



Nombre del Alumno: Anayeli Pérez Ordoñez

Nombre del tema: La Adolescencia en la Mujer

Parcial I

Nombre de la Materia: Enfermería en el Cuidado de la Mujer

Nombre del Profesor: Alfonso Velázquez Ramírez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Pichucalco, Chiapas; a 26 de septiembre 2023

# LA MUJER EN LA ADOLESCENCIA



La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la adultez, donde ocurren grandes cambios a nivel físico, emocional y social. Según La Organización Mundial de la Salud (OMS) lo define como el periodo de crecimiento entre los 10 y 19 años de edad.

## ETAPAS DE LA ADOLESCENCIA



**Adolescencia temprana**  
Entre los 10 y 13 años. Las hormonas sexuales comienzan a estar presentes y por esto se dan cambios físicos.

**Adolescencia media**  
Entre los 14 y 16 años. Comienzan a evidenciarse cambios a nivel psicológico.

**Adolescencia tardía**  
Desde los 17 y puede extenderse hasta los 21 años. Comienzan a sentirse más cómodos con su cuerpo, buscando la aceptación para definir así su identidad.

## CAMBIOS FISICOS EN LA MUJER

La adolescencia se inicia por unos cambios corporales que se recogen bajo el concepto de pubertad. Unos cambios neuroendocrinológicos que ponen en marcha unas modificaciones corporales que culminarán en la consolidación de un cuerpo adulto. Estos cambios se pueden concretar en dos ámbitos:

### 1. Los cambios anatómico-estructurales:



consistentes en los desarrollos de los caracteres sexuales secundarios: tamaño, masa muscular, ósea...

### 2. Los cambios funcionales:



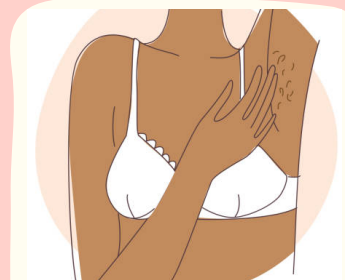
se desarrolla la capacidad de procrear, iniciándose con la aparición del período menstrual.



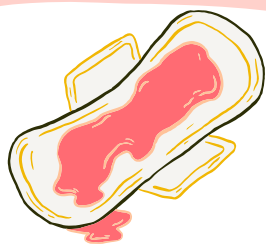
**Crecimiento de glándulas mamarias**



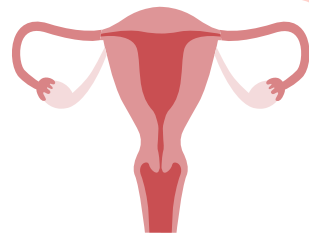
**Crecimiento de vello púbico**



**Aparecimiento de vello axilar**



**Menarquia**  
(al rededor de 12-14 años)



**Cambios en la vagina, útero y ovarios**



**Distribución de grasa corporal**



**Aumento de estatura**



**Acné**

Los cambios físicos en la adolescencia en mujeres son variados, se ven influenciados por la producción de diversas hormonas (somatotropina, parathormona, tiroxina, etc..)

Es relevante saber que los cambios se pueden producir a diferente velocidad según cada cuerpo y persona.

# CAMBIOS EMOCIONALES EN LA ADOLESCENCIA



La adolescencia se caracteriza también por el desarrollo de competencia emocional y social. La primera se relaciona con la capacidad de manejar o autorregular las emociones y la segunda con la habilidad para relacionarse efectivamente con otros, , además de facilitar la progresiva autonomía, las relaciones con los pares cumplen otras funciones importantes, contribuyendo significativamente al bienestar y desarrollo psicosocial de los jóvenes.

## LA LUCHA DEPENDENCIA-INDEPENDENCIA EN EL SENO FAMILIAR



(12 a 14 años)

- ✓ Relación padres e hijas se hace difícil.
- ✓ Recelo y confrontación.
- ✓ Humor variable.
- ✓ Existe un “vacío emocional”.

(15- 17 años)

- ✓ Mayor integración.

