



# LA ADOLESCENCIA

Por: *Anapaula Santa Cruz Grijalva*





# Índice

Introducción	3
Definición: adolescencia y adolescente	4
Características sexuales	
Primarias y secundarias	5
Duración de la adolescencia	6
Crecimiento y desarrollo	6
Características de la adolescencia	7

# Introducción

La adolescencia ha sido considerada como un período crítico de desarrollo en todas las culturas del mundo. Tanto en las conversaciones entre personas como en las obras novelistas, donde los autores dramáticos y los poetas han descrito esta etapa como los “años tormentosos” comprendidos entre el final de la niñez y la edad adulta. Los que han estudiado científicamente la conducta han señalado que la adolescencia representa un período de tensiones particulares en nuestra sociedad. Algunos, han resaltado los cambios fisiológicos que se dan en la pubertad, sin dejar por un lado los aumentos de **hormonas sexuales** y los cambios en estructura y función del cuerpo.

Sea como sea, sabemos que la adolescencia es un periodo lleno de cambios tanto en el comportamiento como en la apariencia física del cuerpo humano.



## **Definición:**

### **Adolescencia y adolescente:**

La adolescencia, es un periodo de transición, una etapa del ciclo de crecimiento que marca el final de la niñez y anuncia la adultez, para muchos jóvenes la adolescencia es un periodo de dudas e inclusive de desesperación; para otros, es una etapa de amistades internas, de aflojamiento, de unión con los padres y de sueños acerca del futuro.

Muchos autores la califican como un una etapa de amenazas y peligros, pues en ella los adolescentes deben de tomar decisiones que tendrán efectos **trascendentales** en su vida.

El término adolescente se usa generalmente para referirse a una persona que se encuentra entre los 13 y 19 años de edad, periodo típico entre la niñez y la adultez. Este periodo empieza con los **cambios**

fisiológicos de la pubertad y termina cuando se llega al pleno estado adulto.

Realmente estos dos puntos (la niñez y la adultez) no se encuentran bien definidos, pero hay ciertas características en el cuerpo del adolescente que caracterizan muy bien a la adolescencia. Entre estas características podemos mencionar: rápido crecimiento del cuerpo, la osificación de los huesos, cambios hormonales, y la aparición repentina de las características primarias y secundarias del sexo.

## **Características sexuales Primarias y secundarias:**

Las características sexuales primarias comprenden los órganos sexuales, siendo en la mujer los ovarios, el útero y la vagina. Y en el hombre los testículos, la próstata y las vesículas seminales.



Estos órganos durante la **pubertad** maduran y crecen.

Las características sexuales secundarias son las características que distinguen a los dos sexos de una especie.

CARACTERISTICAS SEXUALES SECUNDARIAS EN LOS HOMBRES	CARACTERISTICAS SEXUALES SECUNDARIAS EN LAS MUJERES
<ul style="list-style-type: none"><li>• Músculos más desarrollados</li><li>• Vello más grueso y largo</li><li>• Vello en otras partes del cuerpo como piernas, brazos</li><li>• Vello facial (barba o bigote)</li><li>• Hombros más anchos</li><li>• Voz más grave (ronca)</li><li>• Vello púbico</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Crecimiento de pechos</li><li>• Caderas más anchas que un hombre</li><li>• Depósitos de grasa en <b>glúteos</b> y muslos</li><li>• Vello púbico</li><li>• Funcionamiento de glándulas mamarias</li></ul>

Tabla 1. Diferencia entre características sexuales secundarias entre hombres y mujeres.

## **Duración de la adolescencia:**

Este periodo comprende entre el final de la infancia y el principio de la edad adulta. Suele comenzar a los 12 años en las mujeres y a los 14 años en el hombre. Terminando en hombres y mujeres a los 21 años. En esta etapa se dan cambios sociales, sexuales físicos y psicológicos. Es decir a nivel de la sociedad, del aparato reproductor, corporal y mental.

