



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

Docente: Yadelsi Peinado.
1er año "A".

Ciencias Naturales

Tema Indispensable

Adolescencia juventud, sexualidad responsable, placentera.

Tema Generador

Adolescencia, nuevas responsabilidades para el ejercicio pleno de la personalidad y la ciudadanía.

Referentes Teóricos-Prácticos

Identidad sexual y cambios en la pubertad.

Desarrollo del Tema

La pubertad es la **etapa de desarrollo físico que transforma al niño en adulto**. No se deben confundir los términos pubertad y adolescencia, ya que tienen matices que los diferencian. La pubertad se corresponde con los cambios físicos que hacen que se llegue a la etapa de maduración sexual;



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

mientras que la **adolescencia** tiene que ver con los cambios psicológicos y sociales que tienen como objetivo llegar al pensamiento adulto.

La pubertad se inicia debido a una serie de **cambios hormonales**, cuyo objetivo es conseguir la capacidad reproductiva de cada sexo. Esto se produce gracias a la interacción entre el **sistema nervioso central, hipotálamo, hipófisis y gónadas** (testículos y ovarios). A una determinada edad, el cuerpo comienza a generar una serie de hormonas que actúan sobre la hipófisis, la cual manda señales a los órganos reproductores o gónadas, que producen estrógenos u hormonas femeninas y andrógenos u hormonas masculinas.

La edad en la que comienza la pubertad depende de muchos factores, como el sexo, los genes o la nutrición, aunque por lo general **comienza entre los 8 y 13 años en las niñas y entre los 9 y los 15 años en los niños**. Su aparición y desarrollo también es desigual y atiende a casos específicos, es decir, los cambios pueden aparecer en cualquier momento de la pubertad y de forma más rápida y explosiva o lenta y gradual. Las mujeres suelen completar su pubertad a los 17 años.

Cambios físicos durante la pubertad.

Las responsables de las transformaciones físicas que experimenta el cuerpo durante la pubertad son las **glándulas endocrinas**, que producen hormonas que causan cambios y el desarrollo de las características sexuales secundarias.

En el caso de las niñas, estas hormonas se llaman **estrógenos**. Los estrógenos actúan sobre el cuerpo de las niñas junto con otras **hormonas** con el objetivo de prepararlas para la reproducción. El estrógeno es producido principalmente en los ovarios. La hormona que causa la maduración sexual en



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

los hombres es la **testosterona**, que se genera en los testículos. La testosterona también prepara al hombre para la reproducción.

Cambios físicos en las mujeres.

Los principales cambios físicos en las mujeres son:

- **Desarrollo de los senos:** El desarrollo del pecho es el signo principal de que la niña está entrando en su periodo de pubertad. Es el cambio que se manifiesta primero y también uno de los más notables. Al principio, durante la **preadolescencia**, se produce una ligera elevación de los pezones y de lo que se conoce como el botón mamario; posteriormente los senos crecen, la areola (parte oscura que rodea al pezón) se agranda y los pechos adquieren la forma redondeada que suelen tener unos senos adultos. Durante esta etapa, la niña puede experimentar dolor y sensibilidad en zonas como los pezones, pero es algo normal y que no debe preocupar.
- **Aumento de la estatura:** Las niñas suelen comenzar a crecer antes que los niños, pero también tienden a estancar el crecimiento a una edad más temprana. La aceleración del crecimiento durante la pubertad se denomina **estirón puberal** y en las niñas suele comenzar entre los 11 y los 12 años. El crecimiento también se debe, además de a la hormona propia del crecimiento, a las hormonas sexuales, en el caso de las niñas, los estrógenos, ya que producen acciones estimuladoras sobre el cartílago de los huesos. El crecimiento medio de las chicas es de 23 a 27 centímetros, lo que supone entre un 15 y un 20 por ciento de la talla adulta. Las mujeres suelen dejar de crecer a los 17 años.
- **Ensanchamiento de las caderas:** Además de ensancharse las caderas, durante la pubertad se gana el peso propio de una persona adulta



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

debido al crecimiento de músculos, senos y huesos y al aumento de la grasa corporal. La media de peso ganado cada año durante la pubertad es de 7-8 kg en las niñas y durante esta etapa se alcanza entre el 40 y el 50 por ciento del peso adulto.

- **Crecimiento del vello en el pubis, las axilas y las piernas.**
- **Aparición de la menarquia o primera menstruación:** Aunque los ciclos menstruales ocurran en un periodo de un mes, aproximadamente, los ciclos de las primeras menstruaciones tienden a ser irregulares. A medida que la niña se desarrolla sexualmente los ciclos se regulan.

Cambios físicos en los hombres.

En los hombres los principales cambios son:

- **Crecimiento de los testículos y el pene:** Es el primer cambio perceptible y el signo de que el niño ha entrado en la pubertad. Los testículos comienzan a producir espermatozoides. Al poco tiempo de comenzar el crecimiento de los testículos se produce el incremento del grosor y el tamaño del pene; el pene se suele desarrollar entre los 11 y los 16 años. La producción de espermatozoides puede producir durante la pubertad lo que se conoce como poluciones nocturnas, que son eyaculaciones que tienen lugar mientras el adolescente duerme. Las poluciones suelen desaparecer gradualmente al final de la pubertad y eventualmente pueden hacerlo de forma definitiva.
- **Crecimiento del vello:** Al principio comienza a aparecer vello muy fino en el pubis; con los años y el desarrollo de la madurez sexual el vello se vuelve más fuerte y rizado y se extiende a las axilas, piernas y por último a la cara y el tórax.



