



Cambios en nuestras vidas

Pensemos: ¿Qué etapas de la vida transitaron hasta ahora? ¿Qué les parece que cambió desde que eran bebés hasta la etapa en la que están actualmente? ¿Qué etapas siguen en la vida? ¿Todas las personas pasamos por las mismas etapas?

Estas son preguntas que todos nos hacemos en algún momento de nuestras vidas.

Leamos información:

FICHA 1: Estás creciendo

Todos los seres humanos crecemos desde que nacemos hasta los 18 o 20 años, pero no lo hacemos del mismo modo. Hay diferencias entre las chicas y los chicos; el crecimiento no es uniforme para todos y todas y esto depende de muchos factores, por ejemplo: la alimentación, el buen dormir, la altura de los papás y mamás y la de los abuelos y abuelas...

La época en la que dejás de tener cuerpo de niño o de niña, se llama **pubertad**. En este momento, tus órganos reproductivos empiezan a producir células sexuales (óvulos y espermatozoides), y comenzás a pensar y a sentir de modo diferente.

Generalmente, entre los 10 y 11 años, las chicas crecen más rápido que los varones. Por eso, a los 12 o 13 suelen ser más grandes que sus compañeros de la misma edad. Luego, les llega el turno a los varones, que igualan a las chicas; eso sucede alrededor de los 15 años.

Estos cambios corporales van acompañados de cambios afectivos. Si te sentís más rebelde, te querés vestir y hablar diferente, pensás y sentís cosas diferentes al mismo tiempo, querés ser más independiente, pero a la vez te pone inseguro tomar decisiones... no te preocupes. Eso quiere decir que estás atravesando por un período de cambios también en tus formas de sentir o actuar. Esta etapa de tu vida es la **adolescencia**.

1) Unimos con flechas

Células sexuales
Pubertad
Adolescencia

Época donde dejás de tener cuerpo de niño o de niña.
Óvulos y espermatozoides
Período de cambios en tus formas de sentir o actuar.



2) Coloco verdadero o falso según corresponda:

Los varones crecen al mismo tiempo que las mujeres

Los cambios corporales van acompañado de los cambios afectivos.

La altura y alimentación son factores de los cuales depende el crecimiento de una persona.

Ahora avancemos un poco más.

FICHA 2: Caracteres sexuales primarios y secundarios

Desde el nacimiento y hasta la adolescencia, los varones y las mujeres nos diferenciamos básicamente por nuestros órganos sexuales (ovarios y testículos) y los genitales (vulva, pene y escroto); estos se llaman **caracteres sexuales primarios**.

Entre los 9 y los 16 años se producen cambios importantes en nuestro cuerpo, debido a las hormonas producidas principalmente por los ovarios y los testículos. Estas hormonas son sustancias que influyen para que cambie nuestro cuerpo, y también nuestra forma de sentir y de pensar. En esta etapa se produce la aparición de los **caracteres sexuales secundarios**. Estos son algunos de ellos:

Varones	Mujeres
Crece rápidamente en altura. Los huesos se vuelven más robustos, y la musculatura, más firme.	Crece de manera acelerada, sobre todo en la estatura.
Crece el pene y se agrandan los testículos.	Se agrandan las mamas y se producen secreciones vaginales transparentes o blanquecinas.
Crece vello en el pubis, las axilas, la barba y el resto del cuerpo.	Crece vello en el pubis, las axilas y las piernas.
Aumenta el ancho de los hombros en relación con la pelvis, que es más estrecha.	Se ensanchan los huesos de la cintura pélvica, forman una cavidad (está vinculado con la posibilidad del embarazo y el parto).
Cambia la voz y se forma la nuez de Adán.	Acumulan grasa en distintas partes del cuerpo: senos, cadera y muslos.
Comienzan las eyaculaciones y la posibilidad de procreación.	Comienza la menstruación y la posibilidad de procreación.



3) Completo la frase arrastrando la opción correcta.

Se llaman caracteres sexuales primarios a los:	
Entre los 9 y los 16 años se producen cambios importantes en nuestro cuerpo	
Estas hormonas son sustancias que influyen para que cambie nuestro cuerpo, y también nuestra forma de sentir y de pensar	

órganos sexuales (ovarios y testículos) y los genitales (vulva, pene y escroto)

debido a las hormonas producidas principalmente por los ovarios y los testículos.

En esta etapa se produce la aparición de los caracteres sexuales secundarios

Piensen mitos de la menstruación. Eso se retoma en la próxima clase.