

La adolescencia y los cambios físicos

Durante este periodo, las funciones reproductoras maduran, los órganos sexuales crecen y las características sexuales secundarias aparecen. Tomando un tiempo aproximado de cuatro años y comienza casi dos años antes para las niñas, al contrario de los muchachos.

Las niñas comienzan a presentar cambios de la pubertad a los nueve o diez años de edad u alcanza la madurez sexual a los 13 ó 14 años. Sin embargo, hay algunas que muestran los signos desde los siete. La edad promedio para que los niños entren en la pubertad son de 12 años y su madurez sexual a los 14. De igual forma algunos comienzan a mostrar cambios entre los nueve y los dieciséis.

Algunas personas pasan la pubertad de manera rápida, mientras que en otros el proceso toma más tiempo.

La pubertad comienza cuando las glándulas pituitarias segregan hormonas, con la interacción de genes, salud y ambiente. En la niña, los ovarios inician la producción de estrógeno y en los niños los testículos aumentan la producción de andrógenos como la testosterona. Las hormonas también se relacionan con las emociones como la agresividad y depresión.

El crecimiento del adolescente.

Se da un aumento significativo en estatura y peso, que dura dos años y luego que el crecimiento termina la persona alcanza una madurez sexual, pero queda completo a los 18 años. Ante este crecimiento los muchachos son casi 2% más altos que las niñas, luego del crecimiento repentino los chicos vuelven a ser más altos pero ahora cerca de un 8%. Ambos sexos crecen en forma diferente durante la adolescencia, un muchacho es más grande en conjunto: hombres más amplios, piernas largas., en comparación con el tronco, al igual que los antebrazos en relación con los brazos y estatura. En la muchacha la pelvis se ensancha reuniendo grasa debajo de la piel para redondearla. En ambos sexos las dimensiones de los sistemas óseo y muscular son afectadas por el rápido crecimiento.

En la adolescencia, el cambio biológico que se presenta en las características sexuales se inicia cuando la hipótesis produce la hormona folículo estimulantes (FSH) y luteinizante (LH). Estas hormonas actúan sobre los ovarios y testículos, estimulan el desarrollo y mantenimiento de los caracteres sexuales y permiten la producción de óvulo y espermatozoides.

Características Sexuales

- **Características sexuales primarios:** son los órganos necesarios para la reproducción; en las mujeres, son los ovarios, útero y vagina. En el hombre los testículos, próstata, pené vesícula seminal. El principal signo de madurez sexual en las niñas es la menstruación y en los muchachos es la presencia de espermatozoides en la orina.
- **Características sexuales secundarias:** son signos fisiológicos de madurez sexual que no incluyen en forma directa los órganos sexuales. El primer signo de la pubertad en la niña suele ser el crecimiento de los senos; los pezones aumentan y se pronuncian, el área pigmentada alrededor de ellos aumentan y los senos adquieren forma cónica y después redondeada, desarrollándose por lo general antes de la primera menstruación.

El crecimiento del vello, incluido al del pubis y las axilas, es señal de maduración. La piel se hace más gruesa y grasosa, y el aumento de las glándulas sebáceas origina la formación de barros y espinillas. El acné es más común en los chicos que en las mujeres, ya que se relaciona con el aumento en la cantidad de testosterona. La voz de niños y niñas se hacen más grave.

La Menargía

Es la primera menstruación de una niña y corresponde a la expulsión mensual de tejidos de la pared del útero. Los primeros periodos menstruales no incluyen ovulación y muchas niñas no están en capacidad de concebir hasta 12 ó 18 meses después de la menarquia. Como la ovulación y la concepción se presentan, a veces en estos primeros meses, las niñas que han comenzado a menstruar deben ser conscientes de que puede quedar embarazada.

Las niñas que han comenzado a menstruar parecen ser más conscientes de su feminidad que aquellas de la misma edad que no han alcanzado la menarquia. De igual forma se ha hecho énfasis en el lado negativo de la menarquia: La incomodidad y desconcierto que puede traer. Los tabúes culturales han reforzado actitudes negativas y han evitado el desarrollo de rituales para dar la bienvenida a los jóvenes al mundo de la mujer adulta.

Cuanto mejor estén preparados las niñas por este cambio, más positivos serán sus sentimientos y menor su angustia. Por lo que se requiere contara con información adecuada que hable acerca de su cuerpo y los procesos que puede esperar que sucedan. En la comprensión que la menstruación es una experiencia única y universal.

Enfermedades de Transmisión Sexual

También son llamadas enfermedades venéreas, son enfermedades que se transmiten por contacto sexual. La enfermedad de este tipo que más se presenta es la Clamidia. Otras enfermedades de transmisión sexual, en orden de incidencia, son la tricomoniasis, gonorrea, infecciones genitales, herpes simple, hepatitis B, sífilis y el Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida (SIDA).

