

# Cambios en la adolescencia

4. Lee la información.

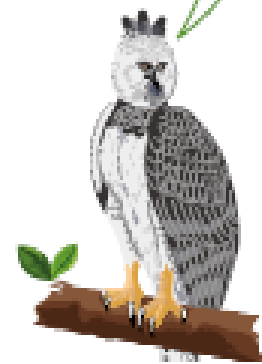
## ¿Qué es la adolescencia?

La adolescencia es la **etapa de la vida** que comienza **después de la niñez** y finaliza cuando se entra en la **etapa adulta**. No existe una edad precisa, pero en la mayoría de casos va desde los 10 hasta los 19 años.

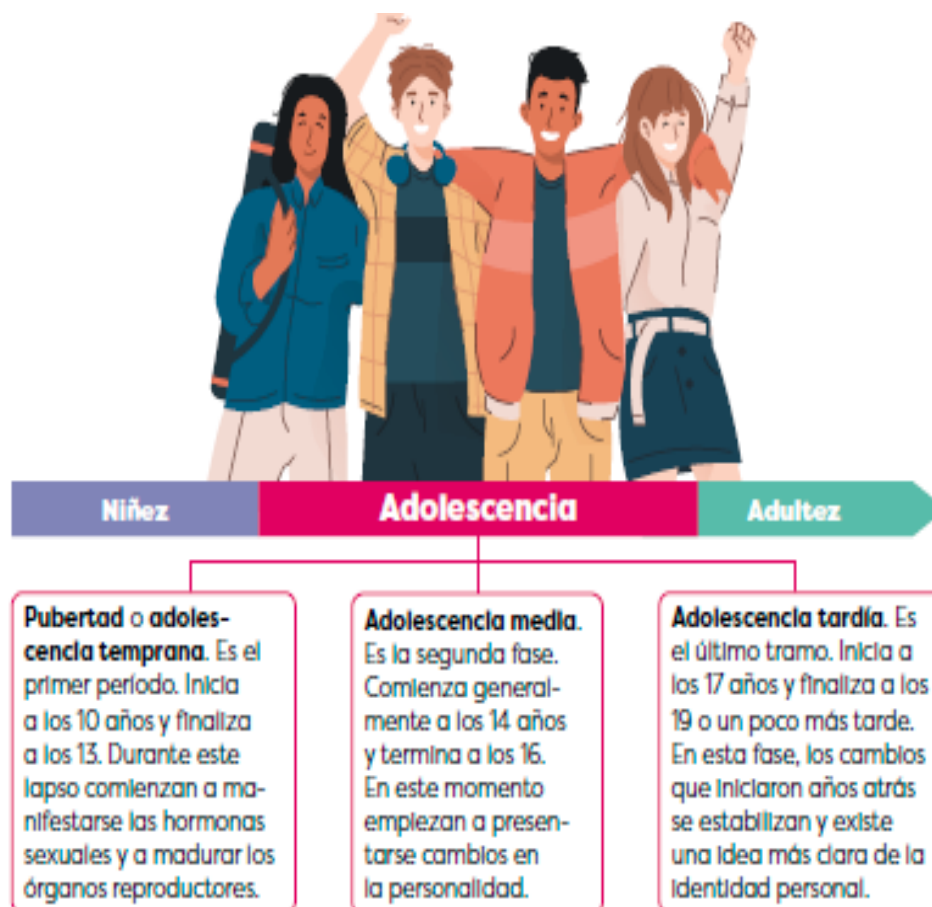
Durante la adolescencia se producen cambios físicos y psicológicos que influyen tanto en la personalidad, como en la manera de relacionarse con los demás. Estas transformaciones tienen como fin preparar al individuo para la adultez.

En la adolescencia se distinguen tres etapas: la **temprana o pubertad**, la **media** y la **tardía**.

Recuerda que las hormonas sexuales son la testosterona, la progesterona y los estrógenos.



5. Analiza las etapas de la adolescencia.



6. Analiza la información acerca de las variaciones físicas y psicológicas que ocurren en la adolescencia.

## Cambios en la adolescencia

El desarrollo de la adolescencia es controlado por diversas hormonas, como la progesterona, los estrógenos y la testosterona, que ocasionan cambios constantes. Estos cambios se manifiestan en el aspecto físico, en la personalidad y hasta en la forma en que se trata a los demás.

La niñez quedó atrás, y ahora surgen nuevos intereses, estados de ánimo y otras características que terminan por convertir a una persona adolescente en una persona adulta joven.

### Cambios físicos



#### En la mujer

- Aumento de grasa corporal.
- Crecimiento de las mamas.
- Ensanchamiento de caderas.
- Comienzo de la menstruación.
- Maduración de los órganos sexuales femeninos.



#### En el hombre

- Cambio notable de voz.
- Crecimiento de bigote y barba.
- Producción de espermatozoides.
- Ensanchamiento de los hombros.
- Maduración de los órganos sexuales masculinos.



#### En ambos

- Aparición de acné.
- Incremento de estatura.
- Aparición de vello púbico.
- Crecimiento de vello axilar.
- Aumento de sudoración y de intensidad de olor corporal.



## Datos interesantes

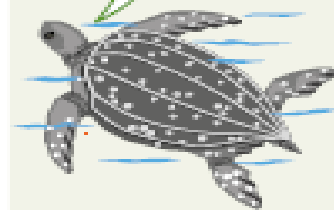


Los caracteres sexuales son los rasgos físicos que diferencian al sexo femenino del masculino.

Existen dos tipos: los primarios y los secundarios. Los primarios comprenden los órganos reproductores femeninos y masculinos.

Los secundarios son los aspectos físicos propios de un sexo, que no se relacionan directamente con la reproducción. Algunos de estos son el crecimiento de barba en los hombres y el aumento de senos en las mujeres.

¿Qué cambios observas en tu cuerpo?



## Trabajo colaborativo

1. Forma un grupo de cinco estudiantes.
  - a. Elabora una descripción de tus intereses personales y expón-gan-la a tu grupo.
  - b. Respondan: ¿hay gustos comunes? ¿Cuántos intereses son diferentes? ¿Cuáles?
  - c. Reflexionen acerca del respeto y la tolerancia que debe existir entre las personas, a pesar de las diferencias.

## Cambios psicológicos

- + **Búsqueda de amigos.** Las relaciones con sus pares se vuelven prioritarias y empieza un interés en los vínculos afectivos.
- + **Distanciamiento de los padres.** Los adolescentes tienden a pasar menos tiempo con sus padres y otros familiares.
- + **Establecimiento de la identidad.** En esta época empiezan a cuestionarse: ¿quién soy? También se manifiesta la necesidad de tener más privacidad e independencia.
- + **Cambios en el estado de ánimo.** Los adolescentes pueden pasar de sentirse alegres a estar enojados, sin razón aparente, en poco tiempo.
- + **Preocupación por el aspecto físico.** La apariencia en los adolescentes adquiere relevancia. Comienzan a cuidar su cuerpo, el estilo del cabello y la forma de vestir.