

Quinto mes	El feto experimenta movimientos, sus párpados se abren y cierran, y sus labios también se mueven como para succionar. Ya se observan los testículos en los varones y los ovarios en las mujeres. Se puede distinguir y conocer el sexo del bebé.
Sexto mes	Comienza el crecimiento del cerebro y el esqueleto empieza a endurecerse.
Séptimo mes	Ya funcionan todos los sistemas de órganos y el feto está casi formado. Puede medir cerca de 45 cm y pesa 1,5 kg.
Octavo mes	Ha aumentado mucho de tamaño, ocupa todo el útero. Pesa aproximadamente 2,5 kg.
Noveno mes	El feto se pone cabeza abajo para nacer, es decir, se encaja en el cuello del útero. Durante este mes aumenta 250 g por semana y al momento de nacer pesa alrededor de 3 kg.

## PUBERTAD Y ADOLESCENCIA





La pubertad es una etapa de la vida en la cual comienzan a madurar los órganos sexuales, el cuerpo experimenta cambios y los sentimientos y las emociones también. Es el inicio de la adolescencia. Los cambios afectan a todos los órganos y estructuras corporales, pero lo más llamativo es el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios. Cuando termina la pubertad, el cuerpo alcanza su forma y tamaño definitivos.

Los órganos sexuales, que componen al sistema reproductor, si bien se forman durante la gestación, maduran a partir de los 11 o 12 años. Durante este período, el cuerpo humano sufre numerosos cambios, entre ellos:

Mujeres	Hombres
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La pelvis se ensancha</li> <li>• Gradualmente se desarrollan las mamas</li> <li>• Aparece la menstruación</li> <li>• En las axilas y en el pubis crece vello</li> <li>• En algunos casos, aparece acné en el rostro</li> <li>• Aumento de la estatura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La caja torácica se ensancha</li> <li>• Aparece la barba</li> <li>• Cambia la tonalidad de la voz</li> <li>• En algunos casos, aparece acné en el rostro</li> <li>• Aumento de la estatura</li> </ul>



Todos estos cambios son signos de que ha comenzado la pubertad, el niño ha pasado a ser un adolescente. El inicio de este período es muy variable ya que influyen diversos factores: la alimentación, las costumbres, el entorno en que se vive, el nivel de vida, la genética, etc. En los países occidentales la pubertad se ha adelantado unos 3-4 años respecto del comienzo del siglo; en España se considera normal el inicio de la pubertad entre los ocho y los 14 años en las niñas y entre los nueve y los 15 en los varones.

**La duración de esta etapa también es muy variable. En los casos más rápidos, todos los cambios puberales pueden terminar en sólo dos años, mientras que en otros de evolución lenta, tardan 5 años.**



## ELBIBLIOTECOM

### COMIENZO DE LA PUBERTAD

La pubertad se inicia cuando la hipófisis, una de las principales glándulas de nuestro organismo ubicada en la base del cerebro, comienza a secretar ciertas hormonas que actúan regulando los caracteres sexuales secundarios en los testículos y los ovarios.

Ante el estímulo, los testículos y los ovarios aumentan de tamaño y fabrican cantidades cada vez más elevadas de las hormonas responsables del desarrollo de los caracteres sexuales: testosterona en los varones y estrógenos en el caso de las mujeres.

**La pubertad comienza a hacerse evidente cuando el nivel de testosterona o estrógenos alcanza un punto en el que la cantidad de estas hormonas es relevante, de lo contrario los cambios no son percibidos.**

**Ante el estímulo, los testículos y los ovarios aumentan de tamaño y fabrican cantidades cada vez más elevadas de las hormonas responsables del desarrollo de los caracteres sexuales.**

En los varones, el primer signo aparece cuando aumenta el tamaño de los testículos, en concreto cuando éstos alcanzan el tamaño de 2 cm en su eje mayor (4 cm<sup>3</sup> de volumen). Además, el pene también aumenta su tamaño y junto a estos cambios, comienza a parecer el vello púbico.

