



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Erwin Avelino Bastard Alvarado.

Nombre del tema: Ensayo de la mujer en la adolescencia.

Parcial: II parcial.

Nombre de la Materia: Enfermería en el cuidado de la mujer.

Nombre del profesor: Javier Gómez Galera.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 4.

Pichucalco, Chiapas a 15 de Octubre del 2021.



INTRODUCCIÓN

El propósito consiste en reconocer a la mujer adolescente en su proceso de crecimiento y los principales cambios tanto físicos como psicológicos que esta se somete a experimentar, todas las adolescentes son diferentes y no a todas les ocurre en el mismo instante su desarrollo, algunos cambios se pueden presentar antes o algunos después trayendo demasiadas preocupaciones hacia las adolescente creyendo que su cuerpo es irregular manifestándose de privacidad y preocupaciones para ellas mismas pero muchas de ellas se someten a búsqueda de información para poderse entender y tener en claro por lo que están pasando.

The background of the page is a photograph of two young women sitting on a grassy field. One woman, with long dark hair, is wearing a blue denim jacket and has her head tilted down. The other woman, with long blonde hair, is wearing a red and white striped top and has her arm around the first woman's shoulder, looking towards the camera with a slight smile.

LA MUJER EN LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es un periodo que todo ser humano cruza alrededor de 13 y 15 años, percibiendo alteraciones físicas, psicológicas, emocionales y sociales, las niñas en especial comienzan a sentir su cambio entre los 13 y 15 años o incluso hasta los 21 años o más adelante.

Se considera que los primeros años de la juventud se considera adolescente, en este es periodo de desarrollo imprevisto y mudanza de la pubertad, no todos los adolescentes sienten los cambios de madures al mismo tiempo puede suceder antes y después esto se debe a que cada niña experimenta su adolescencia a si propia medida.

La etapa de la adolescencia se clasifica en 3 partes como **ADOLESCENCIA TEMPRANA** (se manifiesta entre los 10 y 13 años, aquí algunas niñas empiezan a crecer demasiado rápido presentando cambios corporales como desarrollo de los senos y algunas empiezan su menstruación alrededor de los 12 años, también se manifiesta el crecimiento de vello en las axilas y parte genital, algunas niñas se preguntan sobre su identidad de género porque no saben lo que les espera o que es normal presentando ideas concretas y extremistas no sabiendo lo que es bueno o malo, es habitual que las jovencitas enfoquen sus pensamientos en ellas mismas sintiéndose tímidas por su apariencia creyendo que son juzgadas constantemente es por eso que requieren un poco de intimidad), **ADOLESCENCIA MEDIA** (se presenta entre los 14 y los 17 años, se desarrolla los cambios físicos de la pubertad siguiendo mediante la adolescencia media y las niñas ya tomen menstruaciones regulares, surge la curiosidad en las relaciones románticas y sexuales puede ser agobiante si no cuentan con el auxilio de sus padres o familia, por esta razón muchas jovencitas discuten con sus padres porque ya necesitan ser independientes conviviendo más tiempo con los amigos o personas que provocan el alojamiento de sus familiares, en este periodo el cerebro se encuentra transformándose y preparándose pero aún hay muchas



diferencias en la manera de razonar de una jovencita en su adolescencia media y de un adulto) y **ADOLESCENCIA TARDÍA** (se da entre los 18 a 21 años o mucho más la mayoría de las jovencitas ya terminaron con su desarrollo físico y crecimiento, ya tienen un poco de vigilancia en sus estímulos, sospechar los riesgos, remunerar más una y otra vez con exactitud, las adolescentes que se vuelven adultas jóvenes presentan una interpretación más estable de su especial singularidad y reconocen sus correspondientes valores sus ideas románticas se cogen más permanente).