## **Crecimiento y desarrollo:**

**1.** Se realizan en forma secuencial, es decir, unas características aparecen antes de que aparezcan otras, como es el caso del crecimiento de los senos antes de la aparición de la menstruación (o regla o periodo), el vello púbico antes que el de las axilas, los miembros inferiores crecen primero que el tronco, los testículos se incrementan antes que el pene, etc.

**2.** El tiempo de comienzo, la magnitud y la velocidad de cada evento es considerablemente variable entre





las edades y los sexos.

**3.** Cada evento del crecimiento depende del individuo. Cada individuo tiene una propia manera de ser y la conserva a través de los años de la adolescencia y en el que influyen diversos factores, como su origen étnico, su constitución genética o familiar, nutrición, funcionamiento endocrino y ambiente sociocultural.

## **Características de la adolescencia:**

**1. Altura:** Crecer es una característica destacada de la pubertad. Tiene una duración de 3 a 4 años, con un promedio de 24 a 36 meses. Está caracterizado por un rápido crecimiento del esqueleto, que se manifiesta por un aumento rápido de la talla o crecimiento lineal, de aproximadamente 8 cm en la mujer y de unos 10 cm en el varón. Este cambio es seguido por la baja en el crecimiento lineal, por lo que este se hace más lento.

El crecimiento corporal no es parejo, por lo general se da de la siguiente forma: Los pies y las manos



crecen antes que las piernas y los antebrazos, y éstos lo hacen antes que los muslos y los brazos. La cadera crece antes que los hombros y el tronco.

Todos los órganos participan en el estirón del crecimiento, a excepción de la cabeza, el **timo**, el tejido linfático y la grasa subcutánea

**2. Peso:** En las mujeres, durante la pubertad temprana, la ganancia de peso es de 2 kg por año, pero luego va aumentando poco a poco. En los varones, el peso coincide con la talla, es decir, de 100 a 200 gramos por año. El aumento del peso durante la adolescencia representa el 50 por ciento del peso ideal del individuo adulto.

**3. Grasa corporal:** La grasa corporal total aumenta en la pubertad temprana para ambos sexos. Más adelante, las mujeres depositan grasa de manera más rápida y más extensa que en los varones. Este depósito de grasa en las mujeres se da principalmente en miembros superiores, tronco y

parte superior del muslo.

En ningún momento de la pubertad se espera que las mujeres pierdan grasa, mientras que los varones en el crecimiento rápido, pierden grasa en los miembros y el tronco.

En el varón, el aumento de la masa magra (músculos, huesos y órganos) se da al mismo tiempo que el incremento de la talla y del estirón puberal en músculos y huesos.

## Glosario:

**Pubertad:** adolescencia inicial o temprana. Inicia a los 10 años en niñas y 13 años en niños.

**Hormonas sexuales:** sustancias fabricadas por los órganos sexuales, ovarios en mujeres y testículos en hombres. Se encargan de los cambios que sufren los niños y niñas en la pubertad.

**Cambios fisiológicos:** cambios físicos que ocurren en un organismo vivo

**Osificación:** proceso de creación de nuevo material óseo por las células (osteoblastos). Formación de tejido óseo.

**Vesículas seminales:** glándulas encargadas de producir el 60% del líquido seminal en el hombre.

**Próstata:** órgano del aparato genital y urinario del hombre.

**Glúteo:** nalga

**Timo:** órgano del sistema linfático encargado de las respuestas inmunes del cuerpo (acciones de los anticuerpos).

**Trascendental.** Que es de mucha importancia o gravedad, por sus probables consecuencias.



# La adolescencia

Por: *Anapaula Santa Cruz Grijalva*

Palabras: **1,046 palabras**

Imágenes: Shutterstock

Fuentes:

<http://materialpsicologia.files.wordpress.com/2010/01/la-adolescencia.pdf>

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

