



UNIVERSIDAD DEL SURESTE



ESCUELA DE MEDICINA

**CONCLUSIÓN DE CRECIMIENTO Y DESARROLLO
BIOLÓGICO EN LA ADOLESCENCIA**

CRECIMIENTO Y DESARROLLO

CATEDRÁTICO: DRA. KIKEY LARA MARTÍNEZ

ALUMNO: MARIANA CATALINA SAUCEDO DOMINGUEZ

7° SEMESTRE GRUPO "A"

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS, 30 DE JUNIO DEL 2020

CONCLUSIÓN DE CRECIMIENTO Y DESARROLLO BIOLÓGICO EN LA ADOLESCENCIA

INTRODUCCIÓN

Uno de los aspectos más fascinantes de los organismos vivientes es su capacidad para crecer y desarrollarse. Antes de profundizar en el tema, es importante definir el crecimiento y desarrollo, “Se entiende por crecimiento un aumento progresivo de la masa corporal, tanto por el incremento del número de células como por su tamaño” (Marassi, 2014). El crecimiento conlleva un aumento del peso y de las dimensiones de todo el organismo y de las partes que lo conforman; se expresa en kilogramos y se mide en centímetros.

“El desarrollo implica la diferenciación y madurez de las células y se refiere a la adquisición de destrezas y habilidades en varias etapas de la vida” (Marassi, 2014). El crecimiento y desarrollo basado en la adolescencia, constituye un proceso vital para la preparación y formación del adolescente a la adultez, pero para que el adolescente sea un individuo sano, mental, física y psicológicamente, y se prepare para la adultez, depende cien por ciento del desarrollo psicomotriz desde la infancia.

El desarrollo psicomotriz, se define como “un proceso continuo que va de la concepción a la madurez, con una secuencia similar en todos los niños, pero con un ritmo variable”. (Pérez, M. & Martínez, M. 2016). Siendo así, el niño va adquiriendo habilidades de lenguaje, motoras, sociales que darán lugar a su independencia y adaptación al medio, todo lo anterior dependerá de la maduración del sistema nervioso central, de los órganos de los sentidos y de un entorno familiar adecuado con una determinada estabilidad.

Lo anterior forma parte importante para el desarrollo del infante hasta llegar a la adolescencia, una vez llegada la adolescencia suceden múltiples cambios físicos y emocionales que van a constituir la vida adulta. Según la Organización mundial de la salud, la adolescencia se define como; “periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años”. Con la definición anterior, se puede entender que se trata de una de las etapas de transición más

importantes en la vida del ser humano, donde se presenta un ritmo acelerado de crecimiento y cambios, donde se desarrollará principalmente la maduración sexual.

CONCLUSIÓN DE CRECIMIENTO Y DESARROLLO BIOLÓGICO EN LA ADOLESCENCIA

De forma personal, la materia impartida en este semestre sobre el crecimiento y el desarrollo enfocado en la adolescencia, me fue totalmente útil, pues aprendí un sinnúmero de aspectos y definiciones que desconocía, y me interese por la importancia de la prevención primaria sobre aspectos bases, como la alimentación, las emociones, aspectos hormonales, la drogadicción, el embarazo adolescente, la sexualidad, las enfermedades de transmisión sexual, los métodos anticonceptivos, y la higiene y salud principalmente.

De igual forma, entendí la importancia que tiene la formación emocional, física, psicología, en el adolescente, la familia, el entorno social, laboral, educativo, ya que de ello depende cómo será su vida adulta y la toma de decisiones y acciones que realizará. Un adolescente es vulnerable, y esa misma vulnerabilidad está influenciada por efectos de los factores de riesgos, que son elementos que tienen la posibilidad de producir una situación o un efecto indeseable, pero que pueden ser modificados, por conductas de riesgo y por factores protectores.

Como estudiante de medicina en formación, me doy cuenta que el médico siempre será el primer mediador ante cualquier situación en donde la salud está en riesgo, además de ser el principal en identificar problemas que puedan tener repercusiones graves, pues el personal médico es un vínculo para poder aportar al adolescente información necesaria para su desarrollo, como sus derechos sexuales, reproductivos, su percepción de salud y enfermedad, acceso a servicios integrales de salud, trato respetuoso y digno, participación activa sobre planificación, acceso a medicamentos, por mencionar algunos. . “Todo personal de salud debe desarrollar actitudes, competencias y habilidades respecto a la atención hacia el adolescente” (Arbo et al., 2012, p. 17).

Ahora bien, para ser más específica con mi conocimiento adquirido en esta interesante y amplia materia, me gustaría comentar lo principal sobre cada tema abordado por orden;

- Cambios físicos, emocionales, fisiológicos, emocionales en las etapas de desarrollo en la niñez

Las emociones en la niñez, tienen una gran influencia para el desarrollo psicomotriz, pues la conducta social, como la atención visual, la atención preferencial a los sonidos agudos, femeninos, respuestas sensomotoras, cenestésicas al contacto maternal, forman parte y comprueban la necesidad de crear lazos sociales y vínculos emocionales con los padres o las personas que los crían. En esta etapa, que es de preparación para la pubertad y adolescencia, el niño debe adquirir habilidades de lenguaje, motoras, sociales, maduraciones del sistema nervioso central, orgánicas, de los sentidos, que permitan que se adapte al medio y sea independiente para todos los cambios que va a sufrir.

En este punto el médico, debe de tener una cercanía importante con los padres de familia, para que en esta etapa, identifique signos de alarma, que puedan provocar, una condición definida como “un retraso cronológico significativo en la aparición de adquisiciones del desarrollo global o de un área específica, para la edad del niño”. (Pérez, M. & Martínez, M. 2016). Estos retrasos deben de identificarse de manera temprana, para no generar repercusiones a largo plazo, las consultas pediátricas de forma frecuente y una atención personalizada y adecuada por parte de los padres ayudan a identificarlas y a tratarlas de manera precoz.

- Pubertad

La pubertad es un proceso muy importante en el desarrollo humano, ya que se consolida la maduración emocional para una adolescencia exitosa, por mencionarlo de forma general, englobando factores; emocionales, físicos, sociales, sexuales que comprometan al adolescente a ser un joven sano en todos los aspectos. “La pubertad es un proceso biológico en el que se produce el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, la maduración completa de las gónadas y glándulas suprarrenales, así como la adquisición del pico de masa ósea, grasa y muscular y se logra la talla adulta”. (Güemes, Gonzáles & Vicaro, 2017, p.2).

Algo que recalcábamos mucho en clase, era la importancia de aspectos emocionales en esta etapa de la pubertad o pre- adolescencia, pues son punto clave para un buen

desarrollo, debemos tomar en cuenta que aparece una mayor curiosidad por conocer el mundo que lo rodea, existen nuevos pensamientos, diferenciación de lo real a lo posible, opiniones propias, preocupaciones físicas, imitación de un ideal, descubrimiento sexual, inquietud por aventurarse.

Cuestiones en las que los padres deben de estar informados y consientes de los cambios que se van a presentar, y por ende el médico es el principal intermediario, es por ello que también se abarcan factores bioéticos, donde interactuar con el púbero causa una dificultad para poder establecer un vínculo médico-paciente, es por ello que es de vital importancia conocer los cambios que se presentan en esta etapa para poder abordar los problemas de la mejor forma sin causar repercusiones.

➤ Adolescencia

La adolescencia, como bien vimos en todo este semestre, es que es una etapa muy vulnerable, debido a todos los cambios emocionales, físicos, psicológicos, y sociales que presenta. “Durante la adolescencia, los jóvenes establecen su independencia emocional y psicológica, aprenden a entender y vivir su sexualidad y a considerar su papel en la sociedad del futuro”. (UNICEF, 2002, p. 6).

