

ADOLESCENCIA Y PUBERTAD

Cambios hormonales

La pubertad comienza con una disminución de la sensibilidad de las neuronas hipotálamicas productoras de hormona liberadoras de gonadotropinas (GnRH) a la inhibición ejercida por los esteroides gonadales.

Suprarrenales

Entre los 6-8 años de edad ósea se produce la adrenarquia o maduración de las suprarrenales. Se inicia unos 2 años antes que el aumento de los esteroides gonadales, y es independiente del eje

Eje hipotálamo-hipófisis-somatomedínico

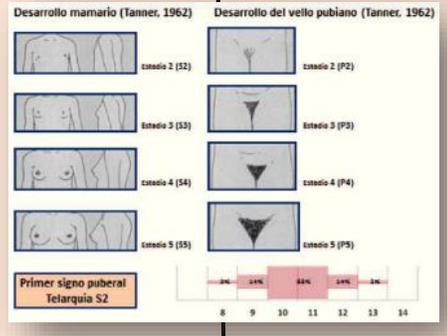
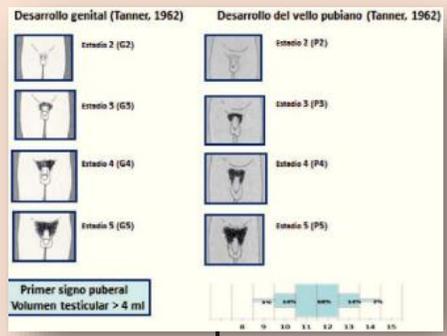
En la pubertad se produce la activación de este eje, dando lugar a un aumento en la producción en el hipotálamo de hormona liberadora de la hormona del crecimiento, en la hipófisis de hormona del crecimiento (GH) que, a su vez, aumenta los niveles de factor de crecimiento similar a la insulina tipo 1 (IGF1) y proteína transportadora de IGF tipo 3. Este incremento se produce antes en las mujeres que en los hombres hipotálamo-hipófisis-gonadal.

Crecimiento y maduración física

El comienzo y la progresión de la pubertad varían de un adolescente a otro, con un amplio rango de normalidad, la edad media de inicio del desarrollo mamario era de $10,6 \pm 1,0$ años, la edad media de inicio del desarrollo testicular de $12,3 \pm 1,1$ años, y la edad media en la cual se presenta la menarquia entre $12,7 \pm 0,9$ años $7,8$. Los cambios físicos en la pubertad son: aceleración y desaceleración del crecimiento óseo y de órganos internos, cambios de la composición corporal y maduración sexual (gónadas, órganos

Cambios de la composición corporal y el desarrollo de sistemas y órganos.

El aumento de peso durante el estirón puberal llega a suponer alrededor del 50% del peso ideal del adulto. Las chicas acumulan más grasa que los chicos, y en estos predomina el crecimiento óseo y muscular, produciendo al final del crecimiento un cuerpo más magro en los varones. reproductores y caracteres sexuales secundarios).



Maduración sexual
Basándose en el desarrollo de órganos genitales y caracteres sexuales secundarios, Tanner (1962) estableció una clasificación en 5 estadios, que se sigue utilizando actualmente para valorar la maduración sexual.

Maduración sexual
Los caracteres sexuales secundarios, tanto en el sexo masculino como en el femenino, dependen de la estimulación androgénica, salvo el desarrollo mamario, que depende del estímulo estrogénico. Su aparición, adelantada o retrasada, frente al grupo de iguales es muy importante para el adolescente, pudiendo ocasionarle problemas de autoestima y psicológicos.

Maduración sexual
El primer signo de la pubertad en las chicas es el botón mamario, suele coincidir con una edad ósea de 11 años. El tiempo en el que completan la pubertad las niñas es de unos 4 años, pero puede variar de 1,5 a 8 años.

La adolescencia es un periodo de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, que convierten al niño en adulto. Se inicia con la pubertad y termina cuando cesa el desarrollo bio-psicosocial.

Aspectos psicosociales
Es sabido desde los trabajos de Piaget que durante la adolescencia se pasa del pensamiento concreto al abstracto con proyección de futuro, característico de la madurez. Sobre los 12 años se alcanza el desarrollo cognitivo con capacidad de pensar en abstracto, a los 15-16 el desarrollo moral, saber lo que está bien y mal.

Aparte del importante crecimiento y desarrollo, los objetivos psicosociales a conseguir son:

- Adquirir independencia familiar
- Tomar conciencia de la imagen corporal y aceptación del cuerpo
- Relación con amigos, se establecen las parejas
- Identidad

