

Enfermería de la Infancia y la Adolescencia

Tema 16. Pubertad y adolescencia



María Jesús Agudo Tirado
María Paz Zulueta

Departamento de Enfermería

Este tema se publica bajo Licencia:

[Creative Commons BY-NC-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/)

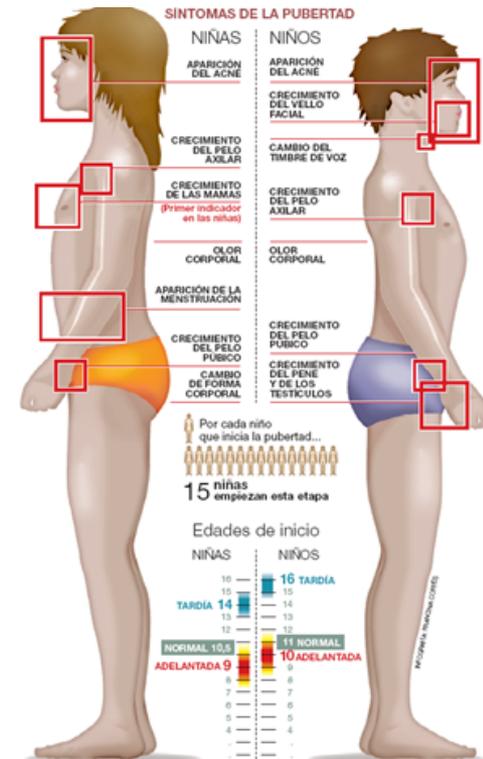


Comienzo de la pubertad

- **Pubertad:** tiempo en que las características físicas y sexuales maduran debido a cambios hormonales.

Factores que determinan el comienzo

- Genéticos.
- Hormonales.
- Ambientales.
- Sexo de la persona.



La aparición de caracteres sexuales secundarios en menores de 8 años o la ausencia en mayores de 13,5 años, deben ser motivo de atención.

La adolescencia

- **Adolescencia**: período del desarrollo que comprende la transición de la niñez a la etapa adulta.

Características

- Inicia por los cambios puberales.
- Se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales.
- Culminación con la adquisición de la competencia reproductiva.
- **Independencia psicológica y social.**

El término proviene del latín *adolescere* (crecer)

Concepto

La OMS

- **Etapa que transcurre entre 10 y 19 años.**
- **2 fases:**
 1. Adolescencia temprana: de 10 a 14.
 2. Adolescencia tardía: de 15 a 19.

Crecimiento físico

- Inicio disarmónico hasta lograr desarrollo completo.
- Peso y talla se incrementan: «estirón puberal».
- Los músculos se desarrollan.
- Los principales órganos doblan su tamaño.
- La voz se modifica.

