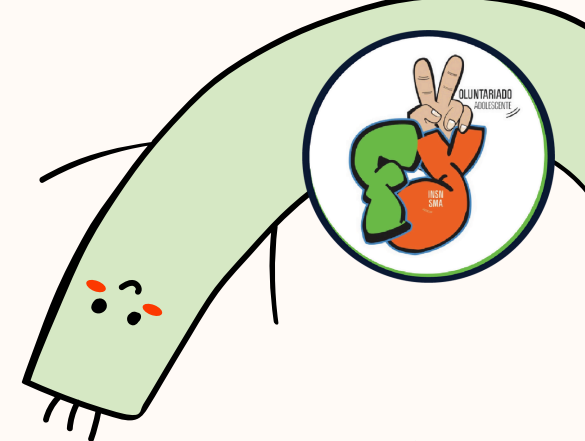
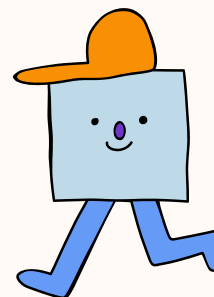
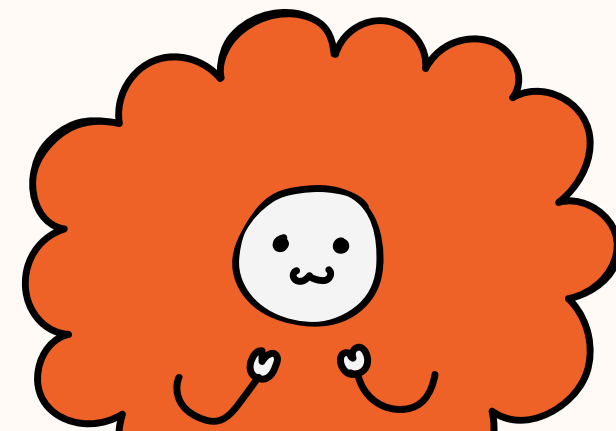


Av. Brasil N°600 - Breña



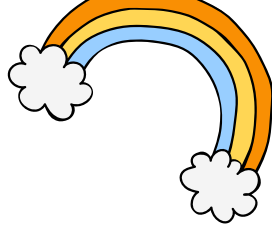
Lo que necesitas saber

SOBRE LA PUBERTAD

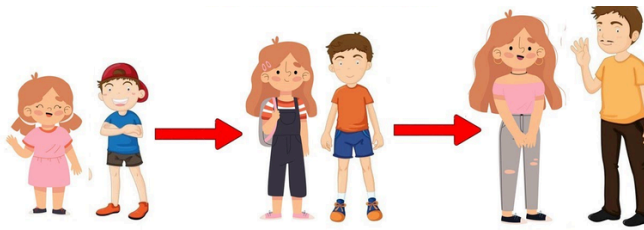
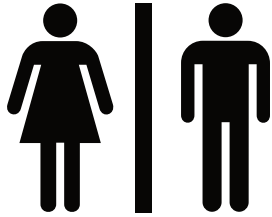


📷 @forever_young_voluntariado

¿QUÉ ES LA PUBERTAD?



Es la primera fase de la adolescencia. Suele ocurrir entre los 10 y 14 años para las niñas y entre los 12 y 16 para los varones.



CAMBIOS EMOCIONALES



- Las emociones pueden ser más intensas y repentinas y pueden haber cambios de humor

- Pueden haber pensamientos y deseos sexuales
- Puede haber una necesidad de ser admirado y valorado o de pertenecer a un grupo
- Deseo de autodescubrimiento y búsqueda de identidad
- Deseo de independencia y autonomía



CAMBIOS FÍSICOS

EN MUJERES

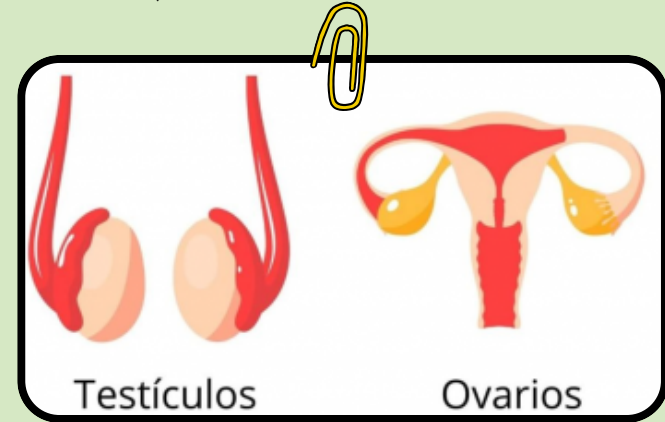
- Aparición del vello pubiano
- Desarrollo de las mamas
- Primera menstruación
- Forma externa del cuerpo se redondea y aparecen curvas
- Hay ensanchamiento de la cadera

EN HOMBRES

- Aparición de bozo y vello en cuerpo y genitales
- Aumento de tamaño del pene y testículos
- Cambio de voz
- Ensanchamiento de los hombros
- Capacidad para eyacular

¿QUÉ SON LAS HORMONAS SEXUALES?

Se producen en los ovarios (en las mujeres) y en los testículos (en los varones).



Testículos

Ovarios

- ¿Sabías que...?
- El **hipotálamo** (parte del cerebro) controla la liberación de hormonas al enviar señales a la hipófisis.
- La **hipófisis** (o glándula pituitaria) regula la producción de hormonas en los ovarios y los testículos.

