

Puberdade

As alterações na puberdade dependem de uma espécie de "relógio biológico" que, determinado momento, se activa de forma espontânea, tal como acontece quando uma planta floresce, dando lugar a uma progressiva transformação do organismo infantil, com o aparecimento de uma série de traços corporais típicos de acordo com o sexo e o consequente início da capacidade reprodutora.

Mas esta profunda transformação física tem outra consequência não menos importante: a transição psicológica da infância para a idade adulta, uma etapa da vida que se conhece como adolescência, em que as raparigas e os rapazes devem encontrar a sua identidade enquanto se traça a sua personalidade.

A puberdade e a adolescência, na sua vertente psicológica, constituem uma época crucial da vida, pois é aqui que se definem os traços físicos e psicológicos que irão pautar os feitos da sexualidade, a integração na sociedade, a procura de trabalho, o desenvolvimento profissional, os gostos e inclinações, os hábitos alimentares e os da vida quotidiana...

O conhecimento destas alterações, nomeadamente as suas variantes e repercussões, é extremamente importante tanto para os próprios jovens, que muitas vezes se sentem isolados, incompreendidos ou até envergonhados do seu corpo e dos seus pensamentos íntimos, como para os seus pais, familiares e pessoas chegadas, para quem estas alterações podem gerar reacções controversas e nem sempre positivas.

Nas próximas páginas, vamos analisar as alterações físicas pubertárias nas raparigas e nos rapazes, resumir a sua cronologia, abordar as suas repercussões psicológicas e referir os problemas mais frequentes desta altura da vida: a puberdade precoce, o atraso pubertário e outros problemas típicos deste período da vida em especial.