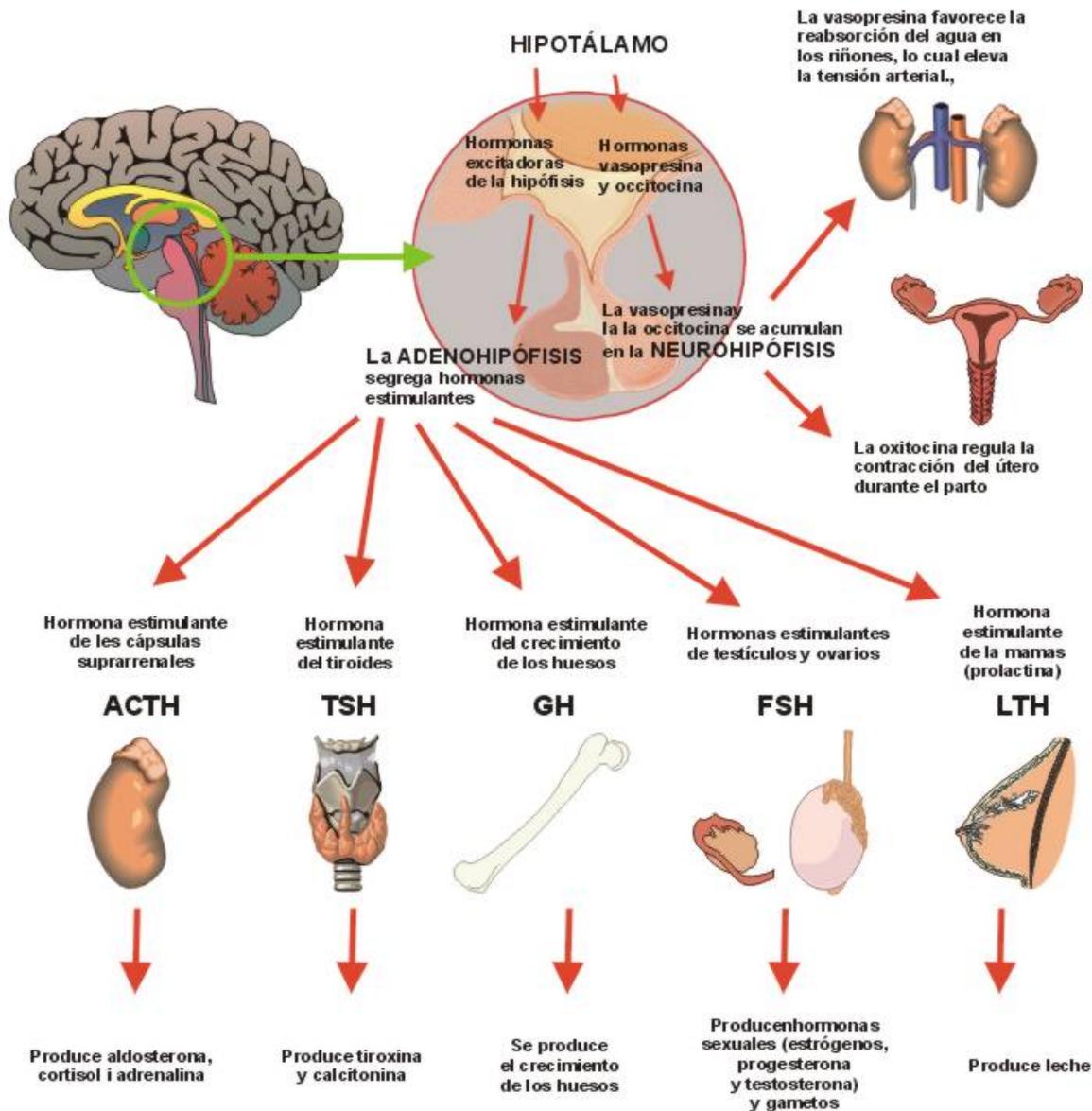
Crecimiento físico

Proporciones corporales

- Inicio disarmónico: crece mandíbula, nariz y orejas.
- Primero: crecimiento de extremidades.
- Segundo: crecimiento del tórax.
- Ensanchamiento de hombros en el niño y crecimiento de mamas y ensanche de caderas en la niña.
- Redistribución de la grasa.
- Crecimiento óseo previo al muscular: disarmonía, incoordinación motora, laxitud muscular: «**edad del pavo**».

Crecimiento físico

- **Constantes:**
 - F.R.: 18-20 r/m.
 - F.C.: 70-75 l/m.
 - T.A.: 115/70.
- **Cambios en la piel:**
 - Glándulas sebáceas activas: acné.
 - Glándulas sudoríparas ecrinas y apocrinas.
- **Aumento de grosor y vello corporal.**
- **Obesos:** estrías en abdomen y mamas.



Clasificación sexual de Tanner

- **Objetivo**: diagnosticar estadio de desarrollo puberal y evolución normal en la adolescencia.
- **Caracteres sexuales secundarios a evaluar**:
 - Desarrollo mamario (M).
 - Desarrollo vello púbico (VP).
 - Desarrollo genital (G).

