

UDS

UNIVERSIDAD DEL SURESTE CUIDADO DE LA MUJER

CUADRO SINOPTICO

URIEL GUSTAVO BAYONA CRUZ

CUIDADOS DE LA MUJER DURANTE LA ADOLESCENCIA

Adolescencia de la mujer

La adolescencia es el proceso en el cual los jóvenes tienen que pasar muchos cambios, físicos también psicológicos, mediante el cual experimentan u exploran su cuerpo. Los cambios físicos comienzan entre los jóvenes de (12- 19 años de edad). La adolescencia es una etapa de desarrollo humano aceptada por todos, que no significa sólo el tránsito de la niñez a la adultez, sino que en su devenir sobrevienen diversos y complejos cambios biológicos, psicológicos y sociales que caracterizan la edad.

Cambios físicos de la mujer en la adolescencia

El desarrollo del vello pubiano y crecimiento de las mamas son los hechos más destacados de los cambios en la morfología corporal de los adolescentes: el botón mamario es el primer signo de comienzo puberal y puede acontecer entre los 9 y 13 años (media de 11,2 años). También hay cambios a nivel de ovario y tamaño del útero. Fisiología del crecimiento El crecimiento implica una correlación entre la actividad endocrinológica y el sistema óseo. La GH, tiroxina, insulina y corticoides influyen en el aumento de la talla y la velocidad de crecimiento. Otras hormonas, como la paratohormona, dehidrocolecálciferol y calcitonina influyen en la mineralización ósea. La GH es la hormona clave en el crecimiento longitudinal; está 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.

Cambios emocionales en la mujer en la adolescencia

El adolescente de 12 a 14 años generalmente ha sustituido el pensamiento concreto por una mayor capacidad de abstracción que lo va capacitando cognitiva, ética y conductualmente para saber distinguir con claridad los riesgos que puede correr al tomar algunas decisiones arriesgadas, otra cuestión es que el deseo y la posibilidad de experimentar supere a la prudencia. La lucha independencia-dependencia: en la primera adolescencia (12 a 14 años), la relación con los padres se hace más difícil, existe mayor recelo y confrontación; el humor es variable y existe un “vacío” emocional. En la adolescencia media (15 a 17 años) estos conflictos llegan a su apogeo para ir declinando posteriormente, con una creciente mayor integración, mayor independencia y madurez, con una vuelta a los valores de la familia en una especie de “regreso al hogar” (18 a 21 años).

Menarca y adolescencia

Un elevado número de mujeres presentan en algún momento de su desarrollo alguna alteración en la menstruación. En la mayoría de los casos esta alteración es secundaria a la anovulación y a la inmadurez del eje hipotálamohipofisario. Sin embargo, las alteraciones del sangrado vaginal en la adolescente pueden esconder otro tipo de trastorno que puede requerir tratamiento y seguimiento específicos y que el pediatra debe saber reconocer y diagnosticar.

Principales patologías propias de la mujer durante la adolescencia

En adultos jóvenes, hay diversas enfermedades, algunas de estas son:

- Adherencias labiales
- La amenorrea
- La anorexia
- Bulimia
- La clamidia
- Crecimiento excesivo del vello
- Depresión
- Dolor pélvico en las niñas
- Endometriosis
- Herpes
- SIDA, VIH

Cuidados de la mujer en la adolescencia

Como el cuerpo va creciendo, va desarrollándose al mismo tiempo, hay cambios físicos, mentales, en esta parte el aseo personal entra, ya que hay que tener un control de higiene con los cambios que se manifiestan, todos estos cambios ocurrirán lentamente. Tendrás que aprender nuevas rutinas para mantenerte limpia y sana, como Ponerte ropa interior limpia y ropa de vestir cada día. Lavarte las manos y la cara cada día con agua y jabón. Usar una toalla para secártelas. Ducharte o bañarte tú sola. Te puedes lavar todas las partes del cuerpo y el pelo. Usar desodorante cada día. Así conseguirás que las axilas te suden menos y que no te huelan mal.

Embarazos en la adolescencia

La mayoría de las adolescentes no planea embarazarse, pero muchas lo hacen. Los embarazos en la adolescencia tienen riesgos adicionales de salud tanto para la madre como para el bebé. Con frecuencia, las adolescentes no reciben cuidados prenatales a tiempo, lo que puede provocar problemas posteriores. Tienen mayor riesgo de hipertensión arterial y sus complicaciones. Los riesgos para el bebé incluyen partos prematuros y niños con poco peso al nacer.

Planificación familiar en la adolescencia

La Organización Mundial de la Salud define la adolescencia como la etapa comprendida entre los 10 y los 19 años. Se trata de un periodo de desarrollo en el que se producen importantes cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales. En términos de salud sexual y reproductiva, los adolescentes son considerados una población de alta vulnerabilidad. Los riesgos y consecuencias negativas de las relaciones sexuales no protegidas en los adolescentes son motivo de preocupación en el área de la salud. En general, todos los métodos anticonceptivos que son seguros para los adultos sanos también son seguros para los adolescentes sanos. Antes de discutir las opciones anticonceptivas, los adolescentes deben tener la oportunidad de expresar sus necesidades y decidir libremente el protegerse de un embarazo.

Enfermedades de transmisión sexual en la adolescencia

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son enfermedades infecciosas transmitidas por el contacto sexual. El 50 % de las nuevas ETS se producen en personas de entre 15 y 24 años. Se han identificado numerosas ETS. De acuerdo con el Instituto Nacional para la Alergia y las Enfermedades Infecciosas (National Institute for Allergy and Infectious Diseases) y los Centros para el Control de Enfermedades, los tipos comunes de ETS incluyen los siguientes: Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH), Virus del papiloma humano (VPH). Las ETS pueden transmitirse de una madre a su bebé antes o durante el nacimiento. Algunas infecciones del recién nacido pueden tratarse correctamente, pero otras pueden causar una discapacidad permanente o incluso la muerte del bebé.

Adicciones en la adolescencia

La adolescencia es el tiempo de probar cosas nuevas. Los adolescentes usan el alcohol y las otras drogas por varias razones, incluyendo la curiosidad, para sentirse bien, para reducir el estrés, para sentirse personas adultas o para pertenecer a un grupo. Es difícil el poder determinar cuáles de los adolescentes van a experimentar y parar ahí, y cuáles van a desarrollar problemas serios. Los adolescentes que corren el riesgo de desarrollar problemas serios con el alcohol y las drogas incluyen aquellos: con un historial familiar de abuso de sustancias que están deprimidos que sienten poco amor propio o autoestima que sienten que no pertenecen y que están fuera de la corriente. El uso de las drogas y el alcohol está asociado con una variedad de consecuencias negativas, que incluyen el aumento en el riesgo del uso serio de drogas más tarde en la vida, el fracaso escolar, el mal juicio que puede exponer a los adolescentes al riesgo de accidentes, violencia, relaciones sexuales no planificadas y arriesgadas y el suicidio.

Prevención de suicidios en la adolescencia

El suicidio no es un tema fácil de abordar, se trata de un problema de salud pública que impacta en diferentes niveles en la sociedad. Según la OMS (2012), se registró que, a nivel mundial, se producen alrededor de 804.000 muertes por suicidio. Dada la importancia del tema, a través de la 66.ª Asamblea Mundial de la Salud se instauró el primer Plan de acción sobre Salud Mental. Este tiene el objetivo de reducir en un 10% la tasa de suicidios a nivel mundial en 2020.