

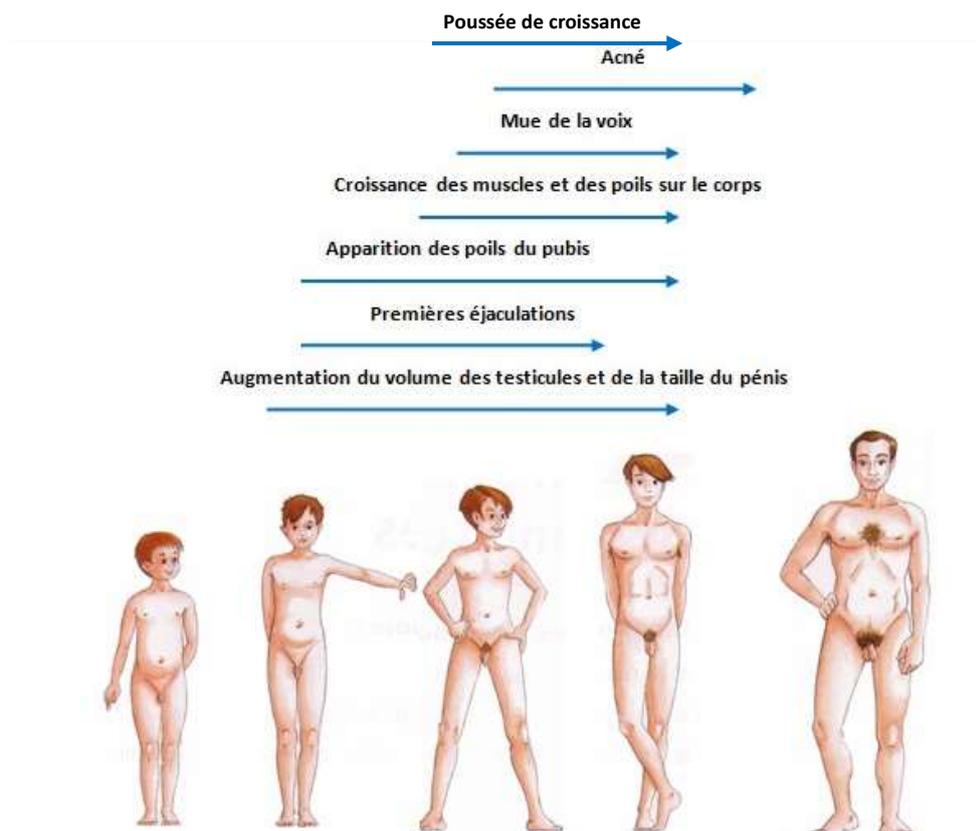
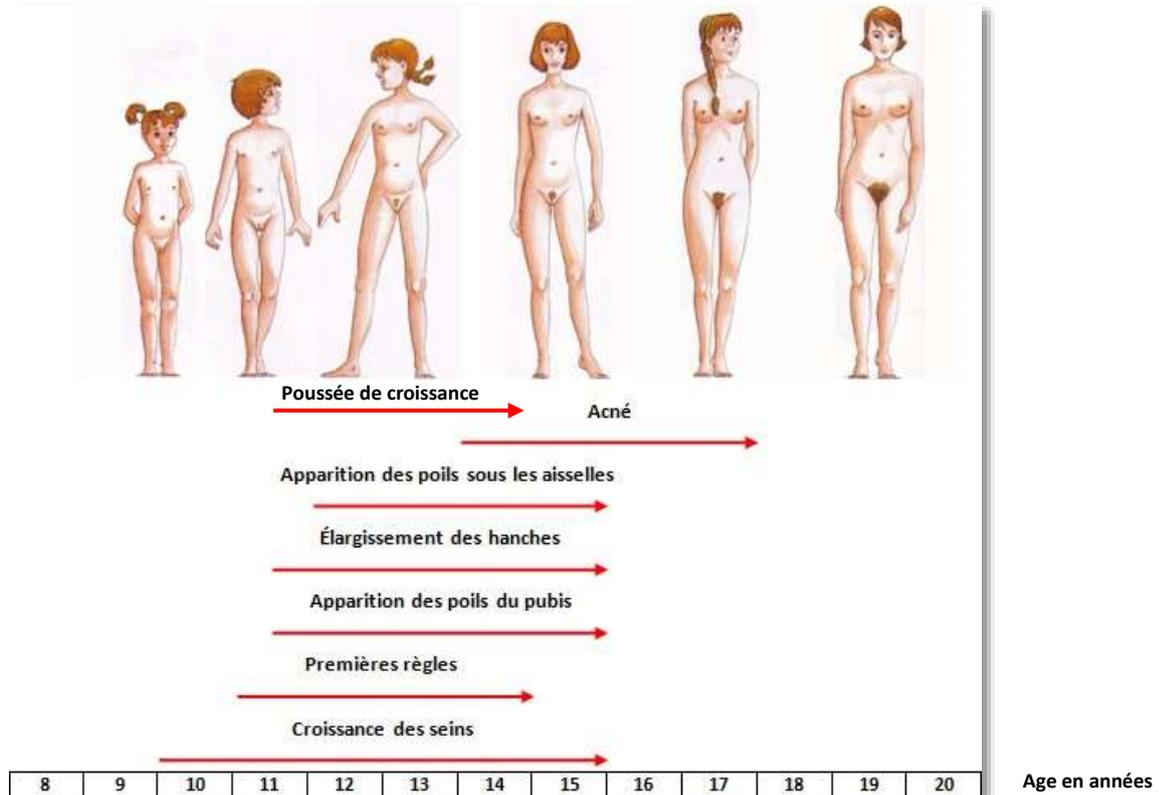
DOCUMENT EN PRET : LA PUBERTE