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



- **Aumento de la estatura y del volumen muscular:** La ganancia media de talla en los varones durante la pubertad se sitúa entre los 25 y los 30 centímetros. Los hombres pueden crecer hasta los 21 años. Durante la pubertad, la masa muscular del varón aumenta considerablemente, así como sus extremidades (manos y pies), que crecen más rápido que el resto del cuerpo. Uno de los indicios de este crecimiento es el ensanchamiento de hombros, que no se produce en las mujeres. El peso medio anual que gana el hombre durante la pubertad es de 8-9 kg.
- **Cambios en la voz:** La voz de los hombres se vuelve más grave y dura. Al principio del proceso puede parecer afónica (gallos), pero con el tiempo se corrige hasta llegar a la voz de un hombre adulto.

Identidad sexual.

La diversidad está presente en todos los aspectos de la vida, es generadora de acuerdos y desacuerdos, ya que representa uno de los principales conflictos actuales en nuestra sociedad. Cualquier tipo de diversidad: étnica, cultural, o sexual, implica valores como la solidaridad y el respeto por las diferencias. La diversidad sexual hace referencia a la posibilidad que tiene una persona de vivir su orientación sexual e identidad de género de una manera libre y responsable.

Identidad Sexual.

La identidad sexual se establece al final de la adolescencia. Esto supone la integración de los impulsos sexuales a la personalidad total de manera concordante con diferentes aspectos del desarrollo de la joven o el



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

joven, siendo capaz de unificar y relacionar diversos aspectos como su sexualidad, normas, valores, ética y objetivos en la vida.

Como se ha analizado, la adolescencia constituye una etapa en el desarrollo del ser humano llena de retos y demandas. Uno de los objetivos fundamentales es el desarrollo de una construcción de identidad.

Paralelamente, durante la adolescencia muchos de los pensamientos, sentimientos y deseos de los adolescentes están dirigidos a su sexualidad. Este proceso, a menudo, se acompaña de preocupación, confusión e incertidumbre, especialmente en lo referente a la orientación sexual, ya que se empiezan a sentir emociones y afectos con una carga libidinal hacia otras personas. Con mayor frecuencia esta orientación es heterosexual, pero en otros casos puede adquirir características homosexuales o bisexuales, lo que frecuentemente genera mayores conflictos que los propios de la adolescencia

Hablar de diversidad exige aprender a diferenciar qué elementos la componen:

- **Sexo biológico:** características biológicas y físicas usadas típicamente para asignar el género al nacer, como son los cromosomas, los niveles hormonales, los genitales externos e internos y los órganos reproductores.
- **Género:** construcción social, cultural y psicológica que determina el concepto de mujer, hombre y de otras categorías no binarias o normativas. Es la conceptualización de nuestra identidad y comportamientos.
- **Identidad de género o identidad sexual:** es la percepción y manifestación personal del propio género. Es decir, cómo se identifica alguien independientemente de su sexo biológico. La identidad de



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



género puede fluir entre lo masculino y femenino, no existe una norma absoluta que lo defina.

Algunas identidades de género son:

- **Trans:** término que engloba a todas aquellas personas que se identifican con un género diferente al asignado al nacer o que expresan su identidad de género de manera no normativa: transexuales, transgéneros, travestis, queer, género fluido, género no binario, entre otros.
- **Transexual:** persona en la que su identidad de género difiere del género asignado al nacer. Existen muchas maneras de vivir y sentir la transexualidad, algunas personas transexuales consideran necesario transformar su cuerpo a través de tratamiento hormonal y/o cirugías de reasignación sexual.
- **Transgénero:** persona que cuestiona los roles masculino y femenino impuesto desde el nacimiento y que decide construirse de forma opuesta o diferente a lo establecido socialmente, en algunos casos, este proceso de transito se da mediante la transformaciones corporales y procesos hormonales.
- **Transformistas:** personas que ocasionalmente asumen roles del género opuesto. Hombres que tienen conductas, atuendos y estilos femeninos, contrarios a su propio género; mujeres que disfrutan con conductas, atuendos y estilos masculinos.
- **Travestis:** personas que expresan su género, de manera permanente, a través de la utilización de prendas de vestir y actitudes social y culturalmente consideradas propias del otro género. Hombres o mujeres, no todas las personas travestis son necesariamente homosexuales.



Ministerio
del Poder Popular
para la **Educación**
Inclusión y Calidad



Educación Media General

Actividades de Evaluación

Taller socializado. Presencial. Fecha: Del 2 al 5/5/2022.

Se evaluará:

Actividad realizada: 14 ptos

Ortografía: 2 ptos

Asistencia: 2 ptos

Lectura de la guía y participación durante la clase: 2 ptos.

Orientaciones Generales

Apreciados estudiantes es necesario que leas con atención toda la guía, toma los apuntes necesarios. Recuerda ya iniciamos las clases y en el salón estaremos discutiendo todo el contenido, por tanto, es de suma importancia que lleves conocimientos previos.