**TRANSFORMAÇÕES OCORRIDAS NA FASE DA PUBERDADE- 13/07**

**ORIENTAÇÃO:** VOCÊS FARÃO NO CADERNO COM DATA, TÍTULO, COPIAR AS QUESTÕES E RESPONDER; QUALQUER DÚVIDA CHAMAR NO PV. DATA DA ENTREGA ATÉ 27/07.

**O que é puberdade?**

Chama-se de puberdade a fase vivida pelo ser humano entre a infância e a fase adulta, ou seja, na adolescência. Trata - se de um momento de transformações físicas e biológicas e de oscilações emocionais ocasionadas pelas alterações hormonais que o corpo sofre. O corpo está voltado nessa fase para a produção dos hormônios sexuais que são diferentes em cada sexo. Os meninos produzem, entre outros, a testosterona e as meninas o estrógeno. Nessa fase o crescimento se acelera, os órgãos sexuais ganham definição e a fertilidade se inicia. É um processo difícil tanto para o adolescente, que vai viver essas transformações, como para os que o rodeiam que terão de se adaptar às alterações de humor e às crises existenciais vividas por ele. Apesar de tudo isso essas transformações são necessárias para a manutenção da espécie humana, pois todo esse alvoroço tem como objetivo dotar o homem de capacidade e condições para o processo de reprodução.

**A puberdade nas meninas:**

A puberdade nas meninas é caracterizada:

- pelo desenvolvimento dos seios e da genitália;
- pelo aparecimento de pêlos pubianos na genitália e nas axilas;
- pela definição das formas do corpo acarretada pelo acúmulo de gorduras em determinadas partes ([quadris](https://www.infoescola.com/anatomia-humana/quadril/), coxas);
- pelo surgimento de erupções na pele (acne);
- e pelo aparecimento da menarca.

Menarca é o período da primeira menstruação. Chama-se menstruação o processo cíclico mensal de perda de sangue originário do útero. Este fenômeno ocorre normalmente a cada quatro semanas e sua duração é variável de uma mulher para outra sendo na maioria das vezes de 3 a 4 dias. Em relação à isso cabe ressaltar que, em geral as primeiras menstruações são muito irregulares podendo até mesmo ocorrer duas vezes no mês. Essa irregularidade é normal, mas não se deve esquecer que a primeira atitude a ser tomada após a primeira menstruação é a de procurar um médico especialista, neste caso um ginecologista.

**A puberdade nos meninos:**

Nos meninos a puberdade se caracteriza:

- pelo engrossamento do timbre da voz;
- pelo nascimento de pêlos no corpo (peito, pernas, axilas, genitália);
- pelo surgimento da barba;
- pelo desenvolvimento muscular;
- pelo aparecimento de acne;
- pelo desenvolvimento da genitália;
- e pela primeira ejaculação, que poderá ocorrer enquanto o garoto dorme ou ainda durante uma masturbação;

Embora não seja uma regra, alguns meninos podem apresentar desenvolvimento das [glândulas mamárias](https://www.infoescola.com/anatomia-humana/glandulas-mamarias/). É o que se chama de [ginecomastia](https://www.infoescola.com/doencas/ginecomastia/). Esta tende a desaparecer durante a adolescência, porém, se não desaparecer ou se o crescimento for excessivo, trazendo transtornos para o adolescente um médico deve ser consultado a esse respeito.

**Qual a idade certa para ocorrer a puberdade?**

A idade para entrar na puberdade não é a mesma para meninos e meninas nem a mesma para todos os meninos ou todas as meninas. O ser humano é repleto de singularidades e cada um tem seu próprio ritmo de desenvolvimento, porém, há uma média que se pode ter como referência.

Nas meninas os primeiros indícios da puberdade podem ocorrer a partir dos nove anos e nos meninos a partir dos dez. Isso não significa dizer que todos vão entrar na puberdade nessa fase. É considerado normal o início da puberdade até os treze anos nas meninas e catorze nos meninos.

A puberdade que ocorre fora desses períodos é considerada uma anormalidade que pode ser chamada de:

Puberdade precoce – quando ocorre antes dos oito anos em meninas e dos nove em meninos;
Puberdade retardada – quando até os 13 anos nos meninas e catorze nos meninos, não apareceu nenhum dos sinais devidos.

Nesses casos o médico deve ser consultado para dar as devidas orientações de procedimento e encaminhar para um tratamento se for necessário.

**ATIVIDADE**

1. FAÇA UM ACRÓSTICO (É UMA COMPOSIÇÃO ESCRITA FEITA A PARTIR DAS LETRAS INICIAIS DE PALAVRAS ISOLADAS) DA PALAVRA ADOLESCENTE.
2. A ADOLESCÊNCIA É UMA FASE DE MUDANÇA. QUAIS AS MUDANÇAS OCORRIDAS NESSA FASE ?
3. DURANTE A ADOLESCÊNCIA É MAIS COMUM A PRESENÇA DE ACNE PESQUISE O POR QUE?
4. ATIVIDADE DA APOSTILA SP FAZ ESCOLA PÁGINA 14 ATIVIDADE 1- NOSSO CORPO EM TRANSFORMAÇÃO.( RESPONDER O QUADRO NA APOSTILA)

BONS ESTUDOS!!

PROFESSORA JOSI

BEIJOCAS