

# 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/)

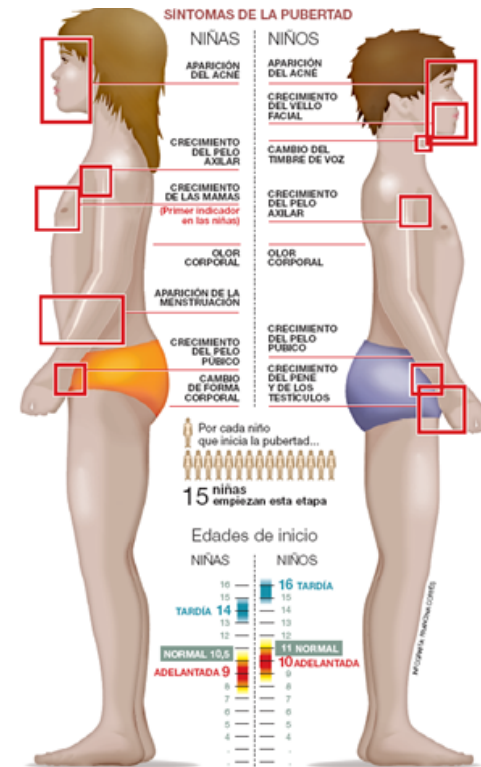


## Comienzo de la pubertad

- **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:**

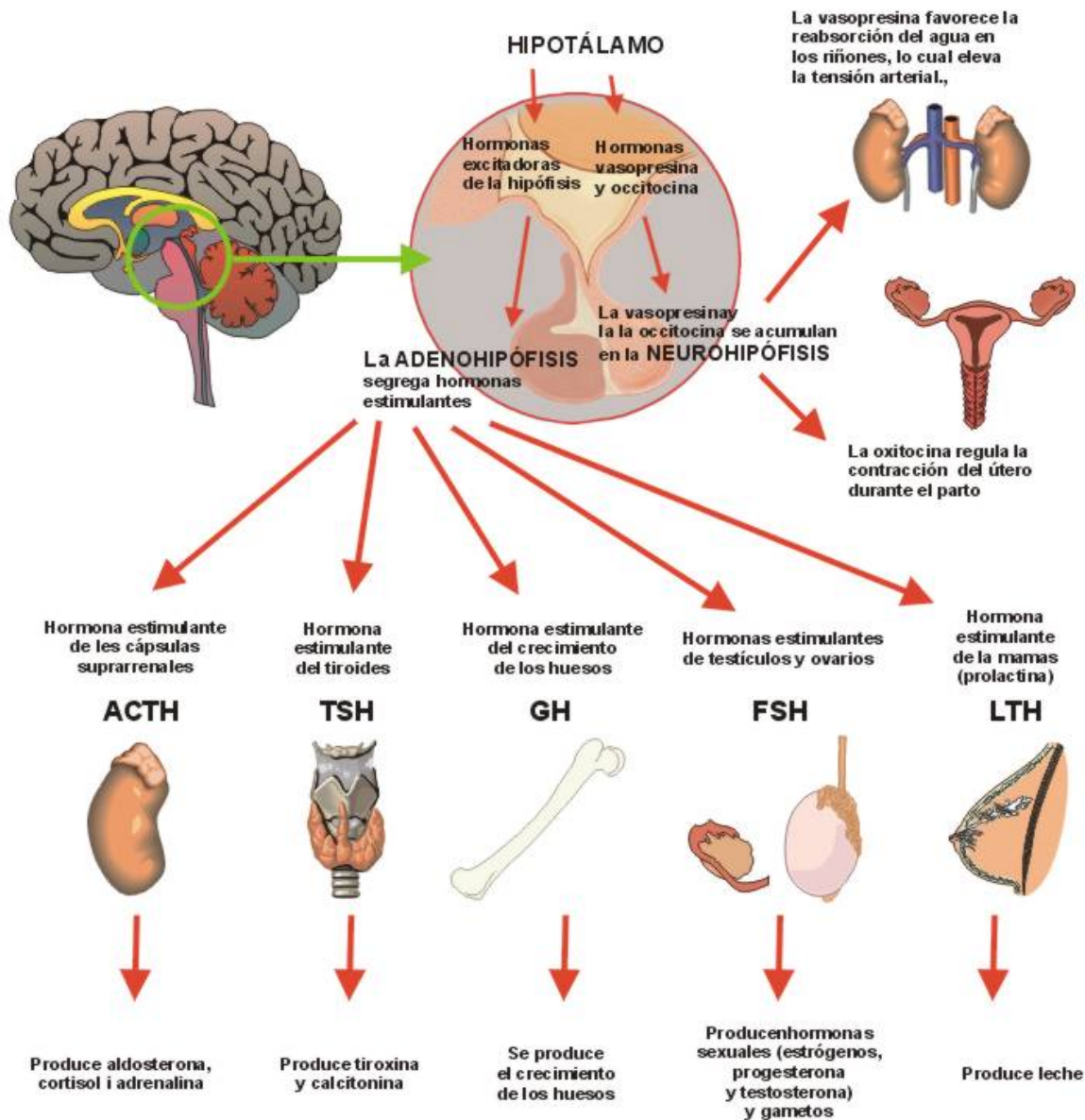
- F.R.: 18-20 r/m.
- F.C.: 70-75 l/m.
- T.A.: 115/70.

- **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.



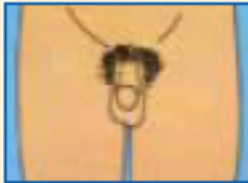
**Estadio 5.** Pecho adulto, areola no sobreelevada. Vello adulto zona medial muslo.

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**