

HIJAS DE LA LUNA

Ciclo menstrual

**Según la etapa vital:
Pubertad y Menarquia**

Ciclo menstrual

Según la etapa vital: Pubertad y Menarquia

Se da entre los ocho y los trece años. Se inicia la producción de **estrógenos** por parte del ovario, los que actúan a nivel de todo el cuerpo generando los caracteres sexuales secundarios.

Esta etapa de transición se conoce como **pubertad**, que en el caso de las niñas, culmina con la primera menstruación, también llamada “menarquia”.

La **menarquia** sucede de una forma, más o menos predecible, ya que hay síntomas que van anunciando su llegada, como por ejemplo, el desarrollo de los pechos, el crecimiento del vello púbico o inicio del flujo vaginal.

Recomendaciones: Conocer los síntomas de la pubertad que preceden a la menarquia para preparar a las niñas antes de su primera menstruación, fomentando su autonomía y autogestión en Salud Menstrual.

