



# Mi Universidad

## ENSAYO

*Nombre del Alumno: Alejandra Monserrath Aguilar Diaz*

*Nombre del tema: Adolescencia*

*Parcial: 2*

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

*Nombre del profesor: María del Carmen López Silba*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 4*

*Lugar y Fecha de elaboración: Comitán de Domínguez, Chiapas a 11 de octubre del 2024*

## INTRODUCCION

La importancia de la adolescencia durante el periodo de desarrollo de la vida con intensos cambios físicos, psicológicos y sociales que convierten al niño en adulto. Es el conocimiento de estos cambios que adquiere un niño hacia su adolescencia son principalmente físicos en los cuales podemos ver la aparición del vello pubiano, aparición de glándulas sudoríparas, el botón mamario (en las mujeres) y la aparición de flujo.

La adolescencia además de ser un proceso es importancia de informar, educar, prevenir, cuidar y desarrollar nuevas medidas estratégicas para el desarrollo de una vida saludable en el adolescente. Es un proceso de integración de dichas acciones que forman un papel principal en el cuidado y atención hacia los adolescentes donde la enfermera impartirá los conocimientos adquiridos.

## DESARROLLO

El desarrollo de los adolescentes es un proceso difícil en las que un niño descubre cualidades en su cuerpo y de su mismo entendimiento de ellos. Estas cualidades con más visibles en las mujeres ya que existe el crecimiento de mamas, la llegada de la menstruación, el desarrollo de comprensión de las diversas cosas que puede prevenir en su salud. La adolescente puede presentar más cambios como las de un embarazo en estos aspectos, los cosas mas comunes son adolescentes con embarazos no deseados o no planificados, esto a no tener en cuenta los conocimientos de una planificación familiar o los tabús que puede existir en la familia o en la misma persona. Tomar conciencia de lo importante que son estos anticonceptivos también necesitan de consejería para su uso adecuado y no traer peligro para la vida y desarrollo de la vida sexual de la mujer. Ya que, a la existencia de nuevos cambios en su cuerpo, pueden manifestar acciones secundarias en su cuerpo si no también la infertilidad en las misma. Por otro lado, también algunos funcionan como barrera o de forma preventiva para las enfermedades de transmisión sexual como son el uso del condón.

La menstruación en la mujer es algo muy importante ya que es algo normal y natural que la mujer debe vivir, conocer que alteraciones pueden existir son muy importantes iniciando por la “menarca” que es la primera menstruación en la adolescente.

Continuando por un ciclo menstrual normal que consiste en el ciclo de un intervalo de 21 a 35 días entre ciclos, con una duración de 2 a 7 días con la pérdida de unos 30ml por ciclo y un máximo de 60ml. Desde el comienzo que es la menarca la adolescente puede asistir a citas con un ginecólogo para ver que sea adecuado, previamente puede hacerlo en caso de dolores abdominales inexplicables, y continuando gradualmente después de haber tenido relaciones sexuales o no. Mas exámenes que se pueden realizar es la auto exploración mamaria que consiste en que la misma mujer se auto explore las mamas para detectar bultos o anormalidades en los senos.

En otros temas importantes en los adolescentes es la prevención y tratamiento de las adicciones, esto con el fin de erradicar un riesgo en la vida de un adolescente, que lo pueda llevar a ser un consumidor compulsivo, agresor, que le ocasione la muerte o el suicidio. Como tratamiento o prevención es implementarlo en grupos de apoyo, practicar un deporte, fomentar un ambiente sano din consumo de sustancias nocivas, platicas de prevención, riesgos de consumo y enfermedades que puede conllevar el consumo.

## **CONCLUSION**

La adolescencia es una etapa de desarrollo y de aprendizaje sobre una vida sana y de conocimiento sobre sus cambios físicos incluyendo aquellos incomprensibles, para adquirir aprendizajes de cuidados y acciones que puede tomar para prevenir enfermedades. Los adolescentes constantemente son rodeados por riesgos hacia su salud, que no son buenos, incluyendo los tabús o las reglas impuestas para un mínimo conocimiento de su desarrollo físico y social. Desconocer de tu salud y lo que te puede hacer daño es algo muy grave debido a las enfermedades que puede conseguir en dados casos como son las ITS, enfermedades crónico degenerativas, cáncer, entre muchas otras. Como servidores de atención a la salud es indispensable prevenir, educar, conocer y brindar cuidados que sean requeridos para evitar estos casos en adolescentes.

Bibliografía:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/48e1a678fd9ede0ac40b7a71bc1a7444-LC-LEN405%20ENFERMERIA%20EN%20EL%20CUIDADO%20DE%20LA%20MUJER.pdf>.