



# Mi Universidad

## Ensayo

*Nombre del Alumno: Diego Armando Gómez Domínguez*

*Nombre del tema: Riesgos y oportunidades durante la adolescencia*

*Parcial: I modulo*

*Nombre de la Materia: Adolescencia*

*Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología Clínica*

*Cuatrimestre: 5 Cuatrimestre*

*Lugar y Fecha de elaboración:*

*Ixtacomitan, Chiapas. 09/02/2022*

## Introduccion

Tratar de olvidar muchos problemas en la vida, es como si dejaras de comer, por que en la vida hay muchas enfermedades, riesgos de vida y muerte o problemas mentales que no puedas salir, los psicólogos son base a que todo problema tiene solución con dedicación y esfuerzo. Tal manera que se hablara sobre lo riesgoso que puede ser si no cuides de ti o tu salud mental, hay casos que llegan de niños o llega sin preguntar, pero hay es donde entramos nosotros como psicólogos, realizar el trabajo y ganar mas experiencias.

Por eso queda claro que la búsqueda de información debe de ser útil en nosotros, buscar respuestas, buscar el por que le afecta, en que le podemos ayudar y si tiene solución. En ello nosotros vamos a explicar o desarrollar textos donde se informe las causas y consecuencias que puede traer un adolescente, ya que la adolescencia tiene méritos en el que debemos estar más atentos, ya que con el simple hecho de intentar ganar su propia confianza le es difícil hasta para el solo.

Entonces sobre que se hablara, hablaremos sobre los periodos críticos del desarrollo de experimentación, riesgos y oportunidades que se tiene en la adolescencia, algunos temas de la conducta antisocial, ya que es de importancia, la violencia hacia los adolescentes. Y no cabe duda que uno de las enfermedades puede ser el trastorno de la comida.

Por que es importante el adolescente? Es importante por que los mayores afectados pueden ser ellos, y no logren tener a alguien para que los ayude a tal manera de que este con el. Por eso también hay un refugio en el que pueden quedar y no salir, aunque no se da a saber si es bueno o malo y si les puede afectar ese es “ las tecnologías” se puede basar en muchas cosas que tiene ventajas y desventajas y puede ser un mayor problema pero por eso vamos a explicar cada tema en este ensayo para que aprendamos y lo exploremos que le entendimos a nuestra investigación y cuales son nuestras ideas. Y proporcinarcelos con el fin de que nosotros también aprendamos a resolver y a sacar teorías y nos interese más el conocimiento.

## Riesgos y oportunidades durante la adolescencia

Como el tema lo dice los riesgos son extremadamente fuertes que pueden causar muertes seguras en todo el mundo, con el simple hecho de que un adolescente puede tener depresión y le pueda afectar y decida el suicidio, son riesgos que debe tomar uno y darle cartas al asunto y apoyar donde necesite, y es hay donde las oportunidades buenas les llega al adolescente, como hasta aun amigo que lo aconseja, hasta con que el decida ir a un psiquiatra que lo apoye en todo momento.

Como puede desarrollarse estas etapas pues con el simple hecho que el padre no le de una buena instrucción en la vida al hijo o lo deje solo (negligencia) y el tome decisiones que no puede ser buena para el, el abuso de sustancia en el que no pueda parar y lo tenga como algo bueno y alegría. Algo que no lo deja y solo es lo que quiere, una de ellas el alcohol también puede ser una sustancia que te puede acabar poco a poco y vaya destruyendo tu futuro, muchos compañeros, amigos, conocidos y familiares hace referencia a todo lo que estoy diciendo, ya que el trago les hace que deje sus familias y pisen diferentes y otros no, se mira adolescentes, adultos y hasta niños que tienen ese vicio y por que harran ese vicio, por problemas en su vida, familiar, algo que quería a futuro y fallo o hasta una muerte familiar. Por eso las sustancias que hay de peligro extremo que con solo 1 semana y se vuelves viciosos, y como sustancia menos altas pero también peligrosas que te van dando poco a poco problemas. Y el aislamiento social puede hasta que lo lleve a la depresión y termine con su vida por estar solo y no tener a nadie más con él. La salud física y como mental puede ser trágico por eso existen ayuda para resolverlos.

Los adolescentes tenemos reglas que nuestros padres nos imponen y que nosotros no le ponemos atención o solo decidimos no hacerles caso, pero con el simple modo que vamos creciendo, vamos aprendiendo lo que ellos quisieron hacer por nosotros y otros solo se arrepienten de hacerlo, nosotros los adolescentes somos muy caprichosos y hacemos las cosas alocadas que pensamos que estamos bien, lo que estamos haciendo, y decimos por que no decidimos, por que no hacemos nuestras propias reglas es hay donde perdemos la conciencia y obtenemos problemas y enfermedades que durante el año, se va mostrando. Por eso padres transmitan reglas, responsabilidad a sus hijos y solo ayuden al adolescente y que ellos se sientan interesados por ellos, pregunten que hacen, con quien están, que problema tienen para que los apoyen y así ganarse su confianza, no solo le regañes y trates mal, habla con él y si miras que algo le pasa trata de ayudarlo y llevarlos seguros para su mente, antes de que pase algo riesgoso.

