



Ensayo

Nombre del Alumno: Jorge Iván camas Hernández

Nombre del tema: mujer en la adolescencia

Parcial: II

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

Nombre del profesor: Alfonzo Velásquez

Nombre de la Licenciatura: enfermería

Cuatrimestre: cuarto cuatrimestre

La mujer en la adolescencia

ADOLESCENCIA EN LA MUJER



en la que las mujeres experimentan cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales: FÍSICOS, EMOCIONALES, PSICOLOGICOS Y MESTRUACION.

CAMBIOS FÍSICOS



Alcanzan la estatura máxima, sus senos crecen, se ensanchan las caderas y se define la cintura. También aparece vello en las axilas y en el pubis, la voz se hace más aguda, la piel se vuelve más grasosa y puede aparecer acné.

CAMBIOS EMOCIONALES

Las hormonas pueden causar desasosiego, irritabilidad, insomnio, ansiedad y depresión



CAMBIOS PSICOLOGICOS

Se desarrolla una mayor curiosidad por conocer el mundo y se accede a una nueva forma de pensamiento

MESTRUACION

Inician los periodos menstruales, que ocurren cada 28 días aproximadamente y duran de 3 a 7 días.

CUIDADOS DE LA MUJER EN LA ADOLESCENCIA

Durante la adolescencia, las mujeres pueden cuidar su salud de diversas formas

Higiene personal, alimentación, actividad física, salud mental, cuidado de la piel

