

# Pendant la puberté de leur fille, les parents ont un grand rôle qu'ils doivent jouer !

23 octobre 2024 à 16h 52 - [Ousmane CISSE](#)

**La période de la puberté est l'une des étapes les plus importantes de la vie de la jeune fille, voire même de la femme. C'est la période au cours de laquelle il y a d'importantes modifications au niveau des organes génitaux qui arrivent (enfin) en maturité ; permettant ainsi la reproduction.**

Cette étape de la vie de la jeune fille n'arrive pas au hasard. Elle a toujours des signes avant-coureurs. « *Cette puberté commence généralement à l'âge de 9 à 10 ans. Chez d'autres [jeunes filles], elle peut s'étaler sur 10 à 15 ans avec une moyenne de 11 ans. Généralement, la puberté va commencer par la sécrétion de certaines hormones qu'on appelle les œstrogènes sous l'effet de l'hypothalamus et d'hypophyse* », explique Dr Edouard Tolno, médecin généraliste au Centre médical communal (CMC) de Ratoma.

Selon lui, ce sont ces œstrogènes qui seront responsables de tous les signes de la puberté. A l'approche de la puberté, « *il y aura une modification au niveau des mamelons. A la longue aux environs 12-13 ans, les seins vont commencer à se développer. Ça, c'est un des signes qu'il faut noter. L'étape suivante, c'est l'apparition des pilosités, des poils. Une pilosité qui se situe au niveau des aisselles mais aussi niveau du pubis. Autre signe qu'il faut noter c'est qu'il y a l'élargissement du bassin et la féminisation de la voix (...) Un des signes, non des moindres, c'est l'apparition aussi des menstrues. C'est très important parce que c'est au cours de cette puberté qu'elles commencent à apparaître autour de 14-15 ans* » .

Pour ce médecin généraliste, la question du comportement de la fille pendant cette période est une affaire délicate. « *Car une fois qu'une fille se trouve dans cette période de puberté, elle se retrouve partagée entre le désir d'autonomie, d'être indépendante, et aussi la crainte de perdre la protection parentale. Donc, du coup, elle va se retrouver face à un stress qui ne dit pas son nom. Parce qu'elle va essayer de s'affirmer, s'il vous voulez, sexuellement. Elle veut mettre son notoriété et c'est là les discussions vont commencer avec les adultes. Elle va commencer à contredire ses parents, parfois même avec des agressivités et le repli sur soi. Elle va vouloir rester seule, elle va vouloir s'affirmer. Donc, ce sont des comportements 'difficiles' que la fille peut adopter au cours de cette période de puberté* », fait-il remarquer.

## **Les parents appelés à être flexibles**

Pendant cette étape de la vie de leur fille, l'aide des parents est primordiale. Dr Édouard Tolno souligne que l'assistance des parents est particulièrement importante en ce moment. *« C'est le moment où il y a beaucoup de dérives (...) C'est en ce moment que sa sexualité va se développer. C'est aussi le moment où elle peut se lancer dans le travers sociaux (consommation de la drogue, toxicomanie, etc.). Certaines jeunes filles peuvent alors se livrer au vagabondage sexuel qui peut les conduire à contracter des grossesses non-désirées, des IST, etc. Donc, les parents doivent vraiment intervenir pour aider leur jeune fille à faire face à la puberté et en sortir dans les bonnes conditions. Ils doivent communiquer avec la jeune fille, lui expliquer ce qu'est la période qu'elle traverse, mais aussi comment elle doit se comporter en vers les autres, notamment ses parents, et comment surmonter la période de puberté jusqu'à ce qu'elle arrive à l'âge adulte »*, conseille le spécialiste.

Puisque c'est au cours de cette période que les premières menstrues font leur apparition, Édouard Tolno conseille aux parents d'en parler avec leurs enfants. *« Il faut lui expliquer c'est quoi les menstrues, comment se tenir au cours de la période de menstruation pour sa santé et son bien-être. Il faut aussi expliquer à la fille c'est quoi la sexualité »*, recommande-t-il avant de déplorer que cela ne soit pas dans nos coutumes. *« Compte tenu de certains facteurs religieux et culturels dans nos pays, c'est difficile pour les parents de s'asseoir avec leurs enfants et parler de sexe. On estime que le sexe doit être un tabou. Pourtant, c'est en ce moment qu'il faut lui expliquer la sexualité. Mais si on ne lui explique pas c'est quoi la sexualité à la maison, elle ira chercher sa définition ailleurs. Et dans ce cas, elle peut se livrer à tous ce que nous connaissons comme dépravations »*, met en garde le médecin généraliste.

## **Bhoye Barry – Contributeur de Génération qui ose**