Muchas sugerencias de vida es donde sabras si la conducta es buena o si los consumos de sustancia son malas, muchas de ellas pueden acabar con uno misma y también no solo emocionalmente o depresión pueden ser una de ellas, si no también la conducta alimenticia es factor para el cuerpo y si no como a la hora que es y ya no quieres puede que sufras llegues a no tener alimento, otra también comer en exceso puede ser factor obtener enfermedades y no solo para el cuerpo, si no mental. por que pasa esto, pasa por que obtienen una versión de depresión que llega afectar la conducta o emoción y lo haga por que eso le hace sentir bien.

Muchas veces los adultos creen que los adolescentes no tienen problemas alguno, tal vez por que los miran alegres, sin problema alguno, pero cabe de resaltar que muchos de nosotros siempre tenemos algo que nos ata y no podemos soltarnos, quizás en un pueblo no haya mucha violencia, pero hay pocos en las que se demuestra, como en el sentido de una relación amorosa, hasta con los objetivos de los adolescentes mismos, en mi idea yo he visto que son acabados sentimental o emocional, algunos no les importa a otros si, yo creo que si entre más antisocial eres, más problema de la violencia habrá, ya que no tienes a nadie quien te apoye.

Relamente crees que como adolescentes, estas haciendo bien, no tienes problemas, no sientes preocupación, hay edad donde te empieza a preguntar que vas hacer, y no sabras a donde ir. Yo no sufrí violencia pero sí antisocialismo, donde te quedas solo y nadie te lleva o te dice que sea uno amigos, los niños y niñas y adolescentes han aumentado en este problema y realmente son alarmantes, todo lo que se está explicando lleva a una sola cosa, daño emocional, y todo por culpa de no atender a sus hijos, en solo cuando ellos tratan de explicar su situación al querer hablar pocos lo hacen y muchos no quieren decirlo por miedo a que les pase algo. Y eso de basa por violación, maltrato familiar o de hasta los de su misma edad, hay es cuando un adolescente les afecta más se arrepienten de no decirlo o se culpan de ello. Otros solo entran en depresión que es más conocido en el pueblo. Pocos salen de esa enfermedad mental y otros luchan y lo logran.

Por que crees que es de importancia este tema? Es de importancia por que como psicólogo tendré muchos casos diferentes, tal vez unas iguales. Donde yo solo me exprese y tendré que ayudar ese tipo de personas, nunca sabe uno que llega tu vida, si es bueno o malo y si podrás lograrlo o fallarlo, en este caso solo tu decides que hacer, realmente crees que ya no habrá problemas, todo este tiempo hay casos de adolescentes que se suicidan y otros que no salen. La sociedad en esta vida ha cambiado tal vez a peor, pero por eso nosotros lo que tenemos que hacer es estudiar y estar preparado para tal situación que venga. Como ya hablamos de trastornos alimenticios, lo más fácil de explicar es que para resolver tal cosa es meterse en base a sus sentimientos y que no lleve a dejar de comer o comer de más, la gente y los adolescentes se obsesionan por perder una gran cantidad de kilo en el menor del tiempo posible, que hasta solos hacen su propia dieta o no comen solo quieren bajar y en su mente siempre está de que están de sobrepeso, aun estando delgadas. Por eso hay que educar y enseñarles de tal modo se pueden hacer y pueden llegar hasta la muerte. Cuales podrían ser estas enfermedades:

la anorexia: obsesión por estar delgada, tienen una percepción de distorsión de su propia imagen que hace que como persona crees que estas muy delgada o gorda y debido al mal alimenticio pierdes tu salud y llegas obtener una baja autoestima y confianza en ti mismo. Otro podría ser la manorexia: anorexia nerviosa en hombres, esto es para los hombres es mayormente los mismo en donde ellos mismos piensan del sobrepeso, y pasan por debilidades que puede causarle problemas a futuro. la permexecia: es la obsesión de siempre estar a dieta sin tener o tener una, tratan de estar como otras personas o sus ídolos que quieren parecerse a ellos y tratan de cambiar todo de ellos para llegar a tal riesgo de perder su salud y no prevenir enfermedades.

