

# **Pubertad**

# **Que es la Pubertad:**

**Primera fase de la adolescencia, en la cual se producen las modificaciones propias del paso de la infancia a la edad adulta.**

# ¿Cuando inicia?

entre los 10 y 14 años para las niñas y entre los 12 y 16  
para los varones

# Características

La pubertad comienza generalmente con el crecimiento de los testículos y el pene. Luego, el vello en el pubis y las axilas. Los músculos crecen, la voz se hace más gruesa y el vello facial aparece siguiendo el proceso de la pubertad

# Cambios físicos

**Desarrollo de la musculatura. Crecimiento de los testículos, y alargamiento del pene.Crecimiento del vello corporal (púbico, axilar, bigote, barba).**

# Cambios físicos

**Crecimiento de las mamas y ensanchamiento de la cadera. Desarrollo del aparato reproductor (se inician los procesos de ovulación y menstruación). Aparición y crecimiento del vello púbico, axilar. Aumento de la sudoración, aparición de acné**

# Cómo influyen los cambios en la pubertad

**Los cambios que suceden durante la pubertad son controlados por hormonas. Estas hormonas afectan tus emociones y también tu cuerpo. Durante**