

La Santé reproductive des jeunes et des adolescents

Une émission proposée par le RAES et ASPROCIDE grâce au financement de PCST.

Intervenants :

Professeur Jean Charles Moreau, professeur titulaire de CHAIRE à la faculté de médecine de l'UCAD

Monsieur El Hadji Dramé, professeur de SVT au lycée des Parcelles de Dakar

INTRODUCTION

La Santé de la Reproduction se définit comme un état de bien-être général, tant physique que mental et social de la personne humaine pour tout ce qui concerne l'appareil génital, ses fonctions et son fonctionnement, et non pas seulement l'absence de maladie ou d'infirmité.

Parmi ses composantes, la Santé des Adolescents et des Jeunes figure en bonne place. Elle constitue ainsi un problème majeur de santé publique, en particulier dans les pays en développement, comme au Sénégal où les sujets âgés de moins de 20 ans représentent plus de la moitié de la population.

L'Organisation Mondiale de la Santé considère l'adolescence comme la période de la vie qui va de 12 ans à 19 ans. Cette période est marquée par l'installation de la puberté.

La puberté est la période de la vie génitale de l'individu caractérisée par l'apparition et le développement des poils au niveau du pubis et des aisselles (en latin, « pubere » veut dire « couvert de poils »).

La puberté est aussi la période de transition entre l'enfance et l'âge adulte, marquée par des modifications physiques, sexuelles et psychiques rendant l'organisme féminin apte à la procréation, c'est-à-dire à abriter une grossesse.

Il n'y a pas d'âge fixe qui marque le début de la puberté. Mais elle survient en moyenne à l'âge de 13 ans avec des limites extrêmes entre 9 ans et 17 ans. Ces limites dépendent de chaque individu, de facteurs familiaux, de la race.

I. POURQUOI LA PUBERTE ?

Le déclenchement de la puberté est en rapport avec l'apparition progressive des hormones sécrétées par l'axe cortico-hypothalamo-hypophysio-gonadique : il s'agit d'un axe qui concerne plusieurs organes situés à des étages différents de l'organisme, à savoir le cerveau ou cortex auquel sont appendues deux glandes que sont l'hypothalamus et l'hypophyse (qui est une petite glande située sous le cerveau) et les gonades représentés par les ovaires chez la fille et les testicules chez le garçon. Ces organes vont en effet sécréter des hormones, c'est-à-dire des substances qui agissent à leur tour sur ce qu'il est convenu d'appeler les organes-cibles ou récepteurs représentés chez le sujet de sexe féminin par les seins, l'utérus, les trompes et le vagin.

Ces hormones, en particulier les oestrogènes et la progestérone chez la fille, et les androgènes chez le garçon, vont dès lors conduire à un certain nombre de changements au niveau du

corps qui se prolongeront pendant plusieurs années afin que l'enfant se transforme en adolescent, et plus tard en adulte.

II. COMMENT SE MANIFESTE LA PUBERTE ?

Chez la fille comme chez le garçon, la puberté va se manifester par une multitude de changements à la fois d'ordre physique, génito-sexuel et psychique.

1. Changements physiques

Chez la fille comme chez le garçon, il y a une **poussée de croissance** qui intéresse d'abord le poids puis la taille.

Chez la fille, on note un élargissement progressif des hanches et des cuisses en rapport avec un dépôt des graisses à ce niveau, ceci étant favorisé par la sécrétion d'oestrogènes qui constituent l'hormone de la féminité. Ainsi, on note un élargissement du pourtour des hanches par rapport au pourtour des épaules chez la fille.

Par contre, chez le garçon, les épaules deviennent plus larges que les hanches.

2. Changements génitaux et sexuels

Ils sont multiples aussi bien chez la fille que chez le garçon :

2.1. Chez la fille :

- **les poils** commencent à apparaître au pubis, c'est-à-dire à la partie la plus basse du ventre, puis aux aisselles; ceci marque le début de la puberté ;
- **les seins** commencent aussi à se développer : en effet, ils prennent leur contour alors que la zone autour du mamelon encore appelée aréole s'élargit, s'élève légèrement et noircit ; les seins grossissent d'abord de façon conique et plus tard ils prennent la forme définitive des seins de la femme adulte ;
- **au niveau du sexe**, les petites lèvres s'amincissent alors que les grandes lèvres se pigmentent ;
- **l'utérus** se développe considérablement, ce qui va aboutir progressivement à l'apparition des **règles ou menstruations**. Il s'agit là de la manifestation la plus remarquable de la puberté. C'est aussi le signe le plus évident de ce passage à l'état de femme. L'adolescente doit comprendre que les règles ou menstruations apparaissent en général entre l'âge de 12 et 14 ans, mais il est tout à fait normal pour une fille de n'avoir ses premières règles qu'à 16 ans ou de les avoir très tôt, dès l'âge de 9 ans. Les règles durent en moyenne 3 à 5 jours chaque mois. Pendant la période des règles, la fille expulsera par le vagin une petite quantité de sang qui, habituellement, ne gêne pas les activités. Mais il sera nécessaire d'utiliser des serviettes ou tampons qui absorbent ce sang.

