



**Mi Universidad**

## **Cuadro Sinóptico**

*Nombre del Alumno: Dafne Paola Sánchez Aguilar*

*Nombre del tema: Cuidados de la mujer durante la adolescencia*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: Enfermería en el cuidado de la Mujer*

*Nombre del profesor: MASS. María Del Carmen López Silba*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería General*

*4to. Cuatrimestre*

*Comitán de Domínguez, Chiapas; 13 de noviembre de 2023*

**CUIDADOS DE LA MUJER DURANTE LA ADOLESCENCIA**

**Adolescencia de la mujer**

La adolescencia es un periodo de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, que convierten al niño en adulto y el cuerpo se prepara para la función reproductora, como también 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.

La menarquia ocurre en el estadio IMS 3 o 4 y está relacionada con la edad de la menarquia de la madre y las condiciones socioeconómicas. También hay cambios a nivel de ovario y tamaño del útero. 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, dehidrocalciferol 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**

**Cambios psicosociales:** Las transformaciones físicas tienen un correlato en la esfera psicosocial, comprendiendo cuatro aspectos:

- La lucha dependencia-independencia.
- La importancia de la imagen corporal.
- La relación con sus pares y el desarrollo de la propia identidad.
- El cerebro adolescente.

En el desarrollo psicosocial valoraremos cuatro aspectos de crucial importancia:

- La lucha dependencia-independencia en el seno familiar
- Preocupación por el aspecto corporal, integración en el grupo de amigos.
- El desarrollo de la identidad.
- 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.

El ciclo menstrual normal representa una relación compleja entre las hormonas y los acontecimientos fisiológicos que se llevan a cabo en el hipotálamo, la hipófisis, el ovario y el útero, para preparar el cuerpo para una posible gestación.

- **Fase folicular:** En un ciclo ovulatorio, la hormona liberadora de gonadotropina es segregada en el sistema portal hipotalámico de manera pulsada, lo que provoca la secreción de la hormona foliculoestimulante y de la hormona luteinizante.
- **Fase luteínica:** La LH y la FSH disminuyen drásticamente su secreción como consecuencia de una potente retroalimentación negativa secundaria a una elevada concentración de estradiol, progesterona e inhibina.

