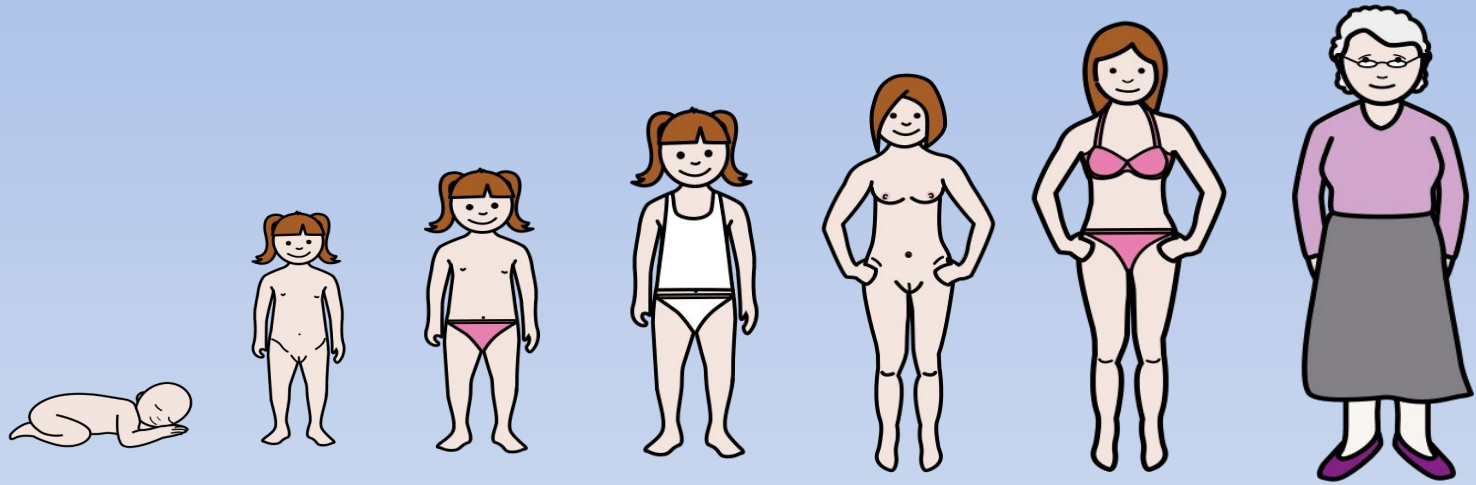


LOS CAMBIOS EN LA MUJER



Llegamos a la adolescencia y nos
viene la regla

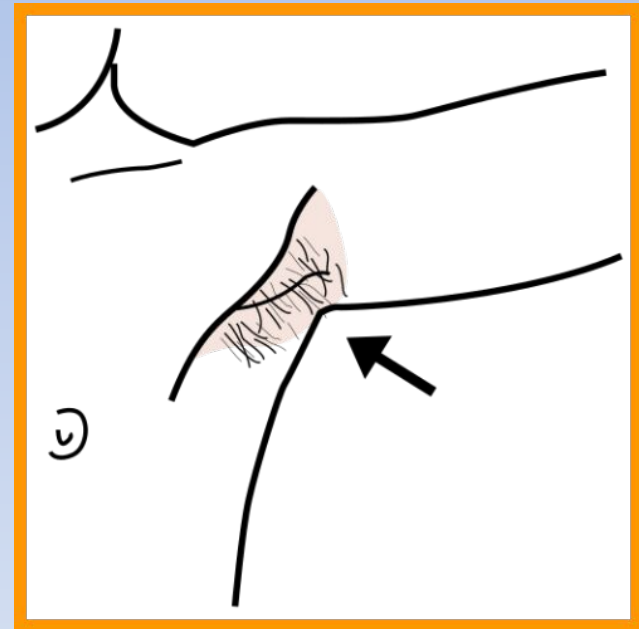
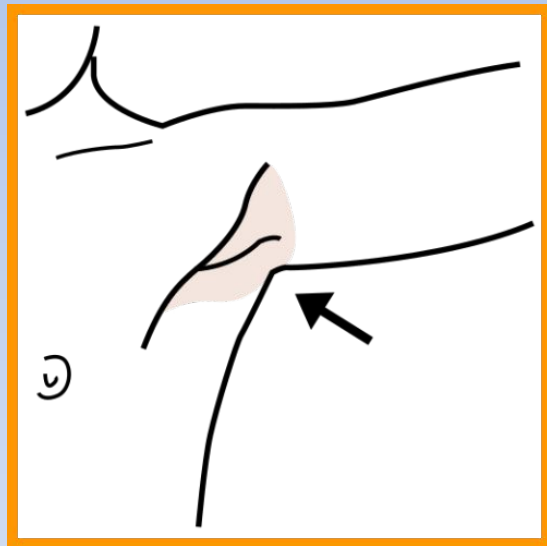
ESTOY EN LA ADOLESCENCIA

