



**Nombre de alumno:**

Marlen lara ortiz

**Nombre del profesor:**

Luis Angel Galindo.

**Nombre del trabajo:**

Problemas psicoemocionales en adolescentes.

**Materia:**

Psicología y Salud.

**Grado:**

1

**Grupo:**

B

Comitán de Domínguez Chiapas ha 29 de Enero de 2020.

## Introducción.

No todos los problemas psicoemocionales son producidos por el descontrol emocional que el sujeto presenta, algunos trastornos pueden ser heredados genéticamente y no lo sabemos.

Encontraremos las causas, sus consecuencias, el tipo de tratamientos que se pueden tomar e incluso podemos encontrar algunas teorías de por qué se generan estos cambios bruscos en las emociones y por qué nos afectan tanto.

Los síntomas que son muy notorios para lograr identificar a las personas que sufren este trastorno.

Alteraciones emocionales y mentales, las clasificaciones, problemas que afectan a la mente, cambios corporales, cambios emocionales repentinos y el comportamiento erráticos.

Que la adolescencia es una etapa de emociones confusas y está llena de tensión.

pueden ser clasificados en distintos tipos, y dependiendo de lo mismo el tratamiento puede variar.

¿Qué es un problema psicoemocional?

Existen muchos términos para describir problemas emocionales, mentales o del comportamiento. En la actualidad lo podemos calificar como (Problemas emocionales). Es necesario que se analice este tipo de trastorno, ya que en muchas ocasiones puede ser el origen del de una patología a la que no se le encuentra el causante, por lo que es un área que debe ser conocida por los diferentes profesionales de salud.

A través de un largo período de tiempo y hasta cierto grado, puede afectar desfavorablemente el rendimiento de la persona que lo padece.

“Los cambios corporales siguen directamente la percepción de hecho, y que nuestra sensación de esos mismos cambios mientras ocurren es la emoción” (James, 1884).

En la teoría de James-Lange se creó una hipótesis sobre el origen, la naturaleza y la transmisión de las emociones. Propuso que la corteza cerebral recibe e interpreta los estímulos sensoriales que provocan la emoción, produciendo cambios en los órganos viscerales a través del sistema nervioso autónomo y en los músculos del esqueleto a través del sistema nervioso somático.

Básicamente, esta teoría se oponía a la idea, proveniente del sentido común de que la percepción conlleva a una emoción y esta provocaba una reacción fisiológica. Tanto James como Lange propusieron un modelo en el que la reacción fisiológica ante el estímulo era la que provocaba la emoción: No lloro porque tengo pena, sino que tengo pena porque lloro.

Como respuesta a las expresiones y estímulos, el sistema nervioso autónomo crea sus respuestas fisiológicas (tensión muscular, lagrimeo, aceleración cardio-respiratoria, etc.) a partir de las cuales se crean las emociones.

Tipos de trastornos.

Existen muchos trastornos producto de alteraciones emocionales y mentales, se pueden clasificar de acuerdo a la característica psicológica que más predomina en el sujeto, por lo cual encontramos lo siguiente:

- Bipolar. Se identifica por episodios de psicosis acompañado de momentos depresivos.
- Ciclotimia. Se caracteriza por que las personas presentan cambios emocionales muy bruscos y variados.

- Distimia. La depresión predomina la personalidad del individuo por un tiempo determinado.
- Trastorno depresivo. Manifiesta depresión, también muestra poco interés y energía por realizar diversas actividades.
- Trastorno por externalización: comunes en la infancia y adolescencia, disminuye con el paso de los años. Se caracteriza por la incapacidad de quien lo padece de controlar su comportamiento en función de las normas sociales que imperan y de las expectativas de los padres. Las personas con este trastorno suelen ser negativas, impulsivas, molestas y hasta agresivas.

#### Causas de los trastornos psicoemocionales.

Las causas y los desencadenantes de los problemas que afectan a la mente y a otros órganos del cuerpo son muy variados, debido a que la voluntad y el pensamiento de un individuo son procesos complejos que no dependen únicamente de una sola estructura, sino que más bien necesitan de una variedad de factores que los mantengan estables. Algunos de los causantes se encuentran:

- Los problemas genéticos: pueden transmitir diversas enfermedades y estos trastornos son algunos de ellos.
- El maltrato físico y daño psicológico: estos episodios pueden generar cambios importantes en la manera como el sujeto observa el mundo.
- Alteraciones hormonales o en los neurotransmisores: estas sustancias cuando no se producen de la forma adecuada pueden alterar múltiples funciones.
- Control inadecuado de las emociones en situaciones cotidianas.
- Situaciones impresionantes y traumáticas en la que la persona se haya visto involucrada.
- La ira, el miedo, la depresión y el agobio también pueden aumentar el riesgo de que una persona presente problemas físicos.

