

1ª edição

Meu filho entrou na adolescência, e agora?



Esta cartilha é produto da disciplina Atividades Integradoras V do Curso de Psicologia da Universidade José do Rosário Vellano - câmpus Alfenas.

Dados internacionais de catalogação-na-publicação
Biblioteca Central da UNIFENAS

Meu filho entrou na adolescência, e agora? [recurso eletrônico].--
Emanuely Moraes Siqueira...[et al]. Alfenas, 2021.
1 livro digital

Modo de acesso:
Formato : PDF

1. Adolescência I. Orfão, Isamara Sepini, colab. II. Marques,
Mislene Coelho, colab. III. Macedo, Rafaela Aparecida Fidelis de,
colab. IV. Rocha, Sarah Toti, colab. V. Silva, Thaís Aparecida, colab.
VI. Schlieper, Mariana Della Mura Jannini, colab. VI. Universidade
José do Rosário Vellano

CDU: 159.922.8

Zélia Fernandes Ferreira Miranda
Bibliotecária CRB6 1486

ORIENTAÇÃO E REVISÃO

MARIANA DELLA MURA JANNINI SCHLIEPER

AUTORAS

EMANUELY MORAES SIQUEIRA

ISAMARA SEPINI ORFÃO

MISLENE COELHO MARQUES

RAFAELA APARECIDA FIDELIS DE MACEDO

SARAH TOTI ROCHA

THAÍS APARECIDA DA SILVA

ARTE E DIAGRAMAÇÃO

RAFAELA APARECIDA FIDELIS DE MACEDO

SUMÁRIO

- 4 APRESENTAÇÃO**
- 5 O QUE É A ADOLESCÊNCIA?**
- 5 ADOLESCÊNCIA: UM PERÍODO DE CRISE?**
- 6 DESENVOLVIMENTO NA ADOLESCÊNCIA**
- 7 PUBERDADE**
- 8 COMO FALAR SOBRE SEXUALIDADE COM FILHOS ADOLESCENTES?**
- 9 ÁLCOOL E DROGAS**
- 10 COMPORTAMENTOS QUE MERECEM ATENÇÃO**
- 11 REFERÊNCIAS**

Apresentação

Prezado, pai ou mãe, ou cuidador responsável por um adolescente. Sabemos que a adolescência pode ser um momento conturbado, tanto para o adolescente quanto pra quem cuida dele. Nessa fase da vida é comum que ocorram algumas mudanças físicas e psicossociais.

Pensando em amenizar as inseguranças desse período desenvolvemos essa cartinha com alguns temas referentes à adolescência.

O que é adolescência? Adolescência, um período de crise?

Por Isamara Sepini Órfão

Segundo Leite (2012), atualmente a adolescência é entendida como uma fase do desenvolvimento humano, marcada por transformações anatômicas, fisiológicas, psicológicas e sociais, além de ser um período essencial para o desenvolvimento, contribuindo para a construção da identidade de cada sujeito (SENNA; DESSEN, 2012).

Como a adolescência é um período transitório, que se inicia com a puberdade e vai até a entrada na idade adulta, no qual acontece diversos aspectos do desenvolvimento. Desse modo, a adolescência é um processo. Sabemos que a adolescência é um período da vida no qual ocorre muitas mudanças, sejam biológicas, psicológicas ou sociais.

Essas mudanças impulsionam as crises ocorridas nessa fase, uma vez que as estruturas de adaptação e defesa, que antes eram adequadas, deixam de ser e exigem assimilação e adequação de novas contingências (SANTOS; SILVA, 2021).

Segundo o site da ABC MED (2015), essas crises na adolescência simbolizam a ruptura que acontece com as formas de comportamento e privilégios comuns da infância e a aquisição de características e competências que capacitam a pessoa a assumir deveres e papéis da idade adulta.

Sendo assim, a adolescência é considerada sim, um período de crise, mas que é ocasionado por todos os âmbitos que o indivíduo está passando.

Desenvolvimento na adolescência

Por Emanuely Moraes Siqueira

A Organização Mundial de Saúde, no plano internacional, define adolescência pelo referencial cronológico como um período da vida que vai dos 10 aos 19 anos, envolvendo assim, a puberdade, que é um fenômeno universal e tem um ritmo que varia de indivíduo para indivíduo. A adolescência é uma fase complexa do ponto de vista físico e do emocional na vida do ser humano, pois é neste período em que ocorrem várias mudanças no corpo, que repercutem diretamente na evolução da personalidade e na atuação pessoal da sociedade. Sendo, um período entre a infância e a idade adulta, marcado por fragilidade, confusão, crises e turbulência, cuja principal característica apresenta-se pela perda da infância e a entrada no mundo adulto.