Principales patologías propias de la mujer durante la adolescencia

- **Adherencias labiales:** Los labios (mayores y menores) son los labios externos de la vagina. Ambos pares de labios están separados entre sí; sin embargo, cuando los labios menores se pegan, esto se conoce como adherencias labiales.
- **Amenorrea:** se define como una niña que no tiene un período menstrual durante tres ciclos mensuales o más.
- **Anorexia:** es un grave problema de alimentación debilitante que se produce con mayor frecuencia en las niñas y que se caracteriza por una visión distorsionada de su cuerpo que las lleva a creer que tienen sobrepeso y necesitan restringir la cantidad de comida que comen, hacer demasiado ejercicio u otras conductas que les impiden aumentar de peso, casi hasta la inanición.
- **Bulimia:** La bulimia es un tipo de problema de alimentación en el que los niños o adolescentes tienen episodios de sobrealimentación incontrolable.
- **Ciclo menstrual irregular:** Durante la pubertad, a menudo se producen irregularidades menstruales; estas pueden ser períodos irregulares, infrecuentes o totalmente faltantes, o períodos con sangrado más abundante de lo normal.
- **Clamidia:** es una enfermedad bacteriana de transmisión sexual que se transmite más comúnmente a través de cualquier forma de contacto sexual. Una infección por clamidia puede tratarse fácilmente si se detecta.
- **Crecimiento excesivo del vello:** Cuando el vello corporal de las mujeres crece más de lo normal o en áreas en las que el vello generalmente se produce en hombres, como en la espalda, el pecho o la cara, la afección se conoce como hirsutismo.
- **Depresión:** es una afección clínica común que afecta el estado de ánimo y la salud mental de niños/adolescentes por más de dos semanas y es lo suficientemente grave como para interferir con la vida diaria.
- **Dismenorrea:** es otro término para lo que se denomina comúnmente dolor menstrual intenso y frecuente o cólicos menstruales.
- **Dolor pélvico en las niñas:** El dolor debajo del ombligo, en la parte inferior del abdomen y entre los huesos de la cadera, se denomina dolor pélvico.
- **Endometriosis:** Cuando el tejido que normalmente recubre el útero de una mujer (endometrio) crece fuera del útero, la afección se denomina endometriosis.
- **Galactorrea:** Se refiere a los senos de una persona que no está amamantando y que producen una sustancia lechosa en el pezón de uno o ambos senos.
- **Ginecomastia:** Cuando los bebés, los niños o los hombres tienen agrandamiento benigno de las mamas, la afección se conoce como ginecomastia.
- **Gonorrea:** La gonorrea es una infección bacteriana que se transmite a través del contacto sexual. Puede causar síntomas que afectan los órganos sexuales, así como otras áreas del cuerpo.
- **Herpes:** El herpes es una enfermedad que afecta la piel, es decir, la boca, los labios y la cara o los genitales. Los síntomas generalmente incluyen llagas que aparecen en el cuerpo y se convierten en ampollas dolorosas y con picazón.
- **Hipertrofia labial:** La hipertrofia labial es una afección inofensiva en la que los labios internos (generalmente) son más grandes de lo normal; sin embargo, uno o ambos labios pueden verse afectados.
- **Hipoplasia labial:** La hipoplasia labial es la afección inofensiva en la que faltan uno o ambos lados de los labios, o estos no crecen normalmente durante la pubertad.
- **Infecciones por levaduras:** Candidiasis es el término científico para referirse a una infección causada por el hongo levaduriforme *Candida albicans*. Cuando crece en exceso, puede causar una infección de la piel, la vagina, el estómago, el tracto urinario o la boca con una variedad de síntomas.
- **Infecciones/enfermedades de transmisión sexual:** Toda infección que se transmite de una persona a otra a través del contacto sexual se conoce como enfermedad de transmisión sexual.
- **Inquietudes sobre la pubertad y la menstruación:** La pubertad es el momento en que un niño se convierte en adulto. A medida que los niños alcanzan la edad de la adolescencia y la pubertad, pueden surgir una variedad de inquietudes tanto para los niños como para las niñas a medida que sus cuerpos maduran sexualmente. En las niñas, estas inquietudes generalmente se presentan en forma de problemas con su ciclo menstrual.
- **Masa ovárica/Quiste ovárico:** Generalmente, los quistes ováricos son bolsas no cancerosas llenas de líquido que con frecuencia desaparecen por sí solas; en niñas jóvenes <8 años de edad, la mayoría de los tumores hallados también son benignos.
- **Mastalgia:** La mastalgia se refiere a cualquier tipo de dolor en la mama o en los músculos/las articulaciones que se encuentran en las cercanías.
- **Mastitis:** La mastitis es una inflamación de la mama, que puede estar relacionada o no con una infección.
- **Problemas de alimentación:** El término "problema de alimentación" se refiere a una variedad de comportamientos diferentes y persistentes relacionados con la alimentación que producen un cambio en la forma en que el niño/adolescente/adulto joven consume o absorbe los alimentos y que causa un mal funcionamiento físico y psicosocial.
- **Retraso en la pubertad/desarrollo sexual:** La pubertad tardía puede definirse como una situación en la que el momento de maduración sexual del cuerpo ocurre más tarde de lo habitual.

# CUIDADOS DE LA MUJER DURANTE LA ADOLESCENCIA

## Principales patologías propias de la mujer durante la adolescencia

- **El síndrome de ovario poliquístico:** es un trastorno común entre las mujeres jóvenes en edad reproductiva, por el cual los ovarios producen más que la cantidad normal de hormonas masculinas.
- **Síndrome premenstrual (SPM):** El síndrome premenstrual (premenstrual syndrome, PMS) se refiere a un grupo de síntomas incómodos o calambres dolorosos que las niñas suelen experimentar justo antes de su período mensual o durante este.
- **Trastorno por atracones:** El atracón es un tipo de problema de alimentación en el que se comen cantidades anormalmente grandes de alimentos en una sola sesión.
- **Trastorno reproductivo menstrual:** Trastorno reproductivo menstrual es un término que puede usarse para referirse a la amplia gama de afecciones relacionadas con el ciclo menstrual.
- **Trastornos mamarios:** Tanto las niñas como los niños pueden presentar problemas en las mamas. Quizás la anomalía mamaria más frecuente en las niñas jóvenes que se observa en el consultorio del pediatra es un agrandamiento mamario unilateral.
- **Tricomoniasis:** La tricomoniasis es una infección bacteriana que se transmite por vía sexual. Tanto los hombres como las mujeres pueden contraer la enfermedad, pero generalmente solo causa síntomas en las mujeres.
- **Útero septado o tabicado:** Un útero septado o tabicado es una anomalía congénita de un útero que presenta una pared de tejido que pasa por el centro y divide la cavidad uterina en dos.
- **El VIH:** es un virus que puede destruir el sistema inmunitario del cuerpo. Con el tiempo y sin tratamiento, el virus puede causar sida, una enfermedad que amenaza la vida y que se produce cuando el sistema inmunitario del cuerpo está muy comprometido.
- **Vulvitis:** La vulva se refiere a los pliegues suaves de la piel en la parte externa de la vagina. Cuando estos se inflaman o irritan, esto se conoce como vulvitis.