En las mujeres, el primer signo de que la pubertad está llegando suele ser el desarrollo mamario. Aparece un pequeño bultito, que se conoce como “el botón mamario”, que es el conjunto de areola y pezón. Muchas veces suele ser molesto y desagradar a las chicas ya que no se sienten ni niñas, ni mujeres. Este es un período de transición en el que se aconseja hacer al menos una visita al médico.

## POLUCIONES

Los testículos fabrican espermatozoides (las células reproductoras masculinas) y un líquido adecuado para que los espermatozoides sobrevivan. Todo este material constituye el semen y se expulsa durante la eyaculación.

Las primeras eyaculaciones ocurren durante la noche en los primeros años de la pubertad y son inconscientes. A estas eyaculaciones se las denomina poluciones.

**Luego de dos años de graduales transformaciones, comienza a aparecer el vello axilar y, más tarde, el facial. Primero crece sobre las comisuras del labio superior, luego por las mejillas y finalmente el mentón.**

## CAMBIOS EN LOS VARONES

Como explicamos, el primer cambio que se percibe en los varones es el crecimiento de sus testículos. Éstos van aumentando gradualmente su tamaño y mediante el control regular de estos órganos, se puede seguir con facilidad la pubertad. Antes de que comience esta etapa, el tamaño testicular es inferior a 4 cm<sup>3</sup>., mientras que el tamaño definitivo está entre 20 y 25 cm<sup>3</sup>.

A medida que se desarrollan los testículos, aumenta el tamaño del pene. Este cambio también es gradual, llega a medir 13 cm de longitud y 8 cm de circunferencia.

Por otro lado las bolsas escrotales, que contienen los testículos, cambian de aspecto. La piel se vuelve más rugosa y adquiere un color más intenso. Al mismo tiempo, aparece el vello púbico. Luego de dos años de graduales transformaciones, comienza a aparecer el vello axilar y, más tarde, el facial. Primero crece sobre las comisuras del labio superior, luego por las mejillas y finalmente el mentón.



Estos cambios van acompañados por el aumento acelerado de la altura. Decimos acelerado porque siempre los niños están aumentando su estatura, ocurre que en la pubertad aumenta la cantidad de centímetros que se crece por año, antes de la pubertad es de 4-6 cm y, luego aumenta a 7-12 cm.

Otros de los cambios son el aumento de peso y las alteraciones en el tono de voz. Además, la nuez de Adán, ubicada en el cuello se hace notable. El aumento del tamaño de las mamas en los hombres no es frecuente, lo que puede suceder es un aumento unilateral o bilateral, en ocasiones doloroso, y que desaparece en unos meses.

### CAMBIOS EN LAS MUJERES

Los primeros cambios que experimenta la mujer no son tan sencillos de percibir como los de los hombres. En este caso, se requiere de una ecografía que permita observar el estado de los ovarios y el útero para seguir paso a paso el desarrollo. Los ovarios adultos alcanzan los 30 cm<sup>3</sup> de volumen y el útero alrededor de 8 cm.

Lo que sí se puede apreciar a simple vista, son los cambios en la vagina. Los labios mayores aumentan de tamaño formando en su superficie ligeros pliegues. Los labios menores y el clítoris también aumentan de tamaño.



Los primeros cambios que experimenta la mujer no son tan sencillos de percibir como los de los hombres.

En este caso, se requiere de una ecografía que permita observar el estado de los ovarios y el útero para seguir paso a paso el desarrollo.

Comúnmente se toma como referencia los cambios de las mamas y el crecimiento del vello púbico para controlar el desarrollo. La mama nace como una protuberancia llamada botón y con el paso del tiempo va adquiriendo la forma característica. El vello nace en forma escasa y progresivamente va aumentando el volumen. En las axilas y en el bozo también aparece bello, pero éste es más débil que el de los hombres. Junto a todos estos cambios, las mujeres también crecen en altura, aunque no tanto como los varones. El peso de las mujeres también aumenta. El tono de la voz no se modifica.