



Super nota

Nombre del Alumno: María Guadalupe Pérez Gutierrez

Nombre del tema: la mujer en la adolescencia.

Parcial: 2

Nombre de la Materia: Enfermería En El Cuidado de La Mujer.

Nombre del profesor: Alfonso Velázquez Lujano

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 4

Adolescencia en la mujer

La adolescencia es un periodo de la vida con cambios intensos cambios físico, psíquicos y sociales. Esta etapa comienza de los 12 a los 19

Esta es una etapa de desarrollo humano aceptada por todos, en la actualidad esta es un periodo mas prolongado por diversas razones



En estudios se encontró que los padres evaden el tema esperando el momento oportuno cuando deciden solo establecen un dialogo en forma general sobre el sexo



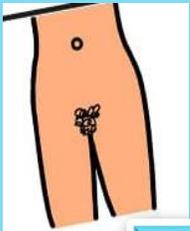
En estudios se encontró que los padres evaden el tema esperando el momento oportuno cuando deciden solo establecen un dialogo en forma general sobre el sexo



Los estudios acerca de la adolescencia y las repercusiones del embarazo y la maternidad apuntan a señalar el síndrome de las embarazadas adolescentes

Cambios físicos en la mujer

Crecimiento del vello pubiano



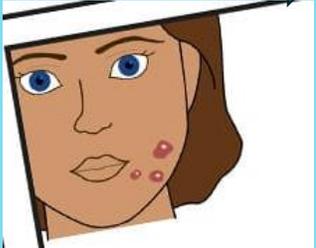
La menarquia ocurre en el estadio IMS 3 o 4 y esta relacionado con la edad de la menarquia de la madre en ella influyen escasamente el clima y la raza

Crecimiento de las mamas



La GH, tiroxina, insulina y corticoides influyen en el aumento de la talla y la velocidad del crecimiento

Cambios a nivel de ovario y tamaño del útero



Otras hormonas como la parathormona, dehidrocalciferol y la calcitonina influyen en la mineralización ósea

La GH es clave en el crecimiento longitudinal, esta secretada bajo la influencia del factor de liberación GHRH y la somatostatina

La maduración ósea parece depender de las hormonas

Cambios emocionales

Los cambios emocionales constan de 4 aspectos: la lucha dependencia-independencia, la importancia de la imagen corporal, la relación con sus pares y el desarrollo de su propia identidad

El adolescente de 12 a 14 años generalmente ha sustituido el pensamiento concreto por una mayor capacidad de abstracción que capacita cognitiva, ética y conductualmente para distinguir los riesgos al tomar alguna decisión arriesgada



En el desarrollo psicosocial valoramos 4 aspectos importantes



La lucha independencia-dependencia en la primera adolescencia



Cambios en el estado ánimo

Primera adolescencia (12-14) relación con los padres se hace más difícil, existe mayor recelo y confrontación; el humor es variable y existe un "vacío" emocional; adolescencia media (15 a 17 años) mayor integración, mayor independencia y madurez, con una vuelta a los valores de la familia en una especie de "regreso al hogar"

Preocupación por el aspecto corporal



Elaboración de una escala de valores propia

en los primeros años, con rechazo del propio cuerpo, inseguridad respecto a su atractivo, al mismo tiempo que crece el interés por la sexualidad; adolescencia media, se produce una mejor aceptación del cuerpo, pero sigue preocupándoles mucho la apariencia externa. Las relaciones sexuales son más frecuentes. Entre los 18 y 21 años el aspecto externo tiene ya una menor importancia.

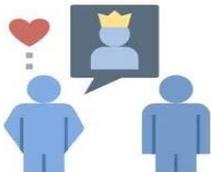
Integración en el grupo de amigos



Iniciación del pensamiento formal

La amistad es lo más importante y desplaza el apego que se sentía hasta entonces por los padres. Las relaciones son fuertemente emocionales y aparecen las relaciones con el sexo opuesto; la relación con los amigos se vuelve más débil, centrándose en pocas personas y/o en relaciones más o menos estables de pareja

Desarrollo de la identidad



Egocentrismo

en la primera adolescencia hay una visión Desarrollo psicosocial (12 a 14 años)
 Dependencia independencia Mayor recelo y menor interés por los padres Vacío emocional, humor variable Preocupación por el aspecto corporal Inseguridad respecto a la apariencia y atractivo Interés creciente sobre la sexualidad Integración en el grupo de amigos Amistad.



Sustitución del vínculo de dependencia

Cuidados de la mujer en la adolescencia

Durante la pubertad se desarrolla

Sudor de olor desagradable en las axilas y los senos

Vello que crecerá en las axilas en las piernas y partes íntimas

Una piel y un pelo más grasoso

El periodo o la menstruación



Para oler bien



Ponerte ropa interior limpia y ropa de vestir de diario

Lavarte las manos y cara cada día con agua y jabón



Ducharte tu sola lavando todas las partes del cuerpo y el pelo

Usa desodorante cada día y cepíllate los dientes 2 veces al día



Algunas chicas se afeitan el vello que les crece debajo de los brazos y las piernas

El periodo llegará una vez al mes y durará de 3 a 7 días



Algunos métodos pueden ser

Haz un horario para saber cuándo te tienes que lavar la cara, cepillarte los dientes o darte una ducha





Usa una imagen o listado que le indique los pasos a seguir para ponerte una comprensa y quitártela cuando este sucia

Numerar los elementos de usar como jabón champú y desodorantes para un kit de rutinas cotidianas



Puedes elaborar un kit para el periodo que contenga comprensas, toallitas limpiadoras y ropa interior limpia



