

Fecha de la visita: ___ / ___ / 201__

Informe del Examen Físico a los 10-11 años

INMA-Valencia

Nombre: _____

Circunferencia cintura		
Peso		
Talla		
Desarrollo puberal	Vello pubis	
	Mamas (chica)	
	Genitales (chico)	

En el estudio del desarrollo puberal evaluamos la aparición de los caracteres sexuales secundarios (vello púbico y mamas en las chicas; y vello púbico y crecimiento de los genitales en los chicos) a partir de los estadios que propone Tanner y que son ampliamente utilizados.

Según el Grupo de Trabajo Sobre Salud Reproductiva en la Adolescencia¹ de la Asociación Española de Contracepción los parámetros normales en función de la edad serían:

Chicas:	Edad media	Intervalo normal
Inicio desarrollo mamario	10.5-11 años	8-14 años
Vello púbico	10.5-11 años	8-14 años
Chicos:	Edad media	Intervalo normal
Inicio desarrollo genital	12-12.5 años	9-14 años
Vello púbico ²	12.3 años	12-14 años

Os agradecemos vuestra participación, este proyecto no habría podido realizarse sin vuestra ayuda.

iiiiii Gracias!!!!!!

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Cuándo comienza la pubertad?

La pubertad comienza con el desarrollo de los órganos sexuales para convertirse en una persona adulta.

En las **niñas**, lo más frecuente es que se produzca sobre los 10.5-11 años, aunque se considera normal dentro de los 8 a los 14 años. Generalmente primero se empiezan a desarrollar los pechos y después aparece el vello púbico (aunque en ocasiones se produce al revés).

En los **niños**, estos cambios empiezan a producirse un poco más tarde, sobre los 12 años, siendo normal entre los 9 y los 14 años. Se aumenta el tamaño de los testículos, escroto y pene y empieza a crecer el vello púbico. Se pueden producir los sueños húmedos.

¿Cuánto dura el desarrollo de estos cambios?

La duración del desarrollo de los caracteres sexuales secundarios está entre 3 y 4 años, por término medio. El desarrollo completo de las mamas en las chicas puede durar entre 5 y 9 años.

¿Cuánto va a crecer una niña?

El pico de crecimiento (estirón) se produce generalmente entre los 11 y los 14 años. La talla definitiva se adquiere alrededor de unos 2 años tras la primera menstruación (menarquia). Después de la menarquia, la niña puede crecer unos 7 cm más o menos.

El cierre de las epífisis óseas se produce sobre los 15 años (crecimiento definitivo).

¿Cuánto va a crecer un niño?

El pico de crecimiento (*estirón*) en el niño se produce cuando ya se encuentra en una fase más avanzada del desarrollo de los órganos sexuales (G4). En crecimiento se detiene sobre los 18 años.

¿Cuándo se producirá la primera regla?

Generalmente la menarquia o primera regla se produce entre 1 y 3 años después de haber comenzado el desarrollo mamario. Es frecuente que unos meses antes comiencen con secreción de flujo vaginal.

Si quieres más información puedes consultar:

Web de la Asociación Española de Pediatría:

- Pubertad en las chicas: <http://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/pubertad-en-chicas>

- Pubertad en los chicos: <http://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/pubertad-en-chicos>

Documental El cuerpo humano de la BBC. Capítulo sobre la pubertad <http://www.youtube.com/watch?v=oU6Ki4i2sjA>

Bibliografía

1. Grupo de Trabajo Sobre Salud Reproductiva en la Adolescencia. Sociedad Española de Contracepción. Manual de salud reproductiva en la adolescencia: aspectos básicos y clínicos. Madrid: Sociedad Española de Contracepción, 2001

2. Temboury Molina MC. Desarrollo puberal normal. Pubertad precoz. Rev Pediatr Aten Primaria. 2009;11 Sup l16;s127-s142.

http://www.pap.es/FrontOffice/PAP/front/Articulos/Articulo/_IXus5l_LjPq-ggZ3bTHSM9Op6mhaQ-m1

Observaciones: