



**Universidad Del Sureste**

# CRECIMIENTO Y DESARROLLO BIOLOGICO

---

**CATEDRATICO: Dra. Kikey Lara  
Martínez**

**Alexis Fernando Cancino Dominguez**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**“SALUD Y ADOLESCENCIA”**

**SEMESTRE: 7**

**GRUPO: A**

Comitán de Domínguez Chiapas a de Junio 2020.

## INTRODUCCION

La salud y adolescencia es un tema muy impórtate ya que todos pasamos por muchos cambios, físicos, fisiológicos, hormonales, psicológicos, sociales entre otros más.

El adolescente cursa por el momento más vulnerable de su vida, ya que tiene muchos factores de riesgo que lo pone a tener mas problemas. El adolescente vive una etapa de cambios y adaptación muchas ocasiones se aísla de las personas y es cuando se pierde la comunicación con ellos.

Entre los riesgos que tiene un adolescente esta las malas influencias, consumo de sustancias ilícitas, el bullyng, maltrato familiar, maltrato psicológico, social, cibernético.

En esta etapa comienzan experimentar las relaciones sexuales y a veces con múltiples parejas se vuelve un riego inminente para un embarazo en el adolescente y más que nada para contraer ETS que puede repercutir de manera importante en la salud del adolescente.

Estos cursan con un desorden alimenticio y una dieta rica en grasas y carbohidratos lo cual nos trae desordenes alimenticios entre otras patologías más aparte de las ETS.

Los hábitos saludables, nutrición, actividad física, son importantes rubros para un adolescente, tener un cuidado optimo en su cuerpo y este siga creciendo de buena manera, que llegue a ser un adulto joven sano.

Este ensayo hablaremos más puntos a tomar en cuenta en la salud y adolescencia, ya que es un tema de suma importancia.

## SALUD Y ADOLESCENCIA

En general se considera que los adolescentes (jóvenes de 10 a 19 años) son un grupo sano. Sin embargo, muchos mueren de forma prematura debido a accidentes, suicidios, violencia, complicaciones relacionadas con el embarazo y enfermedades prevenibles o tratables. “Es el grupo etario mas vulnerable ya que están propensos a factores de riesgo que pongan a prueba su futuro como un embarazo no deseado o que pongas e riesgo su vida con una enfermedad de transmisión sexuales” (OMS, 2020)

Que el derecho a la salud es uno de los derechos humanos reconocidos en México para todas las personas, tal y como lo contempla el artículo 4o., de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, así como en tratados internacionales de los que el estado mexicano es parte. “El derecho a la salud es un derecho que todos nosotros tenemos como Mexicanos y esto involucra a los adolescentes que tienen miedo de asistir aun entro de salud, para recibir todo tipo de información que este dese. La atención primaria es de suma importancia para el adolescente” (Mexicana-047, 2015)

Una de cada cinco personas en el mundo es un adolescente y el 85% de ellos vive en países en desarrollo. Casi dos tercios de las muertes prematuras y un tercio de la carga de morbilidad total de los adultos están relacionados con condiciones o comportamientos que se inician en la juventud, incluidos el consumo de tabaco, la falta de actividad física, las relaciones sexuales sin protección o la exposición a la violencia. La promoción de prácticas saludables durante la adolescencia y los esfuerzos que protejan mejor a este grupo de edad frente a los riesgos garantizarán a muchos una vida más larga y productiva. “El adolescente es el más propenso a muertes,accidentes, infecciones, etc” (OMS, 2020)

Desde la perspectiva de la salud pública en nuestro país, existe una ausencia de normativa específica para determinar los mecanismos que lleven a preservar la salud durante esta etapa del desarrollo humano a fin de establecer hábitos y estilos de vida que promuevan que quienes integran el Grupo Etario, tengan amplios márgenes de seguridad de cursar una vida adulta y una senectud, lo más saludable posible. “La salud pública y gracias a promoción de primer nivel ha disminuido las enfermedades pero por más que haya promoción a la salud no se he logrado dar la información adecuada a todos los adolescentes” (Mexicana-047, 2015)

Las secuelas por accidentes o uso de sustancias psicoactivas representan un cúmulo importante de años vividos con discapacidad. Aunado a las defunciones por estos mismos padecimientos que acumulan la mayor magnitud de años de vida potencialmente perdidos, debido a la edad temprana en que se presentan.” El adentrarse a el consumo de drogas es un gran factor de riesgo ya que nos lleva a múltiples problemas e incluso nos lleva a poner en riesgo la vida del adolescente, muchos lo realizar por moda, problemas familiares, maltratos, violaciones, bullying, sentimiento entre otras causas que nuestros adolescentes se puedan adentrar al mundo de las drogas y poner en riesgo la vida del mismo.” (Mexicana-047, 2015)