Puberdade

O processo da adolescência é demarcado pela puberdade, através das modificações corporais que ocorrem nesta etapa, principalmente, no que diz respeito, à maturação sexual. Trata-se de um fenômeno biológico que se refere às mudanças morfológicas e fisiológicas (forma, tamanho e função) resultantes da reativação dos mecanismos neuro-hormonais.

Tais modificações habilitam fisiologicamente o jovem para que possa se reproduzir. É importante notar que o início e o término dessa fase, ocorre de indivíduo para indivíduo, assim como, na duração e progressão do desenvolvimento puberal, com diferenças entre os sexos, entre grupos sociais, fatores contextuais e ambientais.

Nas meninas:

Entre as principais características da puberdade feminina está o desenvolvimento dos ovários, do útero e da vagina, que diz respeito às características sexuais primárias que são aquelas relacionadas diretamente com a reprodução. E também, o desenvolvimento de características sexuais secundárias, como o aparecimento de mamas, de pelos pubianos, e o aumento de massa corporal, distribuição da gordura corporal, e a menarca, a primeira menstruação da adolescente, conhecida pelo termo popular "*ficou mocinha*".

Nos meninos:

Para os meninos, às características sexuais primárias estão ligadas ao desenvolvimento dos testículos, próstata e produção de esperma. Todavia, as características sexuais secundárias estão relacionadas ao dimorfismo sexual externo, que refere-se, ao desenvolvimento do pênis, dos pelos faciais, pelos pubianos e modificação da voz. Além dessas características sexuais secundárias, também é possível observar, volume dos testículos, e a oigarca (primeira ejaculação) nos meninos.

Como falar sobre sexualidade com filhos adolescentes?

Por Sarah Toti Rocha

Entre os novos desafios enfrentados por pais de adolescentes, a educação sexual costuma ser um dos temas mais temidos. A adolescência traz consigo inúmeras transformações e, de forma natural, o interesse pelo início da vida sexual é bastante marcante, demandando, assim, maior atenção dos pais e responsáveis.

Diante disso, é importante que os pais promovam uma aproximação com seus filhos, estreitando laços afetivos e gerando confiança para que os jovens não se sintam sozinhos e perdidos. (ALMEIDA; SENTA; 2009). Marques et al (2003), salientam que a família deve promover o diálogo para ajudar os adolescentes a compreenderem as mudanças que estão passando e vivenciarem sua sexualidade de forma saudável.

Alguns documentos direcionados à educação sexual de adolescentes que estão disponíveis na internet podem ajudar os pais a se prepararem para o assunto. Indicamos alguns a seguir:

- **Guia de educação sexual – Guia educação para pais**

Link:<https://www.childhood.org.br/educacao-sexual-para-a-prevencao-do-abuso-sexual-de-criancas-e-adolescentes>

- **Orientações Técnicas de Educação em Sexualidade para o Cenário Brasileiro (UNESCO)**

Link:https://crianca.mppr.mp.br/arquivos/File/publi/unesco/orientacoes_tecnicas_sexualidade_unesco_2014.pdf

Álcool e drogas

Por Mislene Coelho Marques

A adolescência é um período de descobertas, nessa fase o jovem é movido muitas vezes pela curiosidade e isso facilita o contato com o álcool e as drogas. O adolescente possui a preocupação de pertencer a um grupo no qual ele se identifica. Esse grupo que ele está inserido também terá uma certa influência sobre ele, suas ações serão para se sentir parte desse grupo.

Nesse período é normal que sua família fique em segundo plano e seus amigos sejam mais importantes. É comum que os conflitos familiares aconteçam com mais frequência devido as atitudes rebeldes e opiniões contrárias as dos pais, com isso os pais tendem

a perder o controle de seus filhos, fazendo com que os adolescentes passem mais tempo com seus grupos. Durante essa crise o álcool e as drogas podem entrar nas suas vidas.

Os pais, durante essa fase conturbada da adolescência, devem se aproximar dos seus filhos dando importância aos seus conflitos internos, ensinar o que é o certo e o errado, alertando-os dos riscos e das consequências que o álcool e as drogas trazem.

Comportamentos que merecem atenção

Por Thais Aparecida da Silva

Os pensamentos e comportamentos suicidas são fenômenos complexos e influenciados por inúmeros fatores que interagem entre si, como pessoais, sociais, psicológicos, culturais, biológicos e ambientais. Assim, nenhum fator isoladamente é suficiente para explicar por que uma pessoa morre por suicídio.

A adolescência pode ser considerada um evento de vida estressante devido às inúmeras e intensas mudanças físicas e psicológicas ocorridas nesse período, dentre as quais se destacam as mudanças atreladas à puberdade em diferentes aspectos e no formato do corpo que muitas vezes deixam os jovens desconfortáveis e confusos com sua imagem corporal, tornando-se um desafio para eles. Dessa forma, diante do exposto em nossa pauta, pais e responsáveis devem se atentar aos comportamentos de seus filhos, uma vez que eles exemplificam muito o que eles estão enfrentando e sentindo.

