

Tema 03: La adolescencia, una etapa de la vida

1. Los aparatos reproductores

Reproducción sexual

Participan **dos personas de distinto sexo**.

Intervienen **células sexuales**.

Los aparatos reproductores hacen posible la **función reproductora**.

Pubertad

Los aparatos reproductores maduran en esta etapa.

Suele comenzar a partir de los **10 años**.

Puede adelantarse o retrasarse según la persona.

Aparato reproductor femenino

- Partes:
- Ovarios** — Producen los **óvulos**.
 - Trompas de Falopio** — Comunican los ovarios con el útero.
 - Útero** — Órgano donde crece el bebé durante el embarazo.
 - Vagina** — Comunica el útero con el exterior.
 - Vulva** — Conjunto de órganos externos femeninos.
Incluye labios mayores, labios menores y clitoris.

Aparato reproductor masculino

- Partes:
- Testículos** — Producen los **espermatozoides**.
 - Conductos deferentes** — Transportan los espermatozoides hasta la uretra.
 - Próstata** — Produce un líquido que alimenta y transporta los espermatozoides.
 - Uretra** — Conduce el semen al exterior.
 - Pene** — Órgano externo por el que sale el semen.

Caracteres sexuales

- Primarios** — Están presentes desde el nacimiento.
Son los aparatos reproductores.
- Secundarios** — Aparecen en la pubertad.
- En las niñas: crecen las mamas, se ensanchan las caderas y aparece vello.
 - En los niños: la voz se hace más grave aparece vello y se desarrollan los músculos.

2. Las células sexuales y la fecundación

Células sexuales femeninas

- Óvulos
- Se forman en los **ovarios**.
 - Son células grandes y redondeadas.
 - Comienzan a madurar en la **pubertad**.
 - Aproximadamente cada **28 días** madura un óvulo.
 - Hacia el día **14**, el óvulo sale del ovario.
 - Si no hay fecundación, sale al exterior con restos de sangre.
 - Este proceso se llama **menstruación**.
 - Alrededor de los **50 años** se interrumpe la menstruación.
 - Esta etapa se llama **menopausia**.

Células sexuales masculinas

- Espermatozoides
- Se forman en los **testículos**.
 - Son células muy pequeñas.
 - Tienen cabeza y cola para desplazarse.
 - Se producen continuamente desde la pubertad.
 - Recorren los conductos deferentes.
 - Se mezclan con el líquido de la próstata y forman el **semen**.
 - El semen se expulsa por el pene en la **eyaculación**.

Fecundación

Es la unión de un **óvulo** y un **espermatozoide**.

Forma una nueva célula llamada **cigoto**.

En los seres humanos es **fecundación interna**.

Sucede dentro del cuerpo de la mujer.

- Proceso:
- Un óvulo maduro sale del ovario.
 - Los espermatozoides recorren la vagina y el útero.
 - Llegan a la trompa de Falopio.
 - Un espermatozoide puede unirse al óvulo.
 - Se forma el **cigoto**.
 - El cigoto se divide y forma el **embrión**.
 - El embrión llega al útero y se adhiere a su pared.

3. El embarazo, el parto y la lactancia

Embarazo

Es el periodo entre la fecundación y el nacimiento.

Dura aproximadamente **nueve meses**.

El embrión se desarrolla dentro del **útero**.

Placenta y cordón umbilical

La **placenta** se forma cuando el embrión se adhiere al útero.

Proporciona oxígeno y nutrientes al embrión.

Se conecta con él mediante el **cordón umbilical**.

La **bolsa** y **líquido amniótico** protegen al embrión dentro del útero.

Desarrollo del bebé

A los tres meses, el embrión pasa a llamarse **feto**.

A los nueve meses mide unos **50 cm** y pesa alrededor de **3 kg**.

Al final del embarazo está preparado para nacer.

Cambios en la mujer durante el embarazo

Se interrumpe la menstruación.

Crecen las mamas.

El abdomen aumenta de tamaño.

Parto

Es la salida del bebé y de la placenta al exterior.

Sucede a través de la vagina.

Una señal de inicio es **romper aguas**.

Tema 03: La adolescencia, una etapa de la vida



3. El embarazo, el parto y la lactancia	4. La reproducción y la salud	5. La adolescencia y la salud
Fases del parto Dilatación — El cuello del útero se abre poco a poco. El útero se contrae para empujar al bebé. Expulsión — El bebé sale al exterior. Comienza a respirar. Se corta el cordón umbilical. Alumbramiento — Se expulsa la placenta y los restos del cordón umbilical. Lactancia Es la etapa en la que el bebé se alimenta de leche. La leche materna contiene nutrientes y defensas. También puede usarse leche preparada para recién nacidos.	Higiene del aparato reproductor Los genitales externos están relacionados con el aparato urinario. Es importante mantener una higiene adecuada. Se recomienda aseo diario con agua o jabón suave. Durante la menstruación conviene aumentar la higiene. Tampones, copas y compresas deben cambiarse con frecuencia. Cuidados específicos En las mujeres, la limpieza de la zona del ano debe hacerse hacia atrás. Es recomendable usar ropa interior de tejidos naturales. La ropa muy ajustada o sintética favorece la humedad y el crecimiento de microorganismos. Consulta médica Ante molestias, dolor o irritación en los genitales, se debe consultar a un profesional. Ginecología — Especialidad del aparato reproductor femenino. Urología — Especialidad del aparato reproductor masculino. Revisiones periódicas Ayudan a detectar enfermedades a tiempo. Ejemplos: — Cáncer de mama — Cáncer de próstata	Adolescencia Etapa entre la infancia y la edad adulta. Transcurre aproximadamente entre los 10 y los 19 años. Incluye cambios físicos, emocionales y sociales. Ritmo de cambio Los cambios no ocurren a la misma edad en todas las personas. Cada persona tiene su propio ritmo. Cambios sociales Las amistades adquieren más importancia. Es necesario consultar dudas con adultos de confianza. Cambios emocionales Puede haber cambios de humor. Pueden aparecer sentimientos de irritación, tristeza, alegría o incomprensión. Es importante aprender a identificar, controlar y gestionar las emociones. Madurez personal La capacidad de razonar madura poco a poco. Se va construyendo la personalidad. Relaciones sexuales saludables Deben basarse en: — Respeto — Confianza mutua — Libertad para expresar sentimientos Es importante informarse para evitar embarazos no deseados. También hay que protegerse de enfermedades que se transmiten por contacto sexual.