Es muy importante tomar en cuenta que los adolescentes luchan con cambios físicos y emocionales, e influyen las carencias que puedan presentarse, ya sea por falta de atención o económicas, por eso es fundamental identificar los problemas que se presentan en ese momento para apoyar, evitar repercusiones en todos los aspectos, informar, y guiar al adolescente.

Además de los cambios que se presentan y la vulnerabilidad, los adolescentes suelen ser muy experimentales, en todos los sentidos, teniendo más riesgo de sufrir accidentes automovilísticos, drogodependencia, embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, traumatismos, por mencionar algunos, “todo ello se deduce que este proceso representa para los adultos una oportunidad única para influir en los jóvenes” (OMS, 2020).

Es por ello que es un proceso clave en donde los padres deben de prestar una atención cuidadosa y estar en constante comunicación y contacto con el personal de salud, recuerda que la constitución de un vínculo saludable es base en el proceso de formación.

- Sistema endocrino, hormonas de la adolescencia, eje - hipotálamo - hipófisis – gonadal

La adolescencia esta mediada por una serie de procesos neuroendocrinos que son los responsables de los cambios hormonales, de la maduración y desarrollo sexual, a su vez parte importante son los mecanismos reguladores de la pubertad. Al inicio de la pubertad se presenta un incremento de la hormona liberadora de gonadotropinas, como consecuencia de la liberación de FSH y LH, las neuronas de GnRH no solo están bajo influencia de señales que provienen de otras neuronas, sino también de moléculas de las células gliales.

Las hormonas FSH y LH tienen una influencia directa en las gónadas sexuales masculinas y femeninas, que hacen que se produzcan hormonas sexuales, que serán útiles para el inicio de la menstruación, espermatogénesis principalmente. Un aspecto muy importante que desconocía totalmente, es la existencia de una proteína llamada kisspeptina, La mayoría de las neuronas GnRH expresan el receptor de kisspeptina (KISS1R),

La cantidad de su receptor aumenta en el hipotálamo al momento de la pubertad y por lo tanto contribuye a la activación puberal de la secreción de GnRH, para la liberación de gonadotropinas y estas estimulen a hormonas sexuales y se pueda dar la maduración sexual, desarrollo sexual, caracteres sexuales secundarios.

- Cambios emocionales en la adolescencia

Durante este semestre, me quedo muy claro que las emociones y la adolescencia van totalmente de la mano, pues todo lo positivo que rodee al adolescente, tendrá una repercusión positiva. “Una emoción es un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación”. (Abascal, F. & Palmero, 1999).

Las emociones, siempre serán mecanismos que ayudan a reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados que funcionan de manera automática, son impulsos para actuar, y los adolescentes pasan por un momento de crisis, en donde los sentimientos se dimensionalizan y se expresan en todo su esplendor, se presenta inestabilidad, inquietud, y principalmente conductas que se relacionan con la expresión de la emoción.

Las emociones y las relaciones con los padres, son fundamentales pues ellos pueden interferir en la forma en la que los adolescentes expresan sus emociones, y algunos casos de forma muy negativa, orillándolos al aislamiento, trastornos alimenticios, drogadicciones, embarazos no deseados y en el peor de los casos suicidio.

Es muy importante identificar las emociones que el adolescente expresa, porque por los mismo cambios que suceden a su alrededor, pueden llegar a provocar depresión, y acá es muy importante que el adolescente tenga hobbies, responsabilidad, padres presentes en casa, guías, profesores de calidad, compañeros que sean amigos y oportunidades de desarrollo.

➤ Adolescencia y sexualidad

Los adolescentes durante esta etapa, establecen su independencia emocional y psicológica, aprender a entender y vivir su sexualidad, a considerar cuál es su papel en la sociedad en el futuro. Para los adolescentes, el hacerse cargo de su emergente sexualidad es parte del proceso natural de transformación en adulto, y debe ser considerada dentro del contexto del desarrollo humano, no como un secreto a ser guardado por el silencio adulto, si no como parte esencial de formación y maduración para evitar consecuencias graves .