Y es por eso que cada categoría debemos de saber en que hacer, como ayudar al paciente, como tratarlo y poner siempre una estrategia para todo tipo de situación, pero no cabe duda que no solo el tipo de alimentación afecta hay muchos mas que uno no se puede dar cuenta de lo que estas haciendo. En estos ultimos años hay enfermedades que ya conocemos y se pueden resolver y hay otros que llegan al mundo y son nuevos en ue debemos aprender q que hacer, para muchos de nsotros, incluyemdome somos absorbidos por algo que todo el undio tiene y no como dice en la antologia que agaran la tecnologia de 10 a 15 no, es mas bajo una persona pequeña, ya agarra la tecnologia de los 2 para adelante ¿por que? Por que el padre lo permite, con tal de tener a su hijo contento hace lo psible de darle todo y eso es un problema que puede tener el aodlescente, si aque me refiero o si ya algunos entendieron, se hablara sobre las tencnologias que puede afertar aun una persona y ´puede hacerle daño poco a poco.

Como el simple hecho de decir celular, es algo que el 100% de las personas ya tiene unos por causa necesaria y otros por ambision, quea claro que tampoco estoy diciendo q es malo definitivamente, si no que debe de ser consumido educadamente o con una responsabilidad, por que en estos tiempos hay michos problemas y que llegan ha saber todo el mundo, uno como padre debe de cuidar a sus hijos y saber explicarle lo que es malo y bueno y tratar de ayudarlos, por que el bulliynciber es malo, como por ejemplo cuando una pareja , todos sabemos que ahora ya no es como antes, de rosas, cartas, poemas, ir a su casa y estar hay, ya no , ahora todo se hace por medo de un telefono y ya no tienen vida social o interactuar como persona, ellos como pareja tiene confianza que se dan, pero llegaun momento que muestran enojo, engaño, etc. Que luego todo problema llega a su tiempo, de todo lo que le cuentas como pareja, sale a la luz y sale como chisme y llega a ser publicado en todas la redes sociales que puede acabar con tu persona y no quieras salir de una depresion , por tal grado de que suben cosas malas de ti y las personas te miran y te juzagan y algo que pasa, y no solo a una personas, si no a muchas, mayormente esto le pasa a mujeres, ya que han sido mas maltradas o voiolencia de cualquier tipo.

Pero vas a decir que sentido tiene esto puedes todo lleva a que un padre no le da la maxima ayuda a sus hijos y muestran interes, no cabe duda que el intener es muy grande para ayuda y como para problemas, por eso padres como psicologo o apredis, les pido mayor atencion en ello, no importa lo muy pequeño que sea, simpre las cosas pequeñas se hacen grandes y si no saben que hacer o necesetian ayuda simempre hay especialistas para todo y tambien hay cosas del internet buena, ideas donde puedes aportarte a ti mismo de que hacer en estos casos.

Como con el simple hecho de darle un tiempo, enseñarle hacer otra cosa, meterle en su cabeza, lo bueno de interes como juegos, libros, enseñanzas y muchas cosas, por eso aquí se les explica cada detalle, que puede ser de ayuda para toda la vida.

Y de todo esto, de las tecnologias, alimnetacion, violencia, malos tratos , lleva a una situacion que todas y yo explico o muestro a cada rato, eso es la depresion y el suicidio, y no solo estos problemas de transtornos hay, tambien esta lo de bipolar, esquizofrenia, ansiedad, transtorno del sueñoalgo que yo no y no estoy informado por eso es la informacion las clases , las investigaciones pero eso lo dejaremos aun lado ya que esta vez, se explipara sobre la depresion y suicidio y como se basa a todo esto.

Queda claro que estos problemas afectan pero todo llega aun camino el suicidio (muerte). Por que es importante la depresion y todo lo que dije? Por que todo problema tiene solucion, se basa en que como este la persona, pero hablaremos de una el adolescente, ya que es algo importante para su vida y su desarrollo, es algo en que la probabilidad de que llegue al suicidio es alta, como por consumo de drogas, problemas familiares u otras cosas, que se deberia hacer o como saber que le esta pasando. Le dire un pequeña pequeña, cuando joven trata de estar solo, es por que esta mal, algo le pasa, algo le preocupa, es donde entra uno como padre, en el dia de hoy fecha 10/02/2022, paso que un adolescente quiso suicidarse, pero por que paso esto, muchas personas dicen que por el consumo de sustancias que ya no podia dejarlo, que solo queria olvidarse llevo a tal situacion, no soy digno de hablar de ello, pero si del problema, otros dicen que fue por otra causa, pero aquí lo importante es ¿Qué harías tu como padre? Una pregunta que pocos padres saben responder con accion, queda claro que pudo haber sido por problemas familiares o problemas de la vida economica o por las sustancias, pero no cabe que los padres no estuvieron para apoyarlo, como se les dice todo tiene sentido o todos saben del problema , ya cuando se hizo, creo que de mi parte, como padre siempre debe darse uno cuenta, por que uno conoce a sus hijos ¿que hace? ¿que hace? ¿como es? ¿como era antes?.

