

MAPA CONCEPTUAL.

Materia:
Crecimiento y desarrollo.

Docente:
Dr. Cecilio Culebro Castellanos.

Semestre:
7° "B".

Alumna:
Michelle Junuem Maldonado Hernández.

Fecha:
05 de septiembre del 2021

Cambios emocionales en la adolescencia y como manejarlos estratégicamente

¿Qué es la adolescencia?

Período de crecimiento que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años

Clasificación por etapas

Temprana (10-13 años)

Preocupación por lo físico y emocional



- Duelo por el cuerpo y por la relación infantil con los padres.
- Reestructuración del esquema e imagen corporal.
- Ajustes a emergentes cambios sexuales físicos y fisiológicos.

Mediana (14-16 años)

Preocupación por la afirmación personal



- Diferenciación del grupo familiar.
- Deseo de afirmar el atractivo sexual y social.
- Exploración de capacidades personales

Final (17-19 años)

Preocupación por lo social



- Búsqueda de afirmación del proyecto personal-social.
- Exploración de opciones sociales.
- Avance en la elaboración de identidad

Determinantes de la salud mental



La adolescencia es un periodo crucial para el desarrollo y el mantenimiento de hábitos sociales y emocionales importantes para el bienestar mental.

Se estima que entre el 10% y el 20% de los adolescentes experimentan trastornos mentales, pero no se diagnostican adecuadamente.

Factores determinantes de la salud mental

- El deseo de una mayor autonomía.
- Exploración de la identidad sexual.
- Influencia de los medios de comunicación.



¿Quiénes corren Mayor riesgo?



- Condiciones de vida o de situaciones de estigmatización, discriminación, exclusión o falta de acceso o servicios de apoyo de calidad.
- Lugares de inestabilidad.
- Aquellos que padecen enfermedades crónicas.
- Embarazadas



Trastornos emocionales

La depresión es la cuarta causa principal de enfermedad y discapacidad entre adolescentes de 15-19 años.

La ansiedad es la novena causa principal entre los adolescentes de 15-19 años y la sexta para los de 10-14 años.

Trastornos alimenticios



Afecciones como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracones compulsivos se caracterizan por la adopción de comportamientos alimentarios perjudiciales, como la restricción de calorías o el atracón compulsivo.

Suicidio y autolesiones

El suicidio es la tercera causa de muerte entre los adolescentes de mayor edad (15-19 años).



Promoción y prevención

Las intervenciones de promoción de la salud mental de los adolescentes van orientadas a fortalecer su capacidad para regular sus emociones, potenciar las alternativas a los comportamientos de riesgo.

Estos programas requieren un enfoque que abarque múltiples niveles y varias plataformas de difusión: cómo medios digitales, entornos de atención médica o social.



Las actividades de recuperación psicosocial para adolescentes deben aprovechar la tendencia grupal propia de esa edad. La motivación es fundamental; se pueden identificar líderes del mismo grupo para motivarlos y darles responsabilidades dentro de la dinámica

Bibliografía

*<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> GUÍA
DE PRACTICA CLINICA DE SALUD MENTAL. OMS*