## Cuidados de la mujer en la adolescencia

Aprender a cuidar de tu propio cuerpo es una parte importante del proceso de crecimiento. A medida que te vayas haciendo mayor, tu cuerpo irá cambiando conforme te vayas convirtiendo en una mujer. Esto recibe el nombre de pubertad.

Durante la pubertad, desarrollarás: una piel y un pelo más grasos vello que te crecerá en las axilas (bajo la unión de los brazos con el tronco), en las piernas y en las partes íntimas (las partes de tu cuerpo que te cubre la ropa interior) sudor de olor desagradable, sobre todo en las axilas senos (pechos o mamas) el período, también llamado la menstruación o, en lenguaje más coloquial, "la regla". Es cuando te sale sangre por la vagina, pero no estás enferma ni te has hecho daño.

Todos estos cambios ocurrirán lentamente. Tendrás que aprender nuevas rutinas para mantenerte limpia y sana.

## Embarazos en la adolescencia

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

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.

- Métodos de barrera: condón masculino y femenino.
- Métodos hormonales: pastillas, parches, anillos vaginales, inyectables, DIU hormonal, anticonceptivos de emergencia y el DIU de cobre o plato.
- Métodos definitivos: vasectomía y salpingoclasia (ligadura de trompas)

# CUIDADOS DE LA MUJER DURANTE LA ADOLESCENCIA

## 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.

La mejor manera de prevenir que su hijo o hija contraigan una ETS es aconsejarles que se abstengan de mantener todo tipo de contacto sexual con otra persona.

Algunas enfermedades son:

- Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH).
- Virus del papiloma humano (VPH).
- Clamidia
- Gonorrea.
- Sífilis
- Enfermedad inflamatoria pélvica (PID).
- Vaginitis bacteriana; Chancroide; Infecciones con citomegalovirus; Granuloma inguinal (donovanosis); Linfogranuloma venéreo; Molusco contagioso; Ladilla; Sarna; Tricomoniasis; Úlceras orales (el sexo oral puede producir úlceras por presencia de gonorrea o herpes).

## Adicciones en la adolescencia

Los adolescentes pueden estar comprometidos en varias formas con el alcohol y las drogas legales o ilegales. Es común el experimentar con el alcohol y las drogas durante la adolescencia. Desgraciadamente, con frecuencia los adolescentes no ven la relación entre sus acciones en el presente y las consecuencias del mañana.

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.

Las señales principales del uso de alcohol y del abuso de drogas por los adolescentes pueden incluir:

- **Físicas:** fatiga, problemas al dormir, quejas continuas acerca de su salud, ojos enrojecidos y sin brillo y una tos persistente.
- **Emocionales:** cambios en la personalidad, cambios rápidos de humor, irritabilidad, comportamiento irresponsable, poco amor propio o autoestima, carencia de juicio, depresión, retraimiento y una falta general de interés.
- **De Familia:** el comenzar argumentos, desobedecer las reglas, el retraerse o dejar de comunicarse con la familia.
- **En la Escuela:** interés decreciente, actitud negativa, calificaciones bajas, ausencias frecuentes, faltas al deber y problemas de disciplina.
- **Problemas Sociales:** amigos o pares envueltos con drogas y alcohol, problemas con la ley y el cambio dramático en el vestir y apariencia.

## Prevención de suicidios en la adolescencia

Existen factores de riesgo en el suicidio adolescente de tipo social, cultural y psicológico que pueden afectar a una persona para tomar una decisión como esta. En otras palabras, es un fenómeno multicausal.

Al ser un problema de salud mental, es importante considerar desde factores globales hasta los más personales.

La importancia de hablar del tema, romper el silencio, dejar los prejuicios a un lado y abrir un espacio de seguridad o programa en el que se priorice la salud mental es fundamental.

Estos programas tendrán como finalidad que los adolescentes tomen "conciencia de la relación entre las enfermedades mentales y otros factores de riesgo asociados a la conducta suicida. De modo que puedan pedir ayuda de forma efectiva cuando la necesiten".

Bibliografía:

- <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/c85a139181053617089db2da3bcbede1-LC-%20LEN405%20ENFERMERIA%20EN%20EL%20CUIDADO%20DE%20LA%20MUJER.pdf>