



Mi Universidad

Súper nota

Nombre del Alumno: Elvia Velasco Castellanos

Nombre del tema: La mujer en la adolescencia

Parcial: Segundo

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

Nombre del profesor: Javier Gómez Galera

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Cuarto

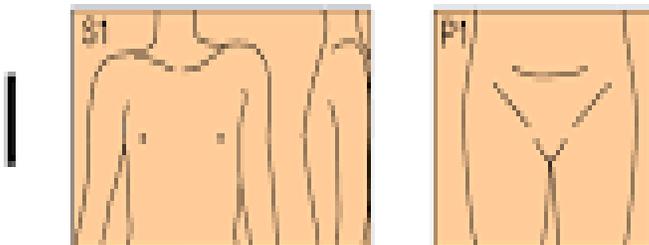
La mujer en la adolescencia

La pubertad es el periodo de transición de la infancia a la madurez durante el cual se desarrollan los caracteres sexuales secundarios. Esta época se inicia en las niñas hacia los 10 años de edad y finaliza hacia los 15 años, sucediéndose distintas fases (etapas de tanner) en que se aprecia el desarrollo de las mamas, la aparición de vello pubico, axilar y corporal, la activación de las glándulas sebáceas, el aumento de tamaño de los órganos genitales y la distribución típica del tejido graso acompañada de un ensanchamiento de caderas. Como punto culminante de la puesta a punto del aparato genital, se produce la primera menstruación o menarquia, a partir de la cual se sucederán los ciclos menstruales, solo interrumpidos por el embarazo, hasta la época de la menopausia.

Cambios físicos en la mujer

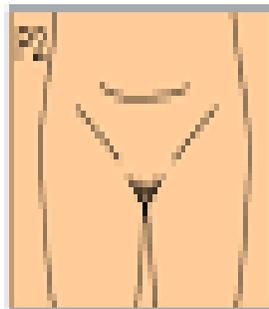
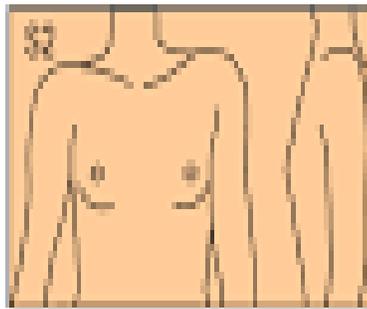
Etapa I de tanner (prepubertad)

- No se han desarrollado las mamas
- No se ha desarrollado el vello púbico
- La mucosa vaginal es delgada, de color rojo y seca.



Etapa II de tanner (edad promedio: de 10 a 11 años)

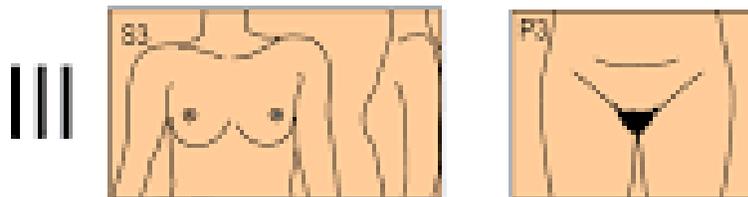
- Aparecen los montículos mamarios conforme se aumenta el diámetro de las areolas.
- Los labios mayores se vuelven más vascularizados y arrugados; empieza a aparecer vello fino y aterciopelado sobre el pubis.
- La mucosa vaginal se vuelve más gruesa, sonrosada y húmeda.
- Aumenta el tamaño del fondo uterino.
- Las caderas empiezan a ensancharse con la distribución de la grasa corporal.
- Se inicia la fase rápida del crecimiento.





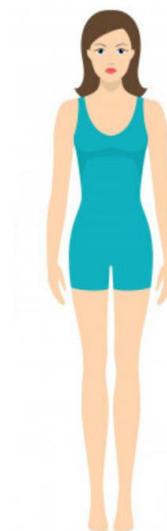
Etapa III de tanner (edad promedio: de 11 a 12 años)

- Las mamas siguen creciendo.
- El vello púbico y el de los labios mayores se vuelve más oscuro y áspero.
- Los labios menores van aumentando de tamaño.
- Aumenta la longitud de la vagina, su mucosa se vuelve más gruesa, y puede presentar un flujo blanco.
- El útero sigue creciendo y, al mismo tiempo, se incrementa el diámetro de las trompas de Falopio.
- Las glándulas sebáceas de la cara se vuelven más activas (puede aparecer acné) y empiezan a funcionar las glándulas sudoríparas axilares.
- Se inicia el crecimiento rápido del esqueleto y la velocidad del crecimiento llega al punto máximo.