Esquema de vacunación, al número ideal de dosis de vacunas que debe recibir la población, de acuerdo con su edad “El esquema de vacunación es de suma importancia para el adolescente ya que puede estar vulnerable a otras enfermedades, es importante que se lleve un buen control del esquema nacional de vacunación. Muchos adolescentes no le toman importancia al esquema de vacunación, pensando que ya solo le servirán de niños y no sabiendo que cumple con más vacunas como la de VPH” (Mexicana-047, 2015)

Índice de Masa Corporal (IMC), al indicador del estado de nutrición. Razón que se establece al dividir el peso corporal expresado en kilogramos entre la estatura o talla expresada en metros, elevada al cuadrado, representada por la siguiente fórmula:  $IMC = \frac{\text{Peso}}{\text{Talla}^2}$  (Kg/m<sup>2</sup>). “La nutrición es muy importante en el adolescente ya que puede implicar factores de riesgo para desencadenar otras patologías como anorexia, bulimia entre otras. Incluso enfermedades crónico degenerativas que pueden padecer más adelante como Diabetes e Hipertensión” (Mexicana-047, 2015)

El personal de salud debe estar atento a la presencia de signos y síntomas emocionales o del comportamiento, que puedan sugerir trastornos de la salud mental, a fin de detectar oportunamente los requerimientos de atención especializada y, en su caso, referir a los servicios médicos de atención integral que correspondan. “Es importante saber cómo se encuentra el adolescente mentalmente o si hay un factor que lo está perturbando, puede ser maltrato, violaciones, bullying entre otros. De esto se derivan enfermedades psicógenas que puede sufrir el adolescente y más que nada puede realizar actos delictivos, suicida, autolesiones, violaciones entre otras” (Mexicana-047, 2015)

Proporcionar información sobre el incremento del riesgo de accidentes graves al conducir bajo los efectos del alcohol u otras sustancias. “los accidentes automovilísticos son muy comunes en este grupo de edad, mas común los accidentes de motocicletas en los adolescentes, mas que nada por el abuso de alcohol es importante dar a conocer el abuso de sustancias nocivas y las repercusiones que puede tener estas, complicaciones graves que pone en peligro la vida del adolescente” (OMS, 2020)

Orientar sobre la importancia y los beneficios de realizar actividad física para favorecer estilos de vida activa y saludable. “Es importante orientar al adolescente a una buen estilo de vida, la salud es muy importante en este caso, los adolescentes tiene que conocer cómo se realiza una buena limpieza de su cuerpo, realizar ejercicios para mejorar su estilo de vida, y que la limpieza de su cuerpo, dental es muy impórtate en este grupo etario” (OMS, 2020)

Fomentar 60 minutos de actividad física diaria de intensidad moderada a vigorosa; incluye juegos al aire libre, deportes, actividades recreativas y ejercicios estructurados en el contexto familiar, escolar o comunitario “Se recomienda ir al médico primeramente para saber que tipo de ejercicio se realizara, el peso y estatura, se utilizara la escala de Tanner” (OMS, 2020)

## CONCLUSION

En conclusión, sabemos que el adolescente es vulnerable y tiene muchos factores de riesgo que ponen en riesgo su integridad, es importante saber dar información a adolescentes que no saben el riesgo en el que pueden involucrarse.

Saber cómo debe tener un buen aseo personal, que tiene que lavarse con especial atención, cabeza, rodillas, axilas, miembro. Y que tiene que tener un buen aseo bucal 3 veces al día.

Su nutrición y o que debe de comer, es impórtate para la tener una adecuada nutrición, y no caiga en enfermedades que puedan enfermar a su organismo. De igual manera la salud sexual es impórtate para este tipo grupo de personas ya que cada vez as se eleva los índices de embarazo en la adolescencia, muerte fetal y materna, enfermedades de transmisión sexual.

El consumo de drogas es de vital interés ya que no es bueno que los adolescentes tengas un inicio de vida en la drogadicción y estén en peligro su vida

Gracias a la ayuda de la Doctora Kikey Lara Martínez que nos apoya para darnos conocimiento hacer de estos temas de suma importante como alumnos de medicina que nos será de mucha ayuda en el día a día de las consultas.

## Bibliografía

Mexicana-047, N. O. (8 de 12 de 2015). *Diario Oficial de la Federacion* . Obtenido de Diario Oficial de la federacion:  
[http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5403545&fecha=12%2F08%2F2015](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5403545&fecha=12%2F08%2F2015)

OMS. (2020). salud en los adolescentes . *Organizacion Mundial de la Salud* , 5.