Las razones para los altos índice de transmisión de enfermedades venéreas entre los adolescentes son muchos: aumento de la actividad sexual, especialmente entre las niñas; utilización de anticonceptivos orales que no protegen contra estas enfermedades, en lugar de condones, el supuesto de que estas enfermedades se curan con facilidad; la creencia de los adolescentes de que ellos y sus parejas son inmunes porque estas enfermedades afectan a los demás; y las ansias de riesgo de los adolescentes porque su deseo de sexo es mayor que su miedo a la enfermedad.

Un informe de las naciones unidas identifica a las adolescentes sexualmente activa como el "siguiente eslabón principal" de la epidemia del SIDA. La mayor parte de las campañas están dirigidas a erradicar el foco de las enfermedades de transmisión sexual con diagnóstico y tratamiento oportuno.

La producción de óvulos va asociada a una serie de cambios en el ovario y en el útero, que ocurre de forma periódica cada mes. Este ciclo menstrual, tiene como finalidad prepara al organismo para la implantación y desarrollo del posible embrión en el útero. Cada ciclo tiene una duración aproximada de 28 días y comprende las siguientes etapas:

- Hacia el día 14 del ciclo se produce la ovulación y un óvulo es expulsado del ovario.
- Hacia el útero. El folículo resultante degenera y se transforma en el cuerpo amarillo.
- Si en la Trompa de Falopio el óvulo encuentra un espermatozoide, puede producirse la fecundación.
- Simultáneamente, la pared del útero se va engrosando y adquiere un aspecto esponjoso con numerosas glándulas y vasos sanguíneos, preparados para nutrir el futuro embrión.

- Aproximadamente a los 14 días de la evolución si no ha ocurrido la fecundación, la parte engrosada de la pared uterina se destruye y se expulsa al exterior junto con los restos del óvulo, lo que va acompañado de una hemorragia.
- La menstruación suele durar de 4 a 5 días.

LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL MÁS COMUNES

Enfermedades	Nuevos casos al año	Causa	Síntomas en el hombre	Síntomas en la mujer	Tratamiento	Consecuencias por falta de tratamiento
Clamidia	4 millones	Infección bacteriana	Dolor al orinar, supuración por el pene	Flujo vaginal, malestar abdominal +	Tetraciclina o tetramicina	Puede causar inflamación pélvica o posible esterilidad
Tricomonas	3 millones	Infección parasitaria que se transmite en objetos húmedos como toallas y batas de baño	Con frecuencia no se presentan	Pueden no presentarse o incluir flujo vaginal, malestar durante la micción dolorosa	Antibiótico oral	Puede conducir a un crecimiento anormal de las células cervicales

Gonorrea	1-2 millones	Infección bacteriana	Supuración del pene al orinar*	Incomodidad al orinar, flujo vaginal, menstruación irregular +	Penicilinas u otros antibióticos	Pueden causar inflamación de la pelvis o posible esterilidad, también puede ocasionar artritis, dermatitis y meningitis
Verrugas vaginales	750.000	Infección viral	Protuberancias indoloras que suelen aparecer en el pene, pero también en la uretra o en el área rectal	Protuberancias pequeñas en los genitales y el año, que también pueden presentarse al interior de la vagina sin síntomas externos*	Retirar las verrugas	Puede estar asociada con el cáncer cervical; durante el embarazo las verrugas crecen y pueden obstruir al canal del nacimiento
Herpes	500.00	Infección viral	Vejigas dolorosas en los genitales, por lo general en el pene*	Vejigas dolorosas en los genitales, que en ocasiones producen fiebre y dolor muscular; las mujeres con ulceraciones en la cérvix pueden no darse cuenta de los brotes*	No existe cura conocida, pero se controla con la droga antiviral aciclovir	Puede aumentar el riesgo de cáncer cervical
Hepatitis B	100.00-200.00	Infección viral	Los ojos y la piel se tornan amarillos	Los ojos y la piel se tornan amarillos	No existe tratamiento	Puede causar daños al feto, desarrollo de hepatitis crónica

Sífilis	100.00	Infección bacteriana a	En la primera etapa, ulceraciones rojizas-café en la boca, los genitales o ambos, las cuales pueden desaparecer aunque la bacteria permanece; en la segunda etapa, más infecciosa, se presenta un salpullido en la piel*	Igual que en los hombres	alcohol Penicilina u otros antibióticos	Parálisis, convulsión, "daño cerebral y, en ocasiones, la muerte
SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida)	80.000 (proyecto de inmunodeficiencia 1992)	Infección o viral	Fatiga extrema, fiebre, inflamación de la ganglios linfáticos, pérdida de peso, diarrea, sudoración nocturna, susceptibilidad a otras enfermedades"	Igual que en los hombres	No existe cura conocida, pero la droga AZT, en etapa experimental, puede prolongar la vida	Muerte, por lo general debido a otras enfermedades, como al cáncer