

C'est quoi la puberté?

La puberté, c'est le passage de l'enfance à l'adolescence. Elle correspond à d'importantes transformations physiques, psychologiques et émotionnelles qui vont permettre à une fille ou un garçon de procréer, aimer en dehors de sa famille et prendre sa place d'adulte dans la société.

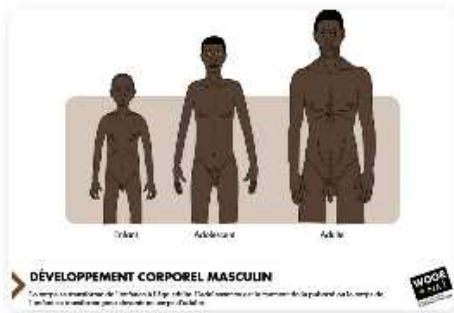
Puberté chez les garçons

La puberté chez le garçon débute en général entre 11 et 15 ans. À la puberté, le cerveau sécrète de nouvelles hormones qui circulent dans le sang et vont éveiller le fonctionnement des organes sexuels.



Tout le corps subit des transformations:

- La peau devient moins lisse et des petits boutons d'acné apparaissent,
- Un duvet de poil recouvre la lèvre supérieure puis pousse sur le menton jusqu'à se développer sur les joues (nécessitant les premiers rasages),
- Les poils se développent sur les jambes et les bras, sur le pubis, et la musculature augmente,
- Avec la croissance du larynx et des cordes vocales, la voix va devenir de plus en plus grave,
- Le pénis commence à se développer,
- Les testicules deviennent plus gros et vont commencer à fabriquer des spermatozoïdes,
- Les bourses (scrotum) qui contiennent les testicules deviennent plus foncées,
- Les premières ejaculations apparaissent. Toutes ces transformations donnent au corps une nouvelle énergie souvent difficile à contrôler car l'humeur aussi va changer. C'est souvent dur pour vous, mais aussi pour vos proches



Puberté chez les filles

La puberté chez la fille débute en général entre 10 et 15

- Des poils apparaissent sous les bras et sur le pubis,
- Les seins commencent à gonfler, la taille s'affine et les hanches s'arrondissent,
- Dans les ovaires, les ovules vont commencer à mûrir et l'appareil génital se transforme pour se préparer à une éventuelle maternité: les premières règles apparaissent,
- La peau du visage devient moins lisse, des boutons d'acné peuvent apparaître. Dans la tête, vous vous sentez différentes, plus mûres, vous voudriez que les choses aillent plus vite.

