



INTRODUCCIÓN A LA PUBERTAD

Descripción de esta clase para padres y cuidadores

Entre tercero y cuarto de primaria, muchos niños entran en las primeras etapas de la pubertad; si no se están desarrollando, casi con seguridad empiezan a notar cambios en sus compañeros. Para algunos, esto puede manifestarse como cambios en su figura, estirones o cambios de humor. Se trata de una amplia gama de cambios que pueden dar lugar a comparaciones (y a veces incluso a preocupación) sobre si algunos niños están muy adelantados, otros atrasados o simplemente son diferentes a los demás.

Las investigaciones demuestran que [pubertad](#) comienza antes que cuando muchos de los padres de hoy eran jóvenes. Lo que solía comenzar alrededor de los 11 años para muchos ahora comienza, en promedio, entre 8 y 10...pero también es completamente “normal” que la pubertad no aparezca hasta los 12 o 13 años. Esta diferencia de edad resulta confusa, tanto a nivel intelectual como práctico: es probable que un niño de tercer grado que está experimentando cambios se siente junto a un compañero cuyo cuerpo aún no ha comenzado a cambiar. No existe un único calendario “correcto” para la pubertad; cada persona tiene su propio camino en cuanto a cuándo comenzará, qué se transformará primero, cuánto durará el proceso y cómo se verá cuando termine.

Aquí está el problema: en su desarrollo, los niños de tercer grado son curiosos, socialmente sensibles y apenas comienzan a comprender la privacidad y los límites personales de maneras nuevas. Esto explica por qué pueden empezar a susurrar sobre quién es más alto, quién huele diferente o quién necesita un sostén. Sin una conversación estructurada, esta curiosidad puede convertirse rápidamente en burlas o información errónea.

Cuando los niños saben qué esperar, es menos probable que se sientan ansiosos por su propio desarrollo y más probable que muestren amabilidad hacia sus compañeros que crecen a un ritmo diferente. Nadie puede decirles con exactitud cómo cambiará su cuerpo ni cuándo sucederá, una verdad bastante frustrante. Pero iniciar conversaciones sobre todo lo que ocurrirá en algún momento les recuerda que estás ahí para responder a sus preguntas o encontrar los mejores recursos.