Document 1 : Les caractères sexuels

Dès la naissance et pendant toute l'enfance, un garçon et une fille se distinguent par leurs caractères sexuels primaires, c'est-à-dire leurs organes génitaux : les testicules et le pénis chez le garçon ; les ovaires, l'utérus et la vulve chez la fille.

A la puberté, le corps se transforme progressivement, les caractères sexuels secondaires apparaissent et distinguent un homme d'une femme.

Document 2 : Les changements du corps.



Document 3 : Des signes du fonctionnement de l'appareil reproducteur.

Sitôt à l'âge de se reproduire, les jeunes hommes ont des éjaculations et les jeunes femmes ont des règles.

Les règles (ou menstruations) apparaissent vers 13 ans. Elles se manifestent par de faibles écoulements de sang par la vulve pendant trois à six jours. Elles ne deviennent régulières qu'après une ou deux années.

Les éjaculations correspondent à l'émission d'un liquide blanc et épais, le sperme, par le pénis. Elles se produisent spontanément vers 13-15 ans et surviennent souvent au cours du sommeil. Les règles et les éjaculations sont les signes du bon fonctionnement des appareils reproducteurs.

Document 4 : Les changements psychologiques

Durant la puberté, les bouleversements physiques influencent le caractère, les émotions, l'humeur et la relation à l'autre. Ce n'est pas toujours facile de sentir son corps changer. On peut passer par des états extrêmes comme la révolte, l'abattement ou l'agressivité. On voit différemment le monde qui nous entoure et on remet en cause l'éducation des parents. C'est aussi durant cette période que l'on découvre véritablement l'amour et l'attirance pour l'autre, des sentiments qui peuvent être déroutants parce qu'ils sont nouveaux.

Avec les années, ces bouleversements se calment et on se sent généralement mieux dans sa peau. Il est toutefois important de pouvoir se confier au moment où ils se produisent. Il ne faut pas hésiter à parler de ses doutes et de ses malaises à un proche ou à un professionnel de santé. On peut aussi appeler Fil santé jeune au 32 24 (appel anonyme et gratuit, tous les jours de 8 h à minuit).