- Cambios de estado de ánimo.
- Cambios de autoestima.
- Autocontrol. Reacciones intensas.
- Necesidad de independencia.
- Cambios físicos



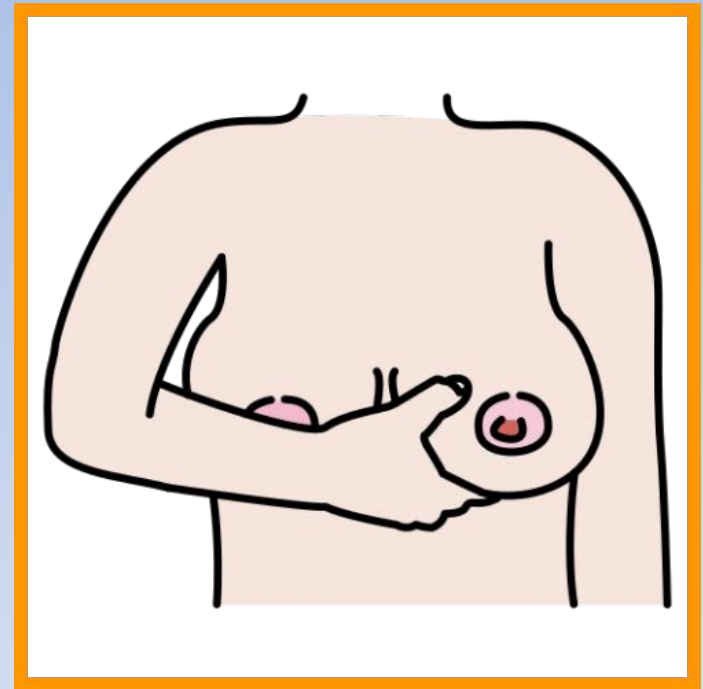
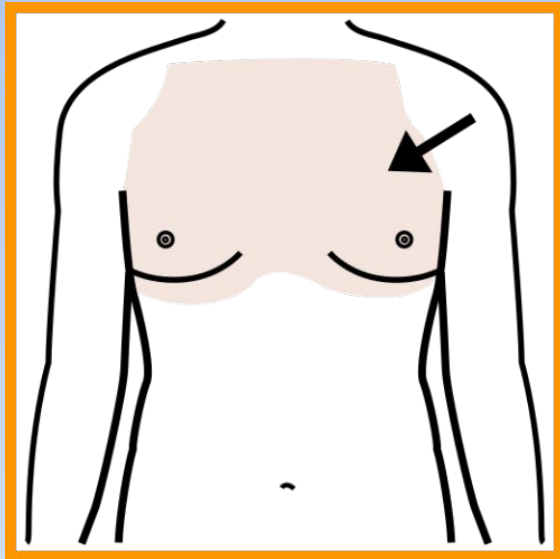
CAMBIOS CORPORALES