(18- 21 años)

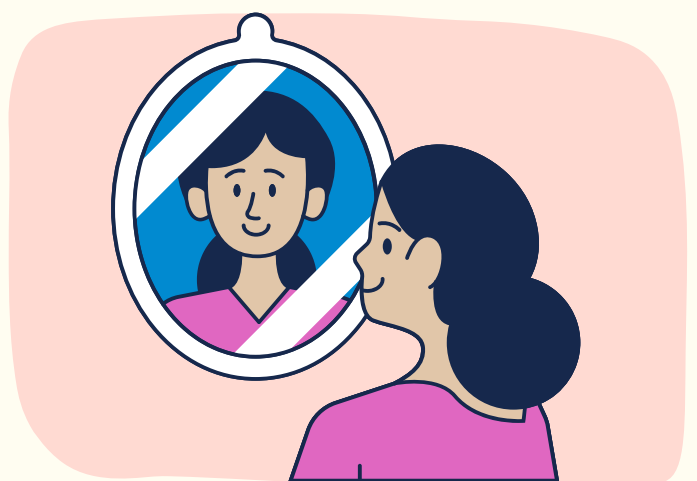
- ✓ Mayor independencia y madurez.
- ✓ Valores a la familia “regreso al hogar”.

- ✓ Preocupación y rechazo del propio cuerpo.
- ✓ Inseguridad respecto a su atractivo.

(18- 21 años)

- ✓ Mayor aceptación de la corporalidad.

## LA IMPORTANCIA DE LA IMAGEN CORPORAL



## LA RELACIÓN CON SUS PARES



- ✓ Integración en el grupo de amigos: vital para el desarrollo de aptitudes sociales.
- ✓ Relaciones fuertemente emocionales.
- ✓ Aparecen atracciones o relaciones con el sexo opuesto.

## DESARROLLO DE LA PROPIA IDENTIDAD

Gracias al distanciamiento con su entorno familiar, el adolescente puede iniciar una búsqueda de sí mismo. Ya que los cambios psicológicos y sociales le pondrán en situaciones de tener que construir su identidad personal. A la vez que tendrá que hacer frente a nuevas formas de vida.



## Fuentes bibliográficas

Espinosa, J. L. (Abril de 2002). SciELO. Obtenido de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0211-57352004000200005](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005)

García, L. (25 de marzo de 2019). Obtenido de <https://www.coachingconlaura.com/la-identidad-en-la-adolescencia/#:~:text=En%20la%20adolescencia%2C%20la%20%E2%80%9Ccrisis,e s%20potencialmente%20constructiva%20y%20necesaria.>

IMSS. (s.f.). Acercando el IMSS al Ciudadano. Obtenido de <https://www.imss.gob.mx/preguntas-frecuentes-35>

Martínez, H. H. (29 de agosto de 2022). Centro Sequoia. Obtenido de Cambios físicos en la adolescencia en mujeres : <https://centrosequoia.com.mx/desarrollo-y-cambios-fisicos-en-la-adolescencia/cambios-fisicos-en-la-adolescencia-en-mujeres/>

Profamilia. (s.f.). Obtenido de adolescencia y pubertad- cuerpo y sexualidad: <https://profamilia.org.co/aprende/cuerpo-sexualidad/adolescencia-y-pubertad/#:~:text=Cambios%20f%C3%ADsicos%20de%20las%20mujeres%20en%20la%20adolescencia%3A&text=Cambio%20en%20la%20forma%20p%C3%A9lvica,e n%20la%20piel%20y%20acn%C3%A9.>

SciELO. (diciembre de 2015). Obtenido de Desarrollo psicosocial del adolescente: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0370-41062015000600010](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062015000600010)

Torres, A. (5 de junio de 2022). Psicología y Mente . Obtenido de <https://psicologiymente.com/desarrollo/etapas-adolescencia>

Universidad de Carabobo, F. d. (agosto de 2011). scielo . Obtenido de [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1316-71382011000200002](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382011000200002)

Uruguay, U. (2020). UNICEF. Obtenido de <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,los%2010%20y%2019%20a%C3%B1os.>

Antología Institucional UDS Mi Universidad. Enfermería en el Cuidado de la Mujer