Los **CAMBIOS FÍSICO** que se presenta en la adolescencia en la mujer consiste en la transformación de la pubertad con el crecimiento de los botones mamarios (estructura de un montículo para la elevación del seno y la papila mamaria), los pechos siguen aumentándose, desarrollo de vello púbico elaboran bellos largos en una diminuta área afuera de los genitales, también debajo de los brazos en las axilas y algunas mujeres se someten en afeitarse en esta zona, la forma de su cuerpo comienzan a variar no solo en altura y peso, su cadera puede ampliarse, con crecimiento de grasa en las nalgas piernas estómago, etc. El volumen de cuerpo agrandara los pies, brazos, piernas y las manos empezaran a desarrollarse por adelante que el cuerpo y provoca que se sienta incomoda con su cuerpo. Las hormonas no se pueden quedar atrás en el instante que esta aumentan desarrollan una suma de oleosidad en su piel y de sudoración es normal en este periodo se recomiendo lavarse en especial el rostro para evitar el crecimiento del acné y por ultimo no nos podemos olvidar del inicio de la menstruación o ciclos menstruales todos los meses es un comienzo cuando el cuerpo empieza a producir muchas hormonas para disponerse para la reproducción.

Pequeños números de **ALTERACIONES EMOCIONALES O PSICOLÓGICOS** en la adolescente coinciden como el egocentrismo, es un método que las adolescentes utilizan para sentirse ajustados en sí mismos provocando pensamientos que nadie es capaz de entenderlas, prevención enorme por lo que razonan se encargan de la búsqueda de personas que puedan contar con su



seguridad para poder compartir sus sentimientos más carnales como lo eran sus papas en la infancia y en el proceso de la adolescencia, el encuentro de su sexualidad empieza a revivir el provecho sobre la sexualidad teniendo percepciones y estímulos sexuales, imaginando la oportunidad de tener una pareja. La mutación de género en las adolescentes es muy exagerada en la manera de percibir sus sentimientos, su inseguridad es más evidente complica que vean las cosas buenas y malas, produce que ellas mismas ni se puedan entender y gozan de cohabitar con sus mismas trasformaciones y por ultimo importación de libertad peculiar esta es uno de los detalles más vistos en las adolescentes cuando deciden en buscar su libertad orientándose en buenos o malos caminos y sentirse de acuerdo en sí mismos, lo sugerido es que los padres sean los principales en entrometerse para ayudar a tomar mejores decisiones . En este punto es cuando comienzan a plantearse metas, opiniones, ideas y formas de ver de las cosas, prometiéndolo poder enfrentar sus pensamientos y argumentos para ser escuchados y valorar sus opiniones.

Las recomendaciones de profesionales para los padres para poder auxiliar a sus adolescentes son socorrer a su hija a prevenir las trasformaciones en su cuerpo platicando acerca de la pubertad y la adolescencia y los cambios físicos que se someten en esta edad y si es necesario platicar con el pediatra, dar comienzo de pláticas anticipadas acerca de diferentes cuestiones útiles como las correspondencias convenientes, sexo, sexualidad, emociones entre otros factores, es inexcusable que esta platica se empiecen en los primeros pasos de la preadolescencia. Nunca dejar de compartirle apoyos anticipados justo, como oportunidades de mayor libertad, con el tiempo y a disposición la adolescente va encargándose de compromisos, no olvidarse de charlas acerca de personalidades toxicas como la actividad sexual y el consumo de drogas es necesario de dar ejemplos de ellos para que la adolescente pueda reflexionar y pensar dos veces las cosas antes de hacerlas y por ultimo respetar la libertad y la peculiaridad, todo esto es parte para convertirse en una adulta joven.



CONCLUSIÓN

La adolescencia es uno de los cambios más importantes que todo ser humano se somete, ya que en esta etapa es cuando ocurre los cambios hormonales que te dirigen en realizar actividades que no puedes controlar, decisión de tu género y lo que quieras realizar con tu cuerpo, hoy en día algunas adolescentes pueden alcanzar la vida de adultez adolescente con buenos propósitos para su vida futura, pero algunas de ellas no se logran desarrollar bien en el crecimiento psicológico debido a la falta de información o por que no recibieron apoyo de sus padres en el momento que los necesitaron o simplemente porque se encerraron en el silencio por su cambio físico, en la actualidad es necesario hablar sobre estos temas para poder aclarar la etapa que tienen que cruzar a veces pequeñas palabras pueden aclarar mil dudas en ellas.



BIBLIOGRAFÍA

- <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=puberty-adolescentfemale-90-P04738>
- <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- <https://profamilia.org.co/aprende/cuerpo-sexualidad/adolescencia-y-pubertad/#:~:text=Es%20una%20etapa%20de%20la,alrededor%20de%20los%2019%20a%C3%B1os.>
- <https://www.psicomaster.es/como-afrontar-los-cambios-emocionales-en-la-adolescencia/>