y la educación sexual recibida de sus padres con la de sus amigos (en muchas ocasiones llenas de mitos derivados de la poca o nula experiencia sexual), lo que puede acarrear riesgos, si a esto se suma que el adolescente aún no ha desarrollado del todo el pensamiento abstracto y en algunas ocasiones le cuesta pensar en las consecuencias de sus actos. Además, al no haber desarrollado por completo el pensamiento adulto, el adolescente utiliza los sentidos para expresar sus emociones.
- **Adolescencia tardía (17-21 años):** El adolescente se ha desarrollado por completo, física y psíquicamente. La capacidad de pensar en abstracto y de ser consciente de las consecuencias futuras de los actos hace que el joven pueda mantener relaciones sexuales maduras y seguras. El deseo ya no sólo responde a un estímulo o pulsión sexual, sino que el adolescente, ya adulto, comienza a buscar otros valores en sus relaciones sociales, como la confianza o la reciprocidad.

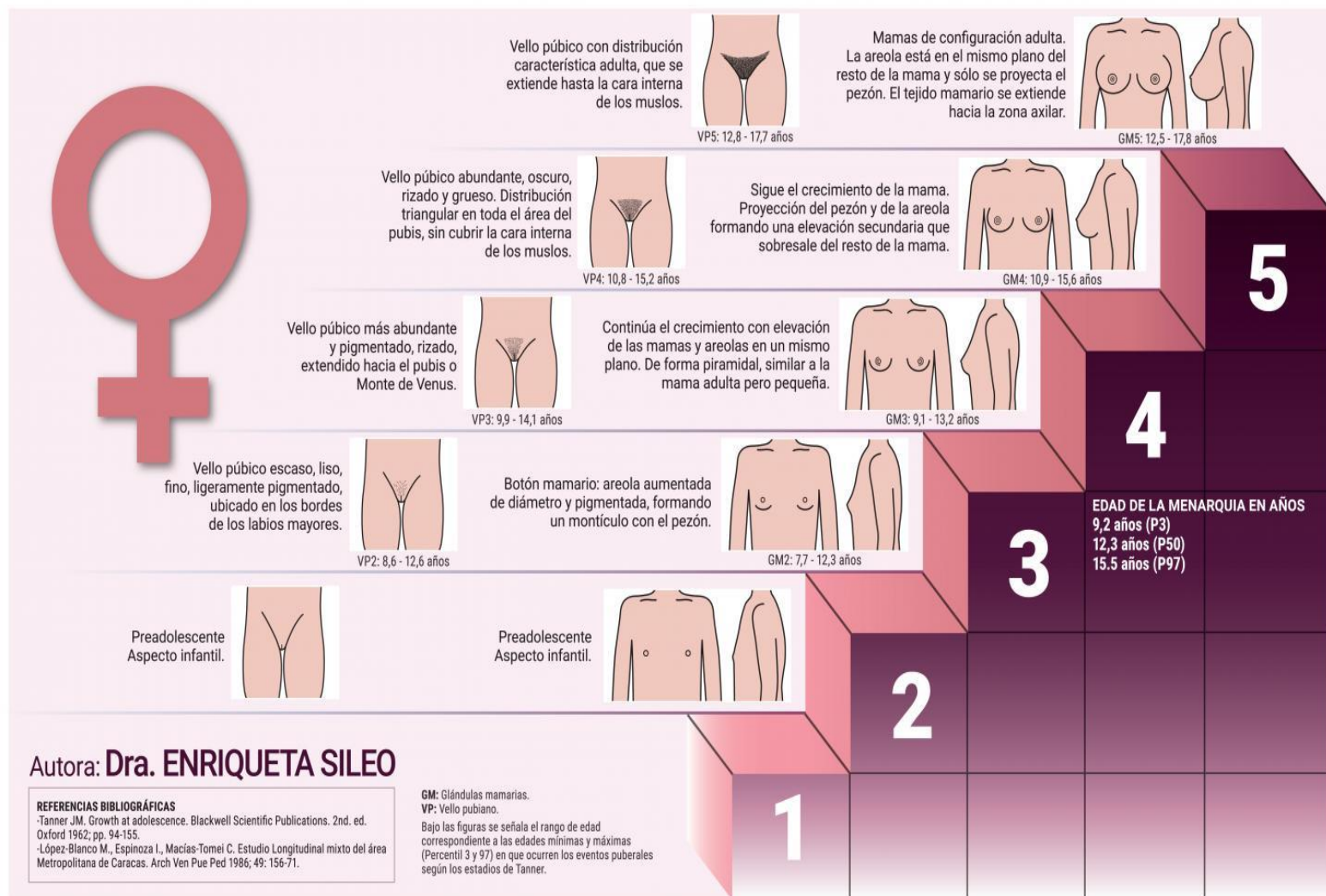
## **La importancia de recibir una buena educación sexual**