La sexualidad implica expresiones biológicas, conductuales, psicológicas, sociocultural, de feminidad, de masculinidad, y un componente importante dentro de la sexualidad es la satisfacción sexual. Para entender la sexualidad en la adolescencia, se debe de considerar el desarrollo del adolescente y la sexualidad humana en su sentido más amplio, pues la sexualidad es mucho más que el comportamiento, ya que incluye; el desarrollo de la identidad genérica, desarrollo del rol sexual, de las actitudes y valores, del desarrollo de la orientación sexual, del comportamiento sexual, de la identidad sexual, del conocimiento sexual y de las habilidades sexuales.

➤ Aparato reproductor femenino y relaciones sexuales

El aparato reproductor femenino y masculino en la etapa adolescente, sufre una serie de cambios muy importantes, tiene influencia emocional, porque llevan a que el adolescente exprese su deseo, y afecto entre dos personas. Lo que nosotros conocemos como género masculino y femenino, tiene varios componentes aparte de físicos, pues son vitales para la formación de un nuevo ser.

Se implica expresiones biológicas, conductuales, psicológicas, sociocultural, de feminidad, de masculinidad, y un componente importante dentro de la sexualidad es la satisfacción sexual. "La satisfacción sexual es llevar a cabo una relación sexual junto con la pareja con amor, espontaneidad y respeto mutuo" (Lecuga, 2000). En este aspecto entran conceptos como la intimidad y factores propios de cada persona que participan en un intercambio humano.

En la adolescencia se alcanza la capacidad de realización total de la sexualidad, cuando surge la posibilidad de la relación con el otro en un coito completo, es por ello la importancia de conocer los órganos externos e internos del aparato reproductor masculino y femenino.

➤ Embarazo en la adolescencia

Como bien he mencionado, se recalcó mucho en este curso, que en la adolescencia es donde se alcanza la capacidad de la sexualidad, entonces es muy importante saber que se puede dar un embarazo adolescente, si no se tiene la información adecuada sobre las relaciones sexuales o los métodos de planificación familiar. El embarazo adolescente, se define como; "Aquella gestación que ocurre durante los dos primeros años ginecológicos de la mujer y/o cuando la adolescente mantiene la total dependencia social y económica de la familia parental"(Silber, J., Munist, M., Maddaleno, M., & Ojeda, E., 1992).

Si una adolescente llega a embarazarse, es muy importante explicarle al adolescente todos los cambios que se presentan durante la gestación, además de abordar temas que sufre un adolescente normalmente, es por ello también que no debe de faltar el apoyo psicológico, físico, y médico principalmente independientemente de las decisiones que tome.

Acá es donde entra el personal médico y para lo que nos estamos formando como estudiantes de medicina, ya que el personal de salud deben de realizar un diagnóstico oportuno del embarazo, brindarle información sobre los cambios fisiológicos en el embarazo a la adolescente, para que dicho proceso sea considerado “normal” y se tenga la capacidad de identificar datos de alarma.

También es fundamental, abordar la prevención primaria, secundaria y terciaria en la mujer adolescente para prevenir embarazos adolescentes y que no se tengan que enfrentar a la paternidad y maternidad, que son roles de un adulto y hacen que se interrumpa el desarrollo normal adolescente.

➤ Salud y adolescencia

La salud en la adolescencia abarca muchos temas, que son bases para la conservación de la salud, como higiene personal, salud sexual, salud bucal, prevención a la violencia, salud reproductiva, prevención de accidentes, salud mental, y la alimentación por mencionar algunos, que se deben de abordar en todos los programas educativos y sociales en los que el adolescente tenga contacto.

