

FIGANDO MOCINHA!

Em Malhação, Tatiana Falcão vive a vida de uma mocinha de 11 anos que vive seu primeiro ciclo menstrual, experimentando assim o início da adolescência! A primeira menstruação ocorre normalmente entre 11 e 14 anos, por isso, a partir dos 8 anos, na menina, já é possível o início da puberdade com o posterior surgimento da menarca (primeira menstruação), diz a ginecologista especialista em ginecologia endócrina e infanto-puberal, pela USP, Isabel Correa.

A pesar de ser uma fase pela qual toda menina passa, esse é um momento complicado para a maioria delas. É diferente para a Tatiana de Malhação, personagem da pequena Pietra Pan, de 11 anos, que vive seu primeiro ciclo menstrual, experimentando assim o início da adolescência! A primeira menstruação ocorre normalmente entre 11 e 14 anos, por isso, a partir dos 8 anos, na menina, já é possível o início da puberdade com o posterior surgimento da menarca (primeira menstruação), diz a ginecologista especialista em ginecologia endócrina e infanto-puberal, pela USP, Isabel Correa.

Vergonha, receio e insegurança são alguns pontos a serem superados com muita paciência e conversa. Por isso, respeite esse momento de sua filha e nem pense em sair por aí contando a novidade a todos. Em relação à vergonha, isso vai acontecer com certeza, atente-se porque nessa idade é comum. Por isso, algumas situações podem agravar ou ajudar. Não faça disso um acontecimento! Deixe que ela diga a quem quiser dizer, salienta a psicóloga e terapeuta infantil Luciane Coelho. Outro ponto interessante é explicar que isso é natural. Sempre coloque muito à disposição de sua filha para que ela possa se sentir protegida e completa.

Assim que a menstruação chega, aparecem também os sintomas relacionados. Alterações de humor (TPM - tensão pré-menstrual), c

licas e espinhas são bem comuns. A TPM pode evoluir para casos mais severos. Assim como as cólicas menstruais, que podem ser leves, moderadas ou intensas. Em relação à acne, dispomos de tratamentos como cremes, sabonetes, anti-bióticos ou mesmo o anticoncepcional oral. É fundamental evitar espremer as espinhas e fazer uma correta higienização da pele, ressalta a ginecologista. A irregularidade menstrual nos primeiros dois anos é normal. Ou seja, se o ciclo vier num mês, no outro, não der as caras, não se preocupe, essa é uma fase de adaptação para o organismo.

Gravidez é um risco? Sim! Mas mantenha a calma, não aborde o assunto sem ter certeza da hora exata. Embora a mãe geralmente seja tida como o porto seguro da filha, ainda assim, não será essa a primeira conversa que ela terá sobre o sexo e suas consequências. Talvez não seja indicado se aprofundar. É claro que essa conversa será necessária, mas na medida em que a mãe sentir a necessidade de iniciá-la. E a própria adolescente dará sinais de que está na hora de saber algo relacionado aos temas. Não é interessante dizer mais do que a criança quer saber ou do que a família julga necessário naquele momento, finaliza Luciene.

por **MARIANE AZEVEDO** marianeazevedo@bril.com.br
t **GPS-ELAGUMAR** ES

AGRADECIMENTOS Dra Isabel Correa (www.draisabelcorrea.com.br) e Luciane Coelho (luc.coelho@hotmail.com)