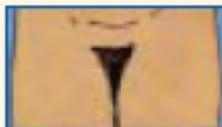
Escala de Tanner en niñas



Estadio 1. Pecho infantil, no vello púbico.



Estadio 2. Botón mamario, vello púbico no rizado escaso, en labios mayores.



Estadio 3. Aumento y elevación de pecho y areola. Vello rizado, basto y oscuro sobre pubis.



Estadio 4. Areola y pezón sobreelevado sobre mama. Vello púbico tipo adulto no sobre muslos.



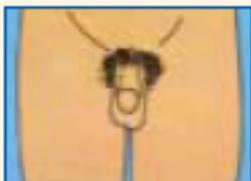
Estadio 5. Pecho adulto, areola no sobreelevada. Vello adulto zona medial muslo.

Tomado de Tanner 1962.

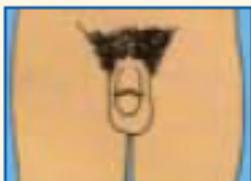
Escala de Tanner en niños



Estadio 1. Sin vello púbico. Testículos y pene infantiles.



Estadio 2. Aumento del escroto y testículos, piel del escroto enrojecida y arrugada, pene infantil. Vello púbico escaso en la base del pene.



Estadio 3. Alargamiento y engrosamiento del pene. Aumento de testículos y escroto. Vello sobre pubis rizado, grueso y oscuro.



Estadio 4. Ensanchamiento del pene y del glande, aumento de testículos, aumento y oscurecimiento del escroto. Vello púbico adulto que no cubre los muslos.

Estadio 5. Genitales adultos. Vello adulto que se extiende a zona medial de muslos.

Tomado de Tanner 1962.

Desarrollo cognoscitivo

- **Madurez intelectual:** analíticos, realizan hipótesis, llegan a conclusiones propias.
- Apasionados - idealistas - impulsivos.
- Sentimiento de ambivalencia entre niño/adulto.
- Importancia excesiva por aspecto físico.

Desarrollo psicosocial

Sentido de identidad

- **Identidad en el grupo.**
- **Identidad personal:** relaciones padres-yo.
- **Identidad sexual.**

Desarrollo psicosocial

Los mejores amigos

- Cambios de humor.
- Tendencia a la introspección.
- Expresiones de cólera, insultos verbales, gritos...
- Tendencia al ensimismamiento.
- Incapacidad para pedir ayuda.

**«Sentido de identidad»
(Erikson)**

Desarrollo psicosocial

Fuente de estrés

- Imagen corporal.
- Sexualidad.
- Presión escolar.
- Relaciones con los padres y hermanos.
- Relaciones con los compañeros.
- Situación económica.
- Decisiones sobre roles futuros.
- Conflictos ideológicos.

**«Sentido de identidad»
(Erikson)**

Desarrollo psicosocial

Sexual

- Autoexploración.
- Relaciones múltiples y plurales.
- **Establecimiento de opción sexual:** heterosexual/homosexual.
- Sentimiento de estar enamorado.
- Exploración y romanticismo.

«Sentido de identidad»
(Erikson)

Factores de riesgo

- Conductas de riesgo.
- Familias disfuncionales.
- Fracaso escolar.
- Accidentes.
- Consumo de alcohol, drogas y tabaco.
- Embarazo y ETS.

Vacunas

- Calendario vacunal para esta etapa.

Higiene

- Aumento de sudoración.
- Ducha tras realización de ejercicio físico.
- Uso de desodorantes.
- Acné.

Salud bucodental

- **Cepillado:**
 - Especialmente cuando usan correctores.
 - Importancia de la dieta.

Fomento de la salud del adolescente

- Nutrición.
- Postura.
- Ejercicio físico.
- Descanso adecuado.

Accidentes

- Deportes.
- Automovilísticos.

Índice alto de mortalidad