El aseo personal, es la base de la higiene personal y es un factor importante para la conservación de la salud, se refiere a la limpieza del cuerpo, y de las cavidades orgánicas y al adolescente se le tiene que inculcar la educación en la importancia del aseo del cuerpo, que se adquiere desde la niñez en relación a las normas de aseo familiares, la voluntad del adolescente para tener conciencia sobre su persona y vista exterior y la disciplina para cumplir las normas de aseo personal.

Se le debe de explicar al adolescente la forma en la que debe de asearse todo el cuerpo, la piel, los tipos de aseo, vestimenta, postura, lavado de todas las áreas del cuerpo, abarcar temas sobre la violencia, importancia de la salud mental, la salud sexual y reproductiva, para la prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados, prevención de accidentes en el hogar, escuela, trabajo, casa, exterior, áreas recreativas, a través de recomendaciones será de mucha utilidad, y fomentará al adolescente una actitud de precaución y cuidado.

➤ Anorexia y bulimia

Los trastornos alimenticios en la adolescencia, suelen ser frecuentes, pues es común que los adolescentes presenten una preocupación excesiva por su apariencia física, y que sigan lineamientos publicitarios donde la sociedad exige un estereotipo de “cuerpo perfecto”.

Existen ciertos rasgos con los cuales el adolescente crece y se desarrolla, y estos mismos en la adolescencia pueden resaltar conductas no positivas, como el perfeccionismo hacia la imagen exterior, baja autoestima, rasgos depresivos, comportamientos obsesivos, estrés, que si no se tratan e identifican a tiempo, van creciendo y convirtiéndose en trastornos.

La anorexia principalmente se caracteriza por una gran reducción de la ingesta de alimentos indicada para el individuo en relación con su edad, estatura y necesidades vitales y la bulimia se refiere a consumo de alimento se hace en forma de atracón, durante el cual se ingiere una gran cantidad de alimento con la sensación de pérdida de control.

Es deber del médico identificar las fases iniciales de esos dos trastornos principalmente, para poder actuar o identificar los factores de riesgo que el adolescente presenta para prevenir consecuencias graves, del mismo modo tratar desde la base psicológica para que el trastorno trate de resolverle de raíz y no genere conflictos futuros para el adolescente y su familia, ya que estos trastornos no solo ponen en riesgo la vida del adolescente si no de su futuro.

➤ Obesidad

La obesidad es un tema muy importante en el cual, se mencionaron muchos ejemplos, y algo base para partir es la definición, según la Organización mundial de la salud, la define como; “Una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud”.

La obesidad en la adolescencia es muy frecuente, más la obesidad exógena, que se debe a una ingesta calórica superior a la necesaria y por malos hábitos dietéticos, mientras que la obesidad endógena, se debe a disfunciones de los sistemas endocrinos o metabólicos.

Es vital identificar los factores de riesgo que tienen los adolescentes para desarrollar obesidad, como son; sedentarismo, malos hábitos dietéticos, depresión, factores sociales, genéticos, económicos, factores endógenos, consumo de anticonceptivos, factores psicológicos, consumo de fármacos antidepresivos, por mencionar algunos.

“Los adolescentes son la población vulnerable ante los criterios sociales de belleza y aceptación, la obesidad puede referir en ellos en un sinfín de significados que propician la construcción de su identidad e imagen corporal que puede o no ser favorable en la satisfacción de sí mismos y en su salud” (Rodríguez, Orozco, Santamaria & Tolentino, 2012).

Es muy importante la prevención de la obesidad, ya que puede provocar complicaciones importantes a la salud, además de daños emocionales, por ello es base darle un manejo al adolescente médico, también se abarque los aspectos psicológicos, que serán el pilar para que el adolescente tenga un buen desarrollo social y se desenvuelvan sus habilidades y capacidades para enfrentar los problemas que se le presente.