#### Síntomas.

Los síntomas y manifestaciones clínicas de una persona con daño psicoemocional pueden ser muy variados ya que no todos experimentan de la misma forma los cambios en la emoción, por lo general los signos se resumen de la siguiente manera:

1. Dolor muscular en zonas como la espalda.
2. Falta de energía y cansancio.

3. Cambios en la personalidad, así como variaciones constantes de humor.
4. Poco apetito.
5. Baja autoestima.
6. Desinterés hacia las cosas y la vida general.
7. Poca concentración.
8. Dificultad para culminar una tarea cotidiana.
9. Problemas para conciliar el sueño.

Los síntomas mencionados van generando desequilibrios y cambios bruscos en el individuo, lo cual desencadena alteraciones en los sistemas corporales y así la aparición de enfermedades.

Factores que multiplican los problemas emocionales.

Es posible que se deba enfrentar ha más de un problema a la vez, puesto que los problemas serios tienden a agruparse. En la adolescencia es una etapa de emociones confusas y tensión no nos debe sorprender que este es el momento cuando muchos adolescentes prueban por primera vez las bebidas alcohólicas, el tabaco y otras drogas.

Los cambios emocionales repentinos y el comportamiento errático típicos de edad pueden ofuscar las señales del abuso del alcohol o las drogas.

Síntomas de que el alcohol o las drogas sean las causas del problema:

- Se ve aislado, deprimido, cansado y descuida su haceo personal.
- Exhibe demasiada hostilidad y falta de cooperación y nunca cumple su hora de llegada.
- Tiene nuevos amigos (y no quiere hablar de ello).
- No dice ha donde va.
- Las calificaciones bajan.
- Pierde interés en sus aficiones, deportes, etc.
- Desorden alimenticio.
- Tiene problemas de concentración y olvida las cosas.
- La relación con los miembros de la familia a empeorado y se rehúsa a hablar sobre otros temas.
- Su rutina para comer y dormir cambia.

Tratamiento.

Existen tratamientos que utilizan el efecto placebo hay otros que sin se emplean fármacos para combatir los efectos de la enfermedad, por lo que es común encontrar que se administren medicamentos antidepresivos y otros que buscan mantener constantes los estados de animo. Así mismo, es necesario planificar sesiones de terapia y derivar ha profesionales como la fisioterapia en caso de que sea requerido. Conclusión.

Está investigación me permitió adquirir más conocimiento sobre los problemas que se pueden generar en la salud por no tener un control emocional. Que nosotros mismos nos podemos generar este tipo de problemas e incluso, algunos pueden llegar ha ser heredados por medio de los genes (ADN).

Podemos apreciar que en algunos casos se requiere de medicamentos para controlar la depresión o el famoso tratamiento del efecto placebo, lo cual se me hacia un tema desconocido el uso de ese tratamiento.

Algunos síntomas son provocados por el uso de drogas o por el consumo del alcohol, en la adolescencia los sentimientos se descontrolan y nosotros nos perdemos entre los vicios.

## Bibliografía

*Fisioonline*. (24 de septiembre de 2021). Obtenido de <https://www.fisioterapia-online.com/psicoemocional-psicosomatico-que-es-causas-sintomas-diagnostico-tratamiento>

*Fundacion Belen*. (24 de septiembre de 2021). Obtenido de <https://fundacionbelen.org/problemas/problemas-emocionales/>

James. (1884). *Énfasis del autor*.

MELAMED, A. F. (2016,). *LAS TEORÍAS DE LAS EMOCIONES Y SU RELACIÓN CON LA COGNICIÓN: UN ANÁLISIS DESDE LA FILOSOFÍA DE LA MENTE*. Argentina: Jujuy.

Victoria del Barrio, M. A. (2009). *DETECCIÓN Y PREVENCIÓN DE PROBLEMAS PSICOLÓGICOS EMOCIONALES* (4 ed.). FOCAD.