

La Adolescencia



La adolescencia.

La palabra adolescencia viene del verbo latino "adolescere", que significa crecer o llegar a la madurez. Este crecimiento se acompaña de cambios físicos, psicológicos (incluyendo cognitivos) y sociales que no necesariamente se desarrollan de manera paralela, pues cada cambio presenta un ritmo diferente y aparentemente autónomos.

Detengámonos a profundizar sobre estos 3 diferentes aspectos de desarrollo y cambio que enmarcan a la adolescencia:

- Maduración biológica.
- Maduración psicológica.
- Maduración social.

Maduración Biológica.

Los cambios biológicos durante la adolescencia son los más visibles. Existen diferentes escalas para medir el grado de madurez de estos cambios. A continuación revisemos los más importantes:

- **Aumento de talla:** Después de los primeros años de vida, la adolescencia es el período de mayor velocidad de crecimiento en talla.

- **Aumento de peso:** El aumento de peso es similar al de la talla. Los primeros tres años de vida representan la

etapa de mayor incremento. A los 5 años se inicia un ascenso importante cuyo punto máximo se observa a los 12 años en la mujer y a los 14 en el varón.

Maduración Sexual.

El generador de pulsos de la hormona liberadora de gonadotropinas (GnRH) de hipotálamo es responsable de la ocurrencia normal de la pubertad y probablemente de la maduración sexual que representan los cambios más notables del desarrollo del y la adolescente tanto en su aspecto externo

como en su funcionamiento interno. Pasemos a revisar este proceso que se presenta de manera diferenciada para el hombre y la mujer.

Caracteres sexuales primarios.

Están referidos a la constitución de los órganos sexuales relacionados a la copulación y reproducción. Estos órganos se caracterizan por tener un desarrollo menor que el resto de órganos durante la niñez para empezar su crecimiento durante la adolescencia.

Caracteres sexuales femeninos primarios: En la adolescencia se produce el crecimiento

de los órganos sexuales reproductivos internos (Útero, las trompas de Falopio, la vagina y los ovarios). Los ovarios inician su maduración posibilitando la ovulación.

Útero: Es un órgano masculino que tiene una cavidad virtual que se encuentra en la parte baja del abdomen entre la vejiga y el recto y que alcanza una configuración madura antes de la menarquía.

Trompas de Falopio: Son dos órganos cilíndricos con una luz de 1 a 3 mm. de ancho que se localizan en la parte superior del útero.

Ovarios: Son dos órganos que se localizan debajo y cerca de cada uno de los extremos de las trompas de Falopio y que contienen los óvulos.

Ovulación: Es un proceso que comienza entre los 9 y 14 años y termina entre los 45 y 50.

Menstruación: Si el ovulo no es fertilizado disminuyen los niveles de progesterona lo que provoca la descomposición o desprendimiento del endometrio.

Vagina: Es un conducto muscular cubierto por una membrana que le permite dilatarse y que recibe al

pene durante el coito.

Caracteres Sexuales Masculinos

Pene: Durante la adolescencia crecen y se desarrollan los testículos, epididimos, las vesículas seminales, la próstata, los conductos deferentes y el pene.

Testículos: Son dos glándulos en forma de huevo que están localizados en una bolsa llamada escroto que los mantiene fuera del cuerpo porque los testículos necesitan una temperatura más baja para funcionar adecuadamente.

Epididimo: Se encuentra en la parte superior y rodeando

a los testículos.

Vesículos seminales: Son dos bolsas alargadas de aproximadamente unos 4 cm.

Próstata: Es una glándula que se encuentra rodeado a la uretra, debajo y delante de la vejiga.

Conductos deferentes: Existe un conducto por cada testículo; su función es conducir a los espermatozoides desde el epidídimo hasta la vesícula seminal.

Pene: Es un órgano sexual masculino. Por su interior pasa la uretra, conducto por donde sale tanto la orina como el semen.

Caracteres Sexuales Secundarios

Estos caracteres están asociados a los efectos hormonales que producen modificaciones corporales que sirven de índices masculinidad y feminidad.

Caracteres sexuales femeninos secundarios.

Se conforma la pelvis, se ensanchan las caderas, crecen y se desarrollan las mamas y aparece el vello púbico y axilar, así como el cambio en la forma del cuerpo, acumulando más grasa en las caderas.

Caracteres sexuales

Masculinos secundarios.

En la adolescencia

aparece el vello púbico, axilar y facial, así como cambios en la voz, tono muscular y aumento del tamaño de los genitales.

Maduración Psicológica

En la travesía del desarrollo en la adolescencia además de los cambios biológicos se viven profundas transformaciones de personalidad, cognoscitivos y emocionales. Analicemos cada uno de estos procesos.

- Desarrollo de la personalidad.
- Desarrollo cognitivo
- Desarrollo emocional.

Desarrollo de la personalidad.

Puede describirse como el proceso vital por el que transcurre todo individuo donde se establecen unas bases y directrices de carácter y comportamiento determinadas a partir de las cuales se conforman los rasgos y valores y formas de funcionamiento organizados.

Desarrollo cognitivo: El proceso del crecimiento cognitivo está asociado con el desarrollo del pensamiento operacional formal, el cual incluye el pensamiento abstracto, el pensamiento hipotético y la lógica.

Desarrollo emocional: El comportamiento de las niñas y los adolescentes no solo está influenciado por el desarrollo cognitivo, y de la personalidad sino también por el mundo emocional.

Maduración Social

Los cambios biológicos, psicológicos, cognitivos y emocionales no explican por sí solos la conducta de la adolescente. El ambiente social y cultural como la familia, los amigos, las normas sociales y los medios masivos de comunicación también

influyen en la conducta de la adolescente. Pasemos a revisar algunos de ellos:

Familia: Las relaciones de familia pueden guiar a las niñas y los adolescentes, poner límites y confrontar premisas y creencias prevalentes dentro de su cultura.

Amigos: En general, las niñas y los adolescentes tienden a identificarse más cercanamente con sus pares, especialmente cuando están tratando de definir su autonomía y dependencia de sus padres.

Noviazgos y enamoramiento. Los primeros noviazgos y enamoramientos son

una forma de compartir
emociones y afectos con
personas del sexo opuesto.



Maduración de la Mujer.

- Comienza en la mujer con la ovulación. Esta libera hormonas que son estrógenos.
- Asimismo se desarrolla el botón mamario.
- Se da un agrandamiento en el tejido glandular por debajo de la areola.
- Los genitales cambian de aspecto. (Los labios mayores aumentan y aumenta la cantidad de folículos pilosos).
- Asimismo los ovarios aumentan de tamaño.
- Las trompas de Falopio aumentan en tamaño.
- Las mujeres tienen una ganancia de peso de 2K.g por año.

Maduración del hombre

- Un cambio físico en los hombres es el aumento en los testículos por la proliferación de los túbulos seminíferos.
- En el cerebro se segrega la proteína Kisspeptina-segrega testosterona.
- El agrandamiento de estructuras como el epididimo, las vesículas seminales y la próstata genera crecimiento testicular, que a su vez, empieza la producción de espermatozoides.
- Al empezarse a segregar en el cuerpo testosterona se va produciendo.
- La testosterona genera mayor bello corporal y masa muscular en el cuerpo.
- Se madura en su cerebro más rápido regiones del lóbulo inferior parietal.
- El peso coincide con la talla. Tiene una ganancia de peso, de 100 a 200 gr por año.