➤ Drogodependencia

Los adolescentes aprenden muchos de sus hábitos por el entorno en el que se desenvuelven, ya que los principales factores de riesgo pueden ser debido a que se desenvuelvan en un ambiente donde consumir drogas sea un comportamiento normal, por influencia por parte de amigos o familiares que acepten el uso de drogas, tener un fácil alcance y disponibilidad de las drogas.

Los adolescentes, al principio pueden comenzar su consumo de drogas por experimentación, siendo sin riesgo, y evolucionando poco a poco a consumo de riesgo, consumo problema, hasta llegar a la dependencia.

Respecto a las drogas estimulantes, en el caso del tabaco los adolescentes comienzan a fumarlo por influencia de amigos, publicidad, y familia principalmente, y tiene efectos muy negativos, ya que este no sólo perjudica a los adolescentes sino que puede ser un indicador de otros comportamientos de riesgo como peleas, y además se considera como una droga de iniciación, que conlleva a consumir por ejemplo; alcohol, o alguna droga

ilícita .Puede provocar disnea, tos, agravamiento de enfermedades respiratorias, muerte, cáncer.

La cocaína lo que hace es adherirse a la proteína transportadora de dopamina, provocando que no se pueda reciclar y se acumule, exagerando y potenciando los efectos de esta y provocando euforia, aumento de energía, aumento del estado de alerta, particularmente con relación a las sensaciones visuales, auditivas, tacto, disminuye el apetito, dilatación de las pupilas, aumento de la temperatura corporal, frecuencia cardiaca y presión arterial.

La heroína se adhiere a receptores opioides mu, que cuando esto sucede se activan y liberan dopamina, provocando euforia, sensaciones de bienestar, placer, disminución de la frecuencia cardiaca, disminución de la presión arterial, de la temperatura corporal, enrojecimiento de la piel, sequedad bucal, pesadez en las extremidades, y nauseas principalmente.

Las repercusiones que estas tienen en general serán siempre el aislamiento social, la baja de calificaciones, alejamiento de actividades que antes hacían con frecuencia, disminución en su economía, desinterés por otras actividades, mala higiene, sedentarismo.

En el caso de las drogas depresoras, su mayor actividad es aumentar la función de GABA, y por lo regular son fármacos que se usan comúnmente como ansiolíticos, hipnóticos, relajantes musculares, anticonvulsivantes, inductores a la anestesia, es por ello que es común que la población aumente su uso, debido a que son utilizados para múltiples causas y patologías, experimentan sus efectos y quedan encantados con ellos.

Los cuales de forma general son; relajación, bienestar, somnolencia, sedación, pero si hablamos de los efectos a largo plazo, pueden provocar; habla distorsionada, dificultad de concentración, confusión, dolor de cabeza, mareos, sequedad bucal, problemas motrices y de memoria, disminución de la presión arterial y bradipnea, por mencionar algunos.

➤ Adolescencia y relaciones familiares

En la adolescencia de los aspectos más importantes, es la construcción de la identidad, y esto está directamente relacionado e influenciado con la dinámica familiar. “La familia es el principal elemento socializador del adolescente, pues en ella se educa y se forma al individuo, en ella se aprenden las nociones básicas para vivir en la sociedad, se da la formación de valores, normas y creencias que le sirven al adolescente para construirse así mismo” (Valadez, Amnezcuca & Cerda, 2014).

La familia es el principal vínculo para que un adolescente pueda desarrollarse socialmente, se da la formación de valores, creencias, prácticamente se educa al adolescente y se prepara para enfrentar los problemas de la vida. Todos los miembros de la familia interactúan constantemente, estableciendo lazos importantes de unión, en donde si uno está bajo alguna situación negativa, afectará directamente al adolescente. La comunicación es muy importante en el vínculo familia- adolescencia, al igual que la influencia de elementos positivos, los parámetros negativos, interrumpen y alteran los procesos saludables que se generan en el vínculo escuela/familia y adolescente.

