

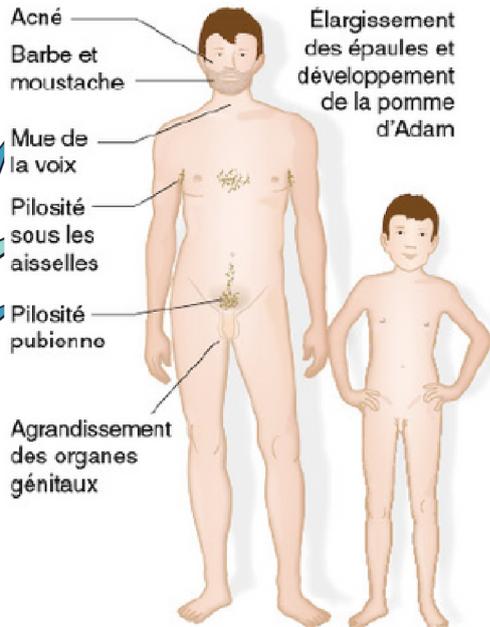
RESSOURCES

Devenir un homme, devenir une femme : la puberté

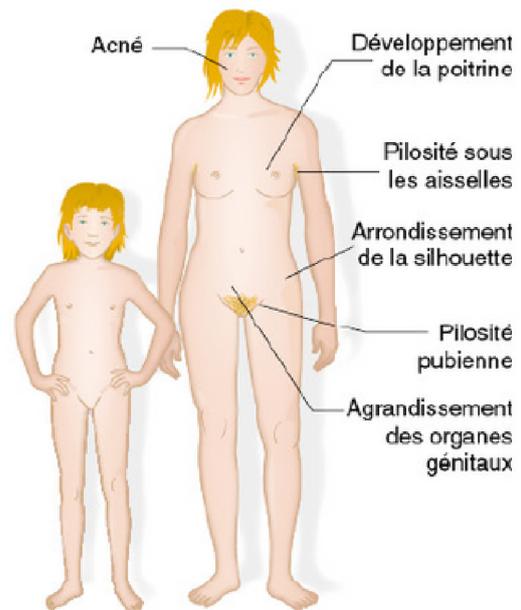
LES TRANSFORMATIONS PHYSIQUES DE LA PUBERTÉ

Les filles et les garçons ont des **silhouettes similaires** pendant l'enfance. Ils ont cependant des **organes reproducteurs différents**.

La puberté est la période de l'adolescence au cours de laquelle les garçons et les filles acquièrent la capacité à se reproduire. **Leur corps change**, ce qui les fait ressembler de plus en plus aux adultes.



Élargissement des épaules et développement de la pomme d'Adam



Développement de la poitrine

Pilosité sous les aisselles

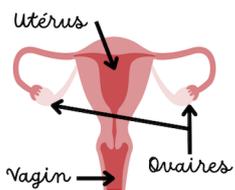
Arrondissement de la silhouette

Pilosité pubienne

Agrandissement des organes génitaux

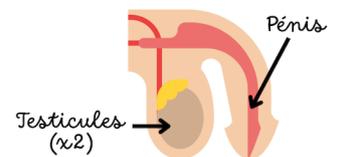
MISE EN ROUTE DES ORGANES GÉNITAUX

A la puberté, des changements se produisent dans le fonctionnement de l'organisme. Suite à leur développement, **les organes génitaux fonctionnent**. La reproduction est alors possible.



Chez les filles, ceci se manifeste, entre autres, par l'apparition des premières **règles** (écoulement de sang). Chaque mois, l'un des ovaires produit un ovule qui peut être fécondé. L'utérus se prépare alors à accueillir un embryon en produisant un tissu plein de vaisseaux sanguins. S'il n'y a pas d'embryon, ce tissu est inutile et est éliminé : ce sont les règles.

Chez les garçons, ceci se manifeste par l'éjaculation du **sperme** (liquide blanc et laiteux) par le pénis. C'est un mélange de spermatozoïdes et de liquide de protection.



PUBERTÉ ET DÉVELOPPEMENT DU CERVEAU

L'adolescent devient **irritable** et passe du rire aux larmes sans raison apparente. Et pourtant, il y a une raison à cela ! A la puberté, l'apparence physique de l'adolescent et sa **manière de penser et d'agir** évoluent tellement vite en quelques mois que ses **émotions débordent**. C'est une période où il est fréquent de **perdre confiance** en soi et de douter de tout. Mais c'est aussi un moment où il est important de **partager son vécu** avec ses proches, car tous les adolescents traversent la même situation.



Les adolescents ont parfois des comportements à risque car les zones du cerveau qui **contrôlent les émotions** se développent plus tôt que la partie avant du cerveau, qui **contrôle les impulsions**.

De ce fait, les adolescents peuvent parfois agir sous le coup de leurs émotions, en suivant leurs impulsions, **sans en mesurer les conséquences**.