Les règles se produisent parce que, tous les 28 jours approximativement, l'utérus se prépare à recevoir l'ovule qui, s'il était fécondé par un spermatozoïde, deviendrait un embryon. En l'absence de grossesse, la couche interne de l'utérus, qui était prête pour la nidation de l'ovule fécondé, devient inutile. Elle est donc éliminée par le vagin au moyen d'une petite hémorragie. C'est pour cette raison que les femmes enceintes ne voient pas leurs règles ;

- **une autre caractéristique de la période pubertaire**, aussi bien chez la fille que chez le garçon, est que la peau du visage devient plus dure et plus grasse, favorisant l'apparition et le développement de boutons ou acné.

2.2. Chez le garçon

- le premier signe de puberté est l'apparition des poils aussi bien sur le pubis qu'aux aisselles, et plus tard au visage (barbe) ;
- la maturation sexuelle devient évidente parce que les testicules augmentent de volume et, un peu plus tard, c'est la même chose pour le pénis. L'adolescent doit savoir que la dimension de ces organes est très variable et n'a rien à voir avec la virilité ou la puissance sexuelle. Tous ces changements sont le résultat d'une sécrétion plus importante d'hormones mâles ou androgènes. Cela indique que le corps du garçon se prépare à la sexualité avec, 1 ou 2 ans plus tard, la production de sperme, c'est-à-dire d'un liquide gluant porteur de spermatozoïdes. Les spermatozoïdes sont des cellules qui sont aptes à féconder un ovule et à donner ainsi une grossesse ;
- la voix du garçon devient plus grave et ressemble de plus en plus à celle de l'homme.

3. Manifestations psychiques

Il s'agit de manifestations amenant la fille pubère à fuir ses comportements de la vie quotidienne :

- elle tourne le dos aux jeux d'enfants (poupées, etc.)
- elle prend conscience des changements intervenus dans son propre corps, elle se rend ainsi coquette et se sent plus responsable ;
- elle manifeste de plus en plus de curiosité (conversations des aînés ou des parents, photo-roman, jeux vidéo, séries télévisées, etc.) ;
- elle supporte mal les humiliations et c'est de là que surviennent les conflits qui peuvent survenir avec les parents, les autres membres de la famille, les camarades.

Ces changements psychiques observés chez la fille sont pratiquement les mêmes chez le garçon.

Les activités sociales et scolaires des adolescents dépendent davantage de l'école, des camarades de leur âge, que de leur maturité physique et psychologique.

Il est important de préciser que des adolescents normaux et heureux peuvent se transformer du jour au lendemain en individus avec lesquels toute communication est devenue difficile.

Heureusement, dans la plupart des cas, l'adolescence ne change pas fondamentalement le caractère de l'enfant et ne gêne pas pour autant les bonnes relations familiales. C'est tout simplement un nouvel épisode dans le développement de l'enfant, et si on essaie de comprendre ce qui se passe en lui à cette période, on l'aidera à mieux la traverser. C'est donc la phase au cours de laquelle nos enfants ont le plus besoin de nous et de notre amour ; avec l'aide et la compréhension des adultes, ce cap difficile sera franchi plus facilement.

III. QUELLES SONT LES ANOMALIES POUVANT ETRE OBSERVEES PENDANT L'ADOLESCENCE ET LA PERIODE DE PUBERTE ?

Pendant l'adolescence, les complications médicales sont peu nombreuses. Bien entendu, un adolescent risque beaucoup plus d'être victime d'un accident de la circulation ou d'un accident sportif que les autres membres de la famille.

1. Chez les filles :

Un certain nombre d'anomalies peuvent être observées. Fort heureusement, elles sont peu fréquentes. On peut citer :

- a) Les anomalies de survenue telles que :
 - la puberté précoce : c'est quand la puberté survient avant l'âge de 8 ans. Dans ce cas, il est conseillé de consulter un médecin.

- la puberté retardée : c'est quand la puberté ne survient pas après l'âge de 18 ans. Là aussi, il faudra consulter un médecin.

b) D'autres problèmes peuvent être rencontrés lors d'une puberté survenant à une date normale : ce sont :

- les leucorrhées ou pertes blanches
- les dysménorrhées ou règles douloureuses
- les ménorragies ou règles anormalement abondantes et prolongées
- les métrorragies ou saignements vaginaux en dehors des règles
- l'aménorrhée ou absence des règles jusqu'à l'âge de 18 ans
- les troubles morphologiques : obésité (excès de poids) ou au contraire maigreur (insuffisance de poids).

Dans tous ces cas, il ne faut pas hésiter à consulter un médecin.

2. Chez les garçons :

Les garçons comme les filles sont exposés durant la période post-pubertaire à certains fléaux des temps modernes, à savoir **le tabagisme, l'alcoolisme, la toxicomanie (ou l'usage des drogues), les abus sexuels (viol, pédophilie), la prostitution, les grossesses non désirées et leurs conséquences souvent mortelles comme les avortements provoqués clandestins, les infections sexuellement transmises dont l'infection à VIH/SIDA, l'exploitation des enfants (travail des enfants), etc.**

L'insuffisance de communication entre les adolescents et leurs parents ainsi que les technologies de l'information et de la communication ont sans doute un effet parfois néfaste.

CONCLUSION

Tout ceci justifie la nécessité d'une compréhension des adolescents et des jeunes par leurs parents et les éducateurs, d'une plus grande sensibilisation sur les problèmes de société afin de les aider à franchir cette étape de la vie durant laquelle ils ont le plus besoin d'orientation et de conseils qui puissent leur permettre d'avoir un avenir meilleur à l'âge adulte.