Que quiero aclarar aquí, que la ayuda de los padres deben de ser antes que ellos o antes de que ocurra la tragedia, saber que horario cambio, en que piensa, en la manera de actuar, la manera de como se expresa, si yo como padre, miro que mi hijo esta pasando cosas con solo estar triste, con solo que no te diga o cuando conversas con y llega al punto de enojos y te dice que ya te va a dejar de molestar debe de dejar tu orgullo y preguntarle lo que realmente esta pasando y decirle “ que vas estar con el y tendrás el apoyo mutuo y definitivo “ es donde debes de buscar la manera de investigar y que esta pasando, si no quieres que en algun momento llegue al suicidio y que te culpes. Así que si sientes y miras ese cambio llevalo a un psicologo que te pueda brindar ese apoyo, si no sabes como ayudar a tu hijo, como dije todo tiene solucion, pero si tambien te interesa.

Todo tiene una relacion que todo adolescente tiene en la vida y como sije en tal momento, todo padre tiene que tener en cuenta al hijo, ya que los riesgos son altos como hombres y mujeres, los adolescentes tiene la mayor consecuencia y vida que pueden llevar a una mal reaccion, por eso los simples hechos de enseñanza o personas que trabajan para esto, siempre buscan la manera de que los hijos y lo padres esten con la mayor importancia hacia su salud de el o hijo. Por que riesgos hay muchos entre ellos esta el embarazo precoz, cosas que eso va para las mujeres que pueden afectarle fuertemente y no solo a ellas, si no al hijo que esta por nacer, problemas siempre las hay. Solo traten de cuidarse, estar pendiente de toda situacion y siempre querer salir adelante en la vida. “mejor morir con lucha, que morir en vano” por que si me suicidio habre hecho bien, o si lo dejo hacer, hice bien como padre. Solo ustedes tiene sus respuestas y es facil y sencillo solo depende uno y de que si quieres vivir y ver que todo es genial viviendo y dejar tu reconocido rostro y personalidad a tu familia, amigos y hasta al mundo.

## Conclusion

Para concluir los temas abordados que nos hizo de interes, queda informado, que los problemas afectan al mundo y es nuestro deber apoyarlo. Aprendimos lo que significa dejar un problema, buscar ayuda, realmente creemos que el mundo cambiara, y no es asi, solo el 20% de personas tratan de salir adelante, si quieres tener a un hijo luchador, progesista o con el simple hecho de que no quieres que muera, debes de estar hay en todo momento.

Por que no solo familiar, tambien la tecnologia muchas hace al ser humano, muy debil que solo quiere expresarse en pantallas donde te miran personas que no te conocen y no les importa tu vida, por eso como aollescente fijate que tu padres, hermanos hasta tus amigos que dejates pueden ser de mas grande y no los tienes busca por que en este mundo nadie esta solo, lo unico que toca es buscar a las personas correctas, por que la vida solo una, tiempo un chingo. Asi que toda informacion que has leido y sacado de mi ensayo, comprendelo y no niegues de tu pasado, resuleve tus problemas y si tan solo no puedes busca ayuda a un psicologo, yo estare aprendiendo mas para algun apoyar a la gente que me necesite y quiere realmente salir de todo o con solo consejos motivacionales estare hay y digo estare por que es mi ensayo. Ja

## ANTOLOGIA LIBRO.

- The American Psychiatric Association (APA), Principios de Yogyakarta sobre la aplicación de la legislación internacional de derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género (Indonesia, noviembre 2006), Artículo La Teoría Queer: la deconstrucción de las sexualidades periféricas y Guía básica sobre diversidad sexual, Ministerio de Salud, República Argentina (2016).

Pineda SP, Aliño SM, Martínez NV, Córdova LV. Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud de los adolescentes. La Habana: Ministerio de Salud Pública; 2002. 2. Valdés Martín S, Gómez Vasallo A, Abreu Suárez G, Alfonso Dávila A, Álvarez Arias CZ, Báez Martínez JM, et al. Temas de Pediatría. Vol. I. La Habana: Editorial de Ciencias Médicas; 2006.

06. 3. Fonseca H. Helping adolescents develop resilience: steps the pediatrician can take in the office. *Adolesc Med.* 2010;(21):152-60. 4. Maza Brizuela JG, Navarro María JE, Rivas Amaya JR, Alcides Urbina H, Cerpa M, De López J. Guía de atención de los principales problemas de salud de los adolescentes. San Salvador: OPS; 2007