La pubertad y el desarrollo sexual son etapas de cambios constantes, donde el deseo y los impulsos sexuales dominan a una parte racional que no está del todo desarrollada. Recibir una buena educación sexual es muy importante, no sólo a corto plazo, es decir, para que el adolescente supere sin riesgos sus etapas de maduración física y psíquica, sino también para establecer el comportamiento sexual que tendrá el joven cuando sea adulto.

Durante la adolescencia, el joven está expuesto a riesgos que se deben evitar mediante medidas preventivas:

- **La sexualidad entra dentro de la intimidad:** Las relaciones sexuales pertenecen a la intimidad de las personas, por lo que no es necesario compartir los detalles sobre las mismas, a no ser que se quiera hacer. Los padres y el entorno no deben presionar al adolescente.
- **Desarrollo de habilidades sociales y de autocontrol:** Los impulsos sexuales dominan a los racionales durante la adolescencia, sobre todo al comienzo de la fase de adolescencia media, donde el joven ya ha desarrollado por completo sus órganos sexuales pero no el pensamiento adulto. La educación debe proveer al adolescente de conocimientos que le permitan desarrollar conductas y comportamientos sexuales correctos.
- **Informar:** Es vital dotar al adolescente de la información necesaria sobre los riesgos que traen las relaciones sexuales sin protección (embarazo precoz, Enfermedades de Transmisión Sexual, etcétera), así como de los beneficios que reporta practicar sexo seguro.