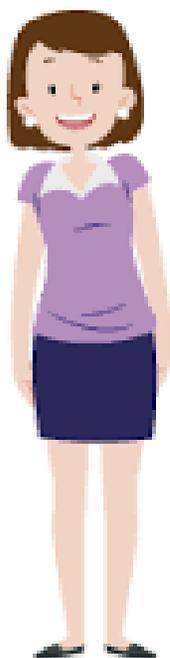


Etapa IV de tanner (edad promedio: de 12 a 13 años)

- Las mamas aumentan de tamaño y las areolas y los pezones forman montículos que se separan sobresaliendo del resto del tejido mamario.
- El vello púbico cubre el monte de venus y el perineo.
- La vagina y el útero aumentan de tamaño.
- Sobreviene la menarquia.
- Se desacelera el crecimiento longitudinal.



IV



Etapa V de tanner (edad promedio: de 13,5 a 15 años)

- Las mamas y los genitales alcanzan las proporciones de la mujer adulta.
- Crece vello púbico en los músculos.
- Se detiene el crecimiento.

V



Cambios emocionales

Una de las etapas importantes de la vida de las mujeres es la adolescencia y en ella se experimenta una serie de cambios que se deben tomar en cuenta para mantener una buena **salud femenina**.

podemos destacar los siguientes:

Lucha independencia-dependencia



Preocupación por el aspecto corporal



Desarrollo de la identidad

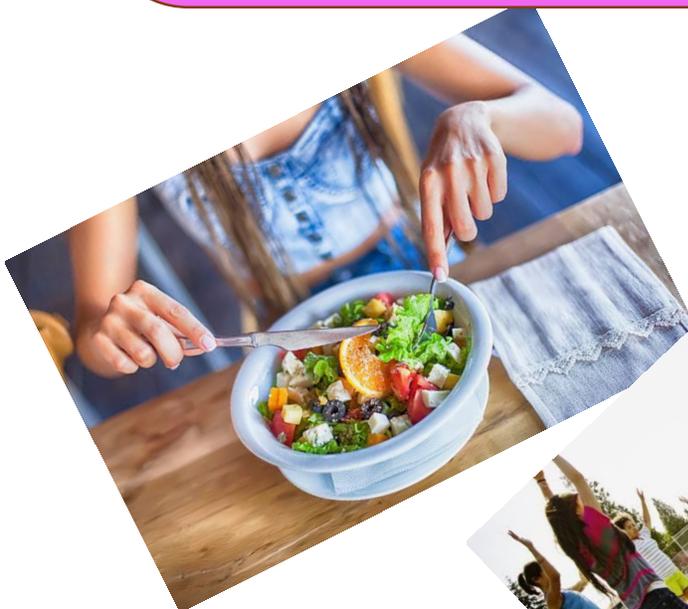


Integración por el grupo de amigos



Cuidados en la adolescencia

Alimentación saludable y actividad física.



Bienestar general con estilo de vida saludable.

Cuidarse de riesgos y agresiones de todo tipo.

Exploración ginecológica



¿ERES ADOLESCENTE O JOVEN Y VIVES VIOLENCIA EN TU RELACIÓN DE PAREJA?

Estás a tiempo. Di NO a la violencia.

58%	del grupo de adolescentes y jóvenes admite haber sufrido agresiones o haber atacado a su pareja a través de descalificaciones, empujones, golpes, agresiones sexuales, entre otros*.
57%	dice haber sufrido algún episodio de violencia psicológica*.
26%	dice haber sufrido "violencia física leve" de parte de su pareja*.
32%	reconoce haber ejercido violencia psicológica*.
51%	conoce a alguien de su entorno que ha vivido violencia al interior de su relación de pareja*.

*Censos realizados en Chile (Cobertura 2008) y Uruguay (2011) | UNICEF 2018

La violencia en el pololeo también es un problema de salud pública

Disfrutar de cada etapa de manera natural y positiva.

