

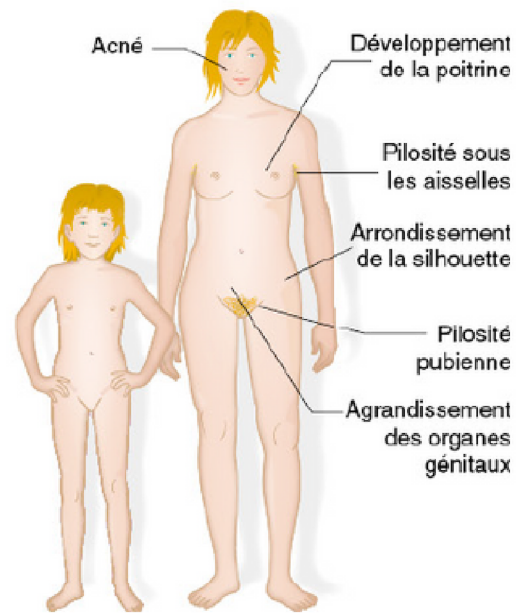
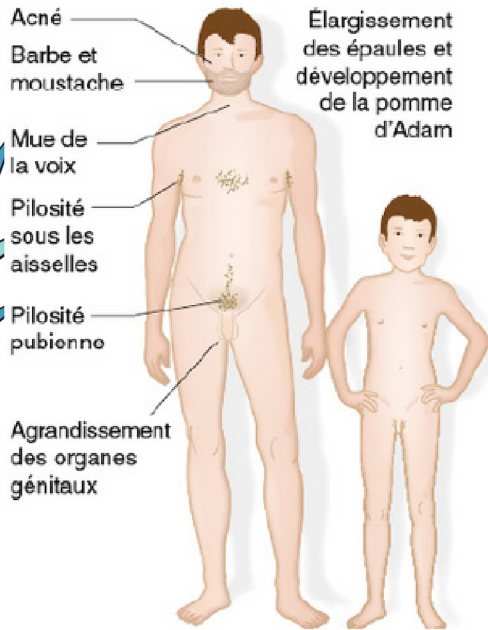
RESSOURCES

Devenir un homme, devenir une femme : la puberté

LES TRANSFORMATIONS PHYSIQUES DE LA PUBERTÉ

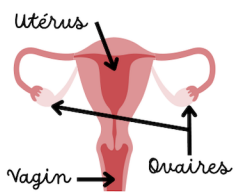
Les filles et les garçons ont des **silhouettes similaires** pendant l'enfance. Ils ont cependant des **organes reproducteurs différents**.

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.



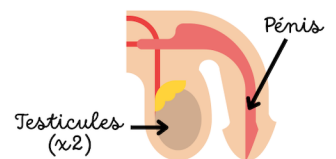
MISE EN ROUTE DES ORGANES GÉNITAUX

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**.