- APARECE VELLO EN LAS AXILAS



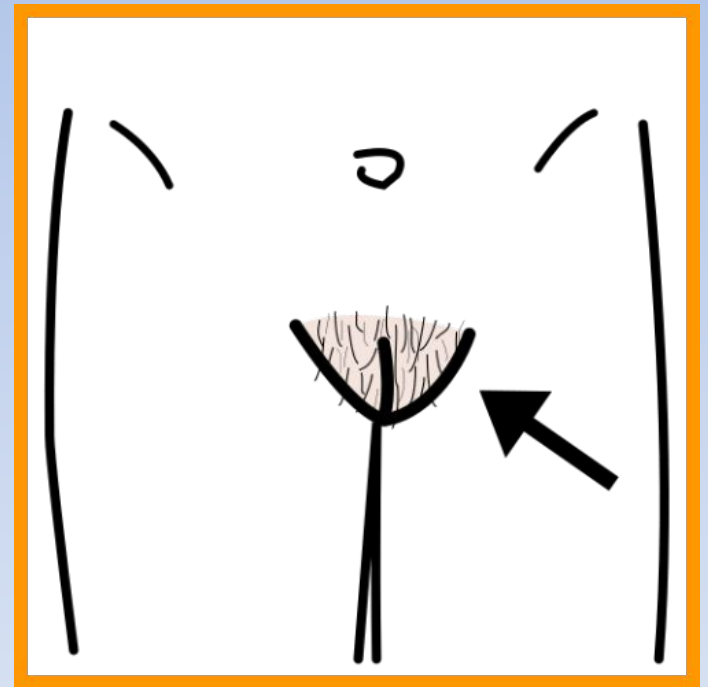
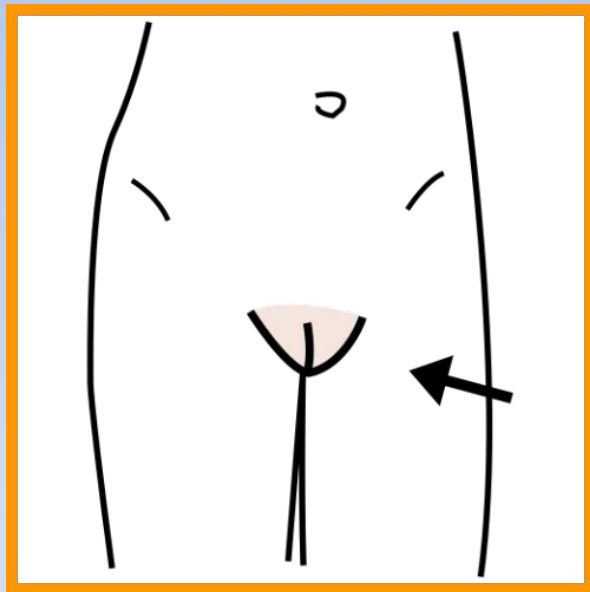
CAMBIOS CORPORALES

- CRECE EL PECHO



CAMBIOS CORPORALES

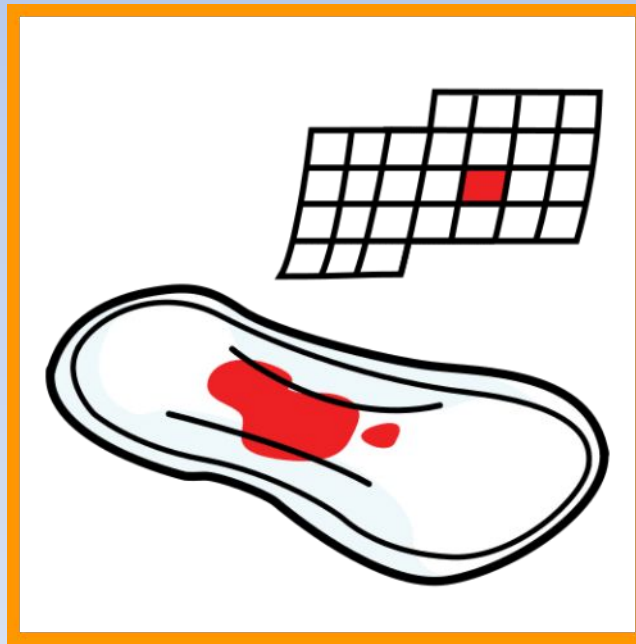
- APARECE EL VELLO PÚBLICO.



Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASSAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo licencia de Creative Commons BY-NC-SA. Elaborado por Mónica Jiménez Rubio (PT) y Lola Zaragoza Andreo (AL)

CAMBIOS CORPORALES

- APARECE LA MENSTRUACIÓN = LA REGLA
- ¿CUÁNDO? ENTRE LOS 10-16 AÑOS

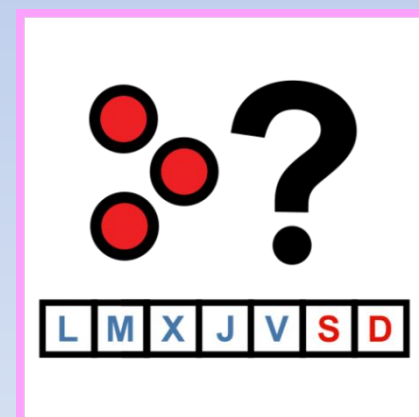
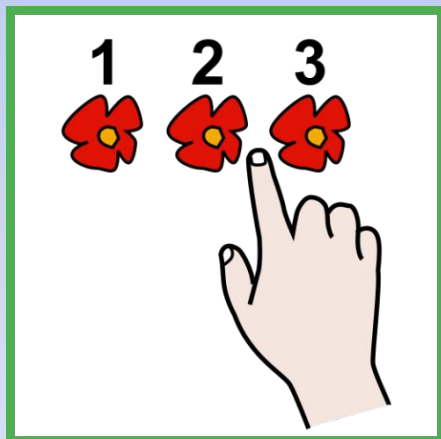


LA REGLA



¿CUÁNTO DURA LA REGLA? 3-6 días.

¿CÓMO PUEDO SABER CUÁNDO LA TENDRÉ?





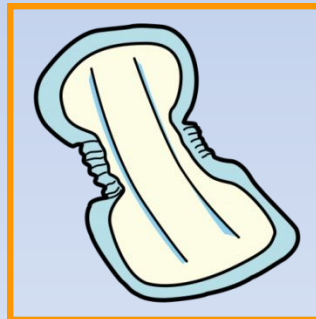
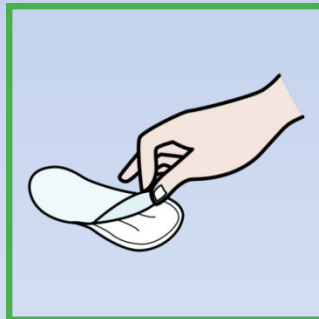
PONER Y CAMBIAR LA COMPRESA

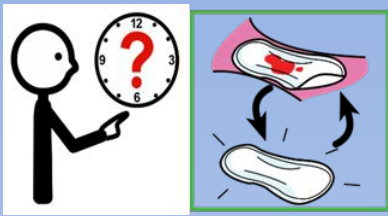
PASOS

1º) SACO LA COMPRESA DE LA BOLSITA.

2º) LE QUITO LA PEGATINA

3º) PEGO EN LA BRAGUITA

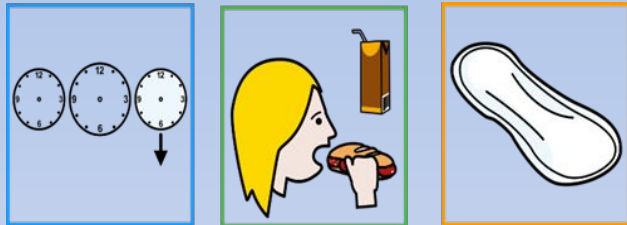




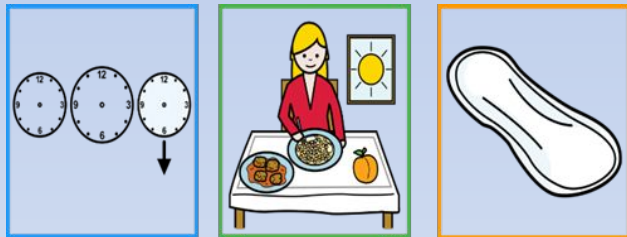
¿CUÁNDO ME CAMBIO LA COMPRESA?



Después de despertarme.



Después de almorzar



Después de comer.



Después de cenar.



CAMBIAR LA COMPRESA