# Escalera de Maduración Sexual

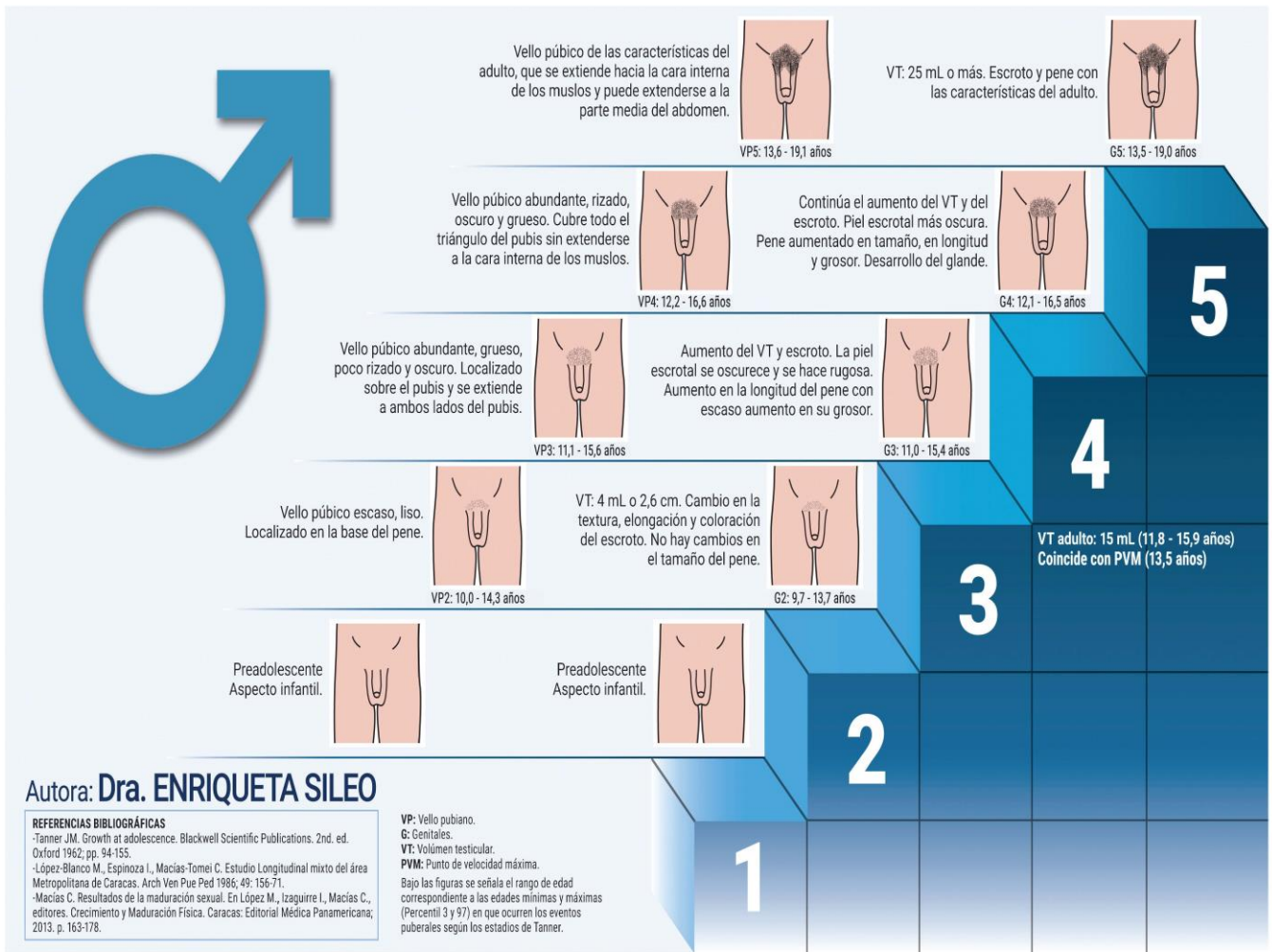


Autora: **Dra. ENRIQUETA SILEO**

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

-Tanner JM. Growth at adolescence. Blackwell Scientific Publications. 2nd. ed. Oxford 1962; pp. 94-155.  
 -López-Blanco M., Espinoza I., Macías-Tomei C. Estudio Longitudinal mixto del área Metropolitana de Caracas. Arch Ven Pue Ped 1986; 49: 156-71.

# Escalera de Maduración Sexual



Autora: **Dra. ENRIQUETA SILEO**

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Tanner JM. Growth at adolescence. Blackwell Scientific Publications. 2nd. ed. Oxford 1962; pp. 94-155.
- López-Blanco M., Espinoza I., Macías-Tomei C. Estudio Longitudinal mixto del área Metropolitana de Caracas. Arch Ven Pue Ped 1986; 49: 156-71.
- Macías C. Resultados de la maduración sexual. En López M., Izaqure I., Macías C., editores. Crecimiento y Maduración Física. Caracas: Editorial Médica Panamericana; 2013. p. 163-178.

VP: Vello pubiano.  
G: Genitales.  
VT: Volumen testicular.  
PVM: Punto de velocidad máxima.  
Bajo las figuras se señala el rango de edad correspondiente a las edades mínimas y máximas (Percentil 3 y 97) en que ocurren los eventos puberales según los estadios de Tanner.