



# Mi Universidad

*Nombre del Alumno: Cecilia Guadalupe Gómez Morales*

*Nombre del tema: LA MUJER EN LA ADOLESCENCIA*

*Parcial: 1º*

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

*Nombre del profesor: L.E.O Alfonso Velázquez Ramírez*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

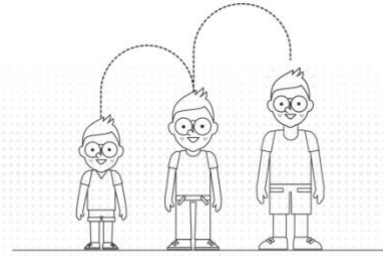
*Cuatrimestre : 4 º*

*Pichucalco, Chiapas*

*A 10 de Noviembre del 2024*

## 2.1 Adolescencia en 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. Los cambios físicos tienen una amplia variación de la normalidad.



La adolescencia es el proceso en el cual los jóvenes tienen que pasar muchos cambios, físicos también psicológicos, mediante el cual experimentan u exploran su cuerpo. Los cambios físicos comienzan entre los jóvenes de (12- 19 años de edad) .

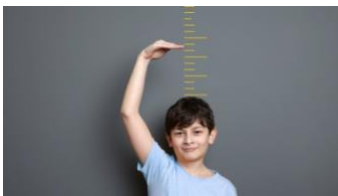


La adolescencia y las etapas del desarrollo humano nunca deben ser vistas como una enfermedad, un problema o una etapa crítica. Sin embargo, si un o una adolescente no ha empezado su etapa de desarrollo a los 15 años, es conveniente buscar la asesoría de un profesional de la salud.



### Cambios físicos de las mujeres en la adolescencia:

- Crecimiento de las mamas y ensanchamiento de caderas.
- Cambios en la vagina, el útero y los ovarios.
- Inicio de la menstruación y la fertilidad.
- Cambio en la forma pélvica, redistribución de la grasa corporal.
- Crecimiento de vello púbico y axilar.
- Aumento de estatura.
- Olor corporal fuerte, cambios en la piel y acné.



La adolescencia se suele dividir en tres etapas:

**Adolescencia temprana:** abarca aproximadamente desde los 10 u 11 años hasta los 14. Se caracteriza fundamentalmente por el inicio de la pubertad, donde se producen los grandes cambios físicos, que afectan al crecimiento y maduración sexual.  
propias de la edad adulta.



**Adolescencia media:** entre los 15 y los 17 años. Caracterizada, sobre todo, por los conflictos familiares, debido a la importancia que adquiere el grupo.

**Adolescencia tardía:** desde los 18 a los 21 años. Caracterizada por la reaceptación de los valores paternos y por asumir las tareas y responsabilidades propias de la edad adulta.





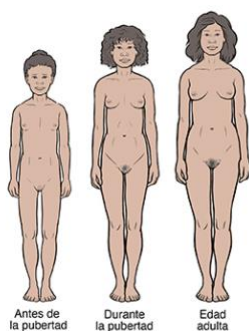
## ¿Cuándo aparece la regla?

Por lo general, la primera regla o menstruación aparece entre año y medio y tres años después de empezar con el aumento del pecho. Es frecuente que, unos meses antes de que aparezca, las chicas noten que tienen un aumento del flujo vaginal.

Los más jóvenes refieren deseos de abrirse, sentirse cómodos al hablar de sexo con sus progenitores, pero como estos no lo hacen con ellos creen que no podrán entenderlos por tener posiciones divergentes; por temor a ser desaprobados; por no ofenderlos

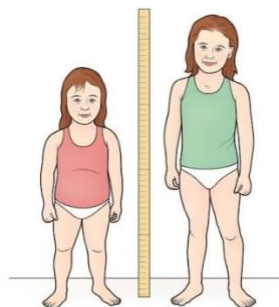


## 2.2 Cambios Físicos de la Mujer en la Adolescencia



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 (media de 11,2 años).

La edad de la menarquía tiende a descender en todos los países cuando las condiciones socioeconómicas son buenas. Influyen escasamente el clima y la raza. La media de edad de la menarquía está alrededor de los 12,4 años (3,6). 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.

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.



Algunas niñas tienen una secreción vaginal de leve a moderada de color transparente o blanco que comienza de 6 a 12 meses antes de su primer período menstrual. Esta es una respuesta normal al aumento de los niveles de estrógeno, una hormona del cuerpo.



También son cambios normales la transpiración en las axilas y el aumento de olor corporal; es por esto que la mayoría de las niñas comienzan a usar desodorantes o antisudoral al inicio de la pubertad. Como la piel produce más aceite y sudor, probablemente las niñas de esta edad quieran ducharse o lavarse el pelo más seguido.



## 2.3 Cambios Emocionales en la Mujer en la adolescencia

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

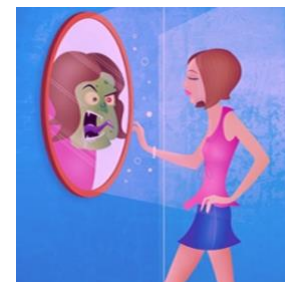


La lucha dependencia-independencia

La importancia de la imagen corporal

La relación con sus pares y el desarrollo de la propia identidad.

**Preocupación por el aspecto corporal:** los cambios físicos y psicológicos que acompañan la aparición de la pubertad generan una gran preocupación en los adolescentes, sobre todo en los primeros años, con extrañamiento y rechazo del propio cuerpo, inseguridad respecto a su atractivo, al mismo tiempo que crece el interés por la sexualidad.