Las repercusiones negativas que puede tener el adolescente en una familia disfuncional pueden ser trastornos alimenticios, de violencia, conductas delictivas, embarazo adolescente, suicidio, enfermedades de transmisión sexual, principalmente. Por todo lo mencionado, es muy importante que el personal de salud detecte a tiempo todos los problemas que existan en el núcleo familiar para tratarlos y prevenir repercusiones importantes en el desarrollo y crecimiento del adolescente.

CONCLUSIÓN FINAL

De forma general, en el curso impartido sobre crecimiento y desarrollo basado en la adolescencia, quiero concluir, que me llevo conocimientos muy profundos y amplios de aspectos que desconocía la magnitud y relevancia que podían significar en el desarrollo adolescente, pues eran temas que durante la carrera se aborda de forma superficial, y no tan específica cómo fue en este caso.

Confirmando que el estudiante de medicina en formación es un pilar base, que debe de llevarse los mejores aprendizajes de cada materia, y en este curso, más, pues los médicos siempre serán el primer contacto y vinculo para la solución de problemas, además de ser quienes identifican los factores de riesgo e intervienen antes de las consecuencias.

Un aspecto muy importante, y uno de los principales objetivos, es el desarrollo pleno del adolescente que lo convertirá en un adulto sano, capaz de cumplir todas sus metas, ser un humano con valores en todos los sentidos, con una buena identidad, que cuida su salud en todos los aspectos, y no se pone en riesgo y para lograr este objetivo se necesita tener un pilar de conocimientos sólidos, pues tratar a un adolescente no resulta una tarea fácil, debido a los múltiples cambios que experimentan.

Definitivamente, todo lo aprendido en esta materia, se aplica totalmente a la vida profesional, sé que cuando llegue a ser médico, sin duda alguna aplicaré todas las armas brindadas por nuestra doctora, quien nos dio los fundamentos para desarrollar una buena función como médico, ya que nos proporcionó los medios para poder saber comunicarnos con los adolescentes, los conocimientos sobre todo lo que experimenta un adolescente abarcando aspectos emocionales, físicos, psicológicos.

Además nos enseñó la forma correcta en el que el adolescente debe de cuidar su salud, hablando de higiene, de prevención de enfermedades de transmisión sexual, de violencia, de accidentes en el hogar, vía pública, trabajo, escuela, el riesgo a la drogodependencia, la verdadera importancia de la familia en el crecimiento y desarrollo del adolescente. Es por todo lo anterior, que esta materia marco significativamente la forma de ver las cosas hacia los adolescentes y ahora comprendo en concreto la importancia de cada tema visto en clase, de todas las exigencias que pasamos, pero confirmo que valió la pena.

Bibliografía

- Oliva A. “Relaciones Familiares y desarrollo adolescente”. Universidad de Barcelona ; España ; 2006.
- Hidalgo, I. “*La salud del adolescente*”. Sociedad española de medicina, España; 2016
- Moreno Esteba B, Monereo Megias S, Álvarez Hernández J. “*Obesidad: la epidemia del Siglo XXI.*” 2a ed. México: Díaz de Santos; 2000.
- Güemes, M., Gonzáles, M., & Vicaro, M. (2017). “Pubertad y adolescencia”. Rev. Sociedad Española de Medicina: España.
- Fondo de las naciones unidas para la infancia,. (2012). “Adolescencia, una etapa fundamental”. División de comunicaciones: Nueva York
- Mejía, A. F. (2012). Conceptos actuales sobre los mecanismos reguladores de la pubertad. Red. Fac. Med, 10.
- Gómez, I. “*Trastornos del comportamiento alimentario. Anorexia y bulimia*”. Sociedad peruana; Peru, 2002.
- Cratty, B.J. (1982). “*Desarrollo perceptual y motor en los niños*”. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Costanzo LS. Fisiología. 1ª ed. Méjico: McGraw-Hill Interamericana; 2000
- Belsasso, Guido. “*Adicciones y Salud Mental*”. Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey campus Ciudad de México; 2001.