



## DIALOGANDO SOBRE AS MUDANÇAS DO CORPO NA PUPERDADE

Matheus Mesquita De Sousa<sup>1</sup>  
Amanda Tiffany Morais Da Silva<sup>2</sup>  
Francisca Gabriela Martins Ramos<sup>3</sup>  
Maria Karoliny Silva De Figueiredo<sup>4</sup>  
Marianna Carvalho E Souza Leão Cavalcanti<sup>5</sup>

### RESUMO

A adolescência corresponde ao período do desenvolvimento humano compreendido entre a puberdade e a vida adulta, sendo considerada uma fase de mudanças biopsicossociais, em virtude das alterações anatomofisiológicas e comportamentais, no qual o indivíduo está inserido. O adolescente deve compreender essas mudanças para compreender essa fase da vida. Relatar a experiência de um acadêmico de enfermagem durante uma ação educativa sobre mudanças no corpo na adolescência para adolescentes. Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa do tipo relato de experiência, realizado em outubro de 2023. Durante uma ação educativa desenvolvida em uma escola de ensino médio do município de Redenção-CE. A ação teve duração de 60 minutos, no qual foram discutidos temas relacionado à puberdade, com suas mudanças físicas e biológicas, abordou-se sobre o a estrutura do sistema reprodutor masculino e feminino, aparecimento de pelos, seios e acnes, ciclo menstrual e mudança da voz para mais forte. A qualquer momento os adolescentes poderiam se manifestar para esclarecer dúvidas. Os que tinham vergonha poderiam esclarecer ao final da ação de forma individual. Participaram da ação 35 adolescentes, onde 25 eram do sexo feminino e os demais masculino, com idade entre 16 a 18 anos. Foi possível perceber o déficit de conhecimento relacionado principalmente à anatomia do sistema reprodutor feminino e masculino, não sabiam identificar alguns órgãos internos de ambos os sistemas como, o cólon do útero, as trompas uterinas, o canal deferente, entre outros. Os adolescentes de forma geral falaram que o aparecimento de acnes afetava a autoestima, e que após a explicação ficaram mais tranquilos por compreender que seria uma fase. As jovens relataram sobre suas experiências em relação à primeira menstruação, no qual, não estarem preparadas para o momento, pois não detinham do conhecimento e falar abertamente com os pais as deixava com vergonha. Logo, recorriam para terceiros e até mesmo a internet. Foi discutido os sintomas mais comuns que sentem durante o ciclo menstrual e compartilharam as estratégias que usavam para melhorar os sintomas. Para o acompanhamento do ciclo menstrual foi relatado o uso de aplicativos instalados no celular. Alguns jovens relataram que notam que algumas as mulheres, do seu convívio diário, ficam mais irritadas e sensíveis no período pré-menstrual, e que após a sessão educativa, eles compreenderam melhor que essa mudança de humor pode está relacionada a este. Alguns adolescentes relataram que odor mais forte durante essa fase, foi explicado o motivo deste fato ocorrer e orientado a higienização adequada. A vivência da ação educativa mostrou que os adolescentes precisam entender as mudanças que ocorrem no corpo durante a puberdade, para que eles compreendam e vivam esse momento de forma mais tranquila e saudável.

**Palavras-chave:** Adolescência; Educação Sexual; Puberdade; Enfermagem.

---

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Redenção, Discente, matheusmesquita@aluno.unilab.edu.br<sup>1</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Redenção, Discente, amandatiffany@aluno.unilab.edu.br<sup>2</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Redenção, Discente, gabyramos\_18@hotmail.com<sup>3</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Redenção, Discente, karolfigueiredomaria@gmail.com<sup>4</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Redenção, Docente, profamarianna@unilab.edu.br<sup>5</sup>