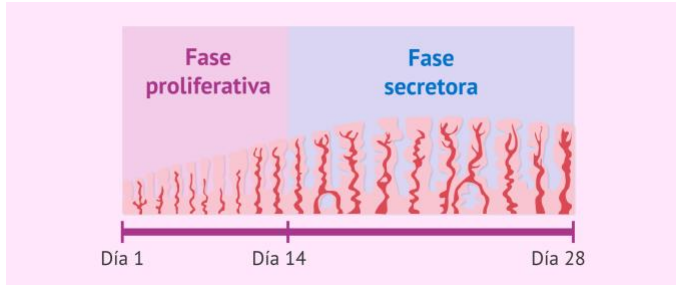
La amistad es lo más importante y desplaza el apego que se sentía hasta entonces por los padres. Las relaciones son fuertemente emocionales y aparecen las relaciones con el sexo opuesto.

Entonces, en esta etapa las decisiones tomadas por los adolescentes suelen estar más influenciadas por las emociones y las sensaciones que por el razonamiento lógico. Este patrón de comportamiento puede propiciar una tendencia a la impulsividad y una subestimación de los riesgos y consecuencias posibles.



**Desarrollo psicosocial (18 a 21 años)**  
 Dependencia independencia Creciente integración. Independencia. "Regreso a los padres" Preocupación por el aspecto corporal Desaparecen las preocupaciones.

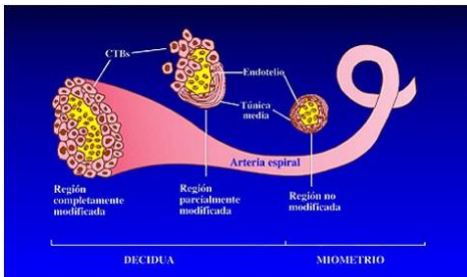
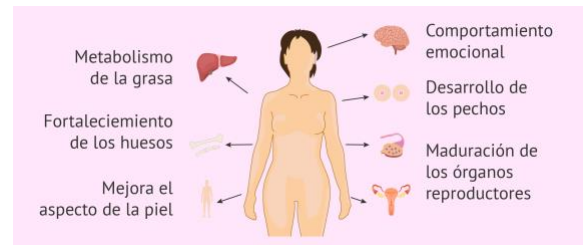
Tu primer periodo menstrual se llama menarca. Por lo general, empieza en algún momento entre los 11 y 14 años. Pero puede suceder en forma tan temprana como a los 9 años o tan tardía como a los 15 años. Si eres una adolescente, consulta a tu médico si no has empezado a tener periodos para los 15 años



El ciclo menstrual está dividido en dos fases:

- \*Proliferativa (folicular)
- \*Secretora (luteínica).

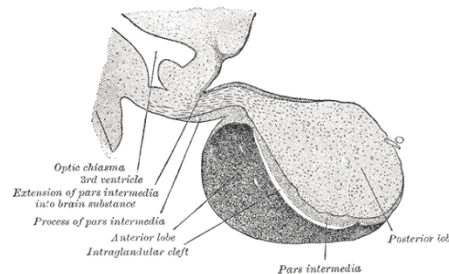
Durante esta fase el endometrio está bajo las influencias tróficas del estrógeno. Se produce un aumento de proliferación de células epiteliales, glándulas endometriales y estromales.



En esta fase, el endometrio se espesa, las glándulas se vuelven más tortuosas, crecen las arterias espirales y disminuye la actividad mitótica

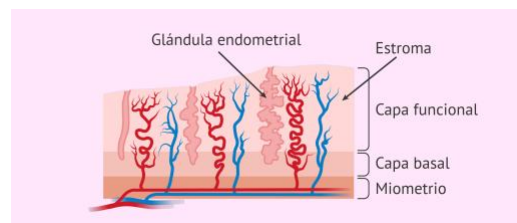
Es el resultado de la evacuación del endometrio secretor, sobre el cual ha actuado la progesterona subsecuente a la ovulación.

Para que un ciclo menstrual tenga lugar es imprescindible que El sistema hipotálamo-hipofisario esté intacto.



El ovario con sus componentes esté normal.

El endometrio sea capaz de responder a los esteroides ováricos



Todo aquello que se aleja de esta definición se considera un ciclo menstrual anormal. El ciclo menstrual debe considerarse un signo vital, casi tan importante como el pulso, la respiración o la presión arterial.



## Referencia Bibliográfica

1. <https://profamilia.org.co/aprende/cuerpo-sexualidad/adolescencia-y-pubertad/#:~:text=Es%20una%20etapa%20de%20la,alrededor%20de%20los%2019%20a%C3%Bl os.>
2. <https://www.cun.es/chequeos-salud/infancia/primera-menstruacion>
3. [https://es.wikipedia.org/wiki/Eje\\_hipot%C3%A1lamo-hipofisario](https://es.wikipedia.org/wiki/Eje_hipot%C3%A1lamo-hipofisario)
4. <https://www.medwave.cl/puestadia/congresos/777.html>
5. <https://www.imss.gob.mx/preguntas-frecuentes-35>
6. <https://adipa.mx/noticias/cambios-psicologicos-en-la-adolescencia-cuales-son/>
7. <https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/pubertad-en-chicas>
8. <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/para-adolescentes/pubertad>
9. <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html#:~:text=Cambios%20emocionales%20y%20sociales&text=Enfocarse%20en%20s%C3%AD%20mismos%3B%20pasar,graseros%20o%20con%20mal%20genio.>
10. <https://www.metododivergentes.com/cambios-emocionales-adolescencia/>
11. <https://www.clinicalascondes.cl/BLOG/Listado/Pediatrica/La-primera-menstruacion>