Referências

- ABCMED. **Crises da adolescência**. 2015. Disponível em: <<https://www.abc.med.br/p/saude-da-crianca/814819/crises+da+adolescencia.htm>>. Acesso em: 21 abr. 2021.
- ALMEIDA, A.C.C.H.; CENTA, M.L. A família e a educação sexual dos filhos: implicações para a enfermagem. **Acta paul enferm**. São Paulo, v.22, p. 71-76, fev. 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002009000100012. Acesso em: 18 mai 2021
- CAVALCANTE, Maria Beatriz de Paula Tavares; MARIA DALVA SANTOS, Alves; BARROSO, Maria Grasiela Teixeira. Adolescência, álcool e drogas: uma revisão na perspectiva da promoção da saúde. **Esc. Anna Nery** [online]. v.12, n.3, p. 555-559. 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452008000300024>. Acesso em: 13 maio. 2021.
- CONTINI, Maria de Lourdes Jeffery (Coord.); KOLLER, Silvia Helena (Org.). **Adolescência e Psicologia**: concepções, práticas e reflexões críticas. Conselho Federal De Psicologia (CFP): Brasília, 2002.
- DUARTE, Maria de Fátima da S.. Maturação física: uma revisão da literatura, com especial atenção à criança brasileira. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 9, supl. 1, p. 71-84, 1993. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X1993000500008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em:13 maio 2021.
- EISENSTEIN, Evelyn. Adolescência: definições, conceitos e critérios. **Adolescência e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 2, n.2, p. 6-7, abr./jun. 2005. Disponível em: <http://adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=167>. Acesso em: 03 maio 2021.
- LEITE, Vanessa. A sexualidade adolescente a partir de percepções de formuladores de políticas públicas: refletindo o ideário dos adolescentes sujeitos de direitos. **Psicol. clin.** [online], Rio de Janeiro, v. 24, n 1, p. 89-103. 2012.
- MARKEY, Charlotte N. Comentário convidado: **Por que a imagem corporal é importante para o desenvolvimento do adolescente**, 2010
- MARQUES, M.F.C; VIEIRA, N.F.C; BARROSO, M.G.T. Adolescência no contexto da escola e da família – uma reflexão. **Família, Saúde e Desenvolvimento**. Curitiba, v.5, p. 141-146, mai/ago. 2003. Disponível em: < <https://revistas.ufpr.br/refased/article/view/8094/5713>>. Acesso em: 18 mai 2021

Referências

MEIRA, Tatiana de Barros; MORAES, Fernanda Lopes de; BOHME, Maria Tereza Silveira. Relações entre leptina, puberdade e exercício no sexo feminino. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v. 15, n. 4, p. 306-310, ago. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922009000500015&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 04 maio 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE et al. **Prevenir o suicídio: um imperativo global**. Organização Mundial da Saúde, 2014

QUIROGA, Fernando Lionel; VITALLE, Maria Sylvia de Souza. O adolescente e suas representações sociais: apontamentos sobre a importância do contexto histórico. **Physis**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, p. 863-878, set. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312013000300011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 26 abr. 2021.

SANTOS, Geny; SILVA, Millene. Depressão na Adolescência Relacionada ao Advento das Mídias Sociais na Contemporaneidade. **Revista de Ciências e Humanidades**, Manaus, v. 5, n. 1, p. 174-193, jan./jun. 2021.

SENNA, Sylvia Regina Carmo Magalhães; DESSEN, Maria Auxiliadora. Contribuições das Teorias do Desenvolvimento Humano para a Concepção Contemporânea da Adolescência. **Psicologia: teoria e prática**, Brasília, v. 28, n. 1, p. 101-108. 2012.

VALLE, Luiza Elena L. Ribeiro do; MATTOS, Maria José Viana Marinho de. Adolescência: as contradições da idade. **Rev. psicopedag.**, São Paulo, v. 28, n. 87, p. 321-323, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862011000300012&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 26 abr. 2021.

FICHA TÉCNICA

Compilação, edição, diagramação e design:

Rafaela Aparecida Fidelis de Macedo

Pesquisa e escrita dos temas:

O que é a adolescência?

Adolescência: um período de crise?

Isamara Sepini Órfão

Desenvolvimento na Adolescência

Puberdade

Por Emanuely Moraes Siqueira

Como falar sobre sexualidade com filhos adolescentes?

Sarah Toti Rocha

Álcool e drogas

Mislene Coelho Marques

Comportamentos que merecem atenção:

Thaís Aparecida da Silva

