



*Nombre del Alumno: Angélica Montserrat Mendoza Santos*

*Nombre del tema: ENSAYO*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: Seminario de tesis*

*Nombre del profesor: Dr. Eduardo Genner Escalante*

*Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana*

*Cuatrimestre 8*

## INTRODUCCIÓN

La investigación se enfoca en comprender los trastornos alimenticios en adolescentes, dado que es durante esta etapa donde estos trastornos pueden surgir y manifestarse con mayor relevancia debido a los efectos sociales y los cambios físicos y emocionales propios de la adolescencia.

Aunque es posible que algunos niños también experimenten trastornos alimenticios, es en la adolescencia donde estos se vuelven más prominentes y pueden tener un impacto significativo en la salud y el bienestar de los jóvenes

En la actualidad, las redes sociales y los programas de televisión destacan un "estereotipo de éxito" que presiona tanto a hombres como a mujeres. Este ideal incluye encajar en determinados grupos sociales, alcanzar el éxito laboral y obtener reciprocidad en relaciones personales, incluso aspirando a convertirse en "influencers" mediante la delgadez

Un adolescente que acude a terapias psicológicas al inicio de la adolescencia, será un joven que lograra entender que la base para destacar en la vida es prepararse profesionalmente, a su vez que todo ser humano tiene su propio tiempo de crecimiento, que no es una ley que a los 15 años hayamos desarrollado por completo y que no es malo que a los 13 años aun no hayamos comenzado a desarrollar, inclusive saber entender que todo proceso es diferente, que deben de ser pacientes y no caer en tristezas que a largo plazo se conviertan en depresión y sobretodo tener la confianza para hablarlo, que claramente es una etapa nueva para alguien que comienza a vivir cambios fisiológicos y mentales.

## DESARROLLO

La adolescencia es un periodo de transición crucial, marcado por cambios tanto físicos como psicológicos, que pueden influir en la relación de los adolescentes con la alimentación y la imagen corporal. Como médico, es importante reconocer la prevalencia de estos trastornos entre los adolescentes y comprender los factores sociales, emocionales y culturales que contribuyen a su desarrollo y mantenimiento.

Es importante dar a conocer que, cuando comenzamos la etapa de la adolescencia es normal tener demasiadas dudas, muchos jóvenes comienzan a desarrollar antes y otros pueden tardar un poco más y eso ante ellos mismos puede causar inseguridades, que a su vez entender que una alimentación correcta es sinónimo de una buena salud, todo alimento está lleno de nutrientes que nos ayudan a estar en condiciones de tener una vida sana; sobretodo entender que no siempre las respuestas a nuestras dudas las encontraremos en internet, existen profesionales de la salud, como son los psicólogos que al darnos terapias nos ayudan a entender y a canalizar cada uno de nuestros pensamientos y emociones.

Los trastornos alimenticios son conductas que afectan los comportamientos alimentarios debido a diferentes factores que como mencionaba anteriormente se deben a cambios físicos, emocionales, rechazo social o por tratar de encajar en un grupo de amigos o para tener "pareja" o gustarle a la persona que te atrae todo esto por estándares que normalmente los adolescentes ven en la televisión o redes sociales.

Normalmente los adolescentes no expresan las dudas que tienen por miedo a que los demás se burlen o por pena al qué dirán, tampoco se acercan a sus padres pues creen que los van a regañar o simplemente no harán caso por esta razón muchos acuden a internet buscando información incorrecta donde encuentran dietas que afectan la salud del adolescente porque al creer que les hará efecto provocan un desbalance en su desarrollo, muchos dejan de comer o se someten a dietas en únicamente tomar agua o comer cierto tipo de alimentos para obtener el cuerpo que desean, lamentablemente el internet está a disposición de cualquiera pues no hay supervisión de los padres y no hay interés ya que a veces están trabajando, hay problemas o simplemente no hay interés y el adolescente al ver esta situación busca la manera de llamar la atención de sus padres o la depresión al ver que no hay interés o preocupación comienza a provocarse vómito, a tener atracones, dejar de comer, tomar medicamentos para "tener el control".

## CONCLUSIÓN

Los trastornos alimenticios pueden surgir como resultado del rechazo social, ya que este fenómeno puede generar una disminución en la autoestima y una percepción negativa de la apariencia corporal. Esto a su vez puede desencadenar conductas como el vómito, la restricción de la ingesta alimentaria o la búsqueda de información no confiable en internet para abordar problemas de salud relacionados con la alimentación.

Debemos entender que no todos desarrollamos de la misma manera, todos los cuerpos son diferentes. Los padres deberían platicar con sus hijos de los procesos o cambios físicos que tendrán durante cierto tiempo, estar pendientes de la conducta del adolescente tanto emocional como estar pendientes en su alimentación. Darles a conocer a sus hijos que los “estándares de belleza” que ellos ven en redes sociales, programas de televisión no son “reales” que hay maneras de tener buen físico a través de una alimentación y ejercicio adecuado a su edad. Es importante que todo adolescente iniciando esta etapa acuda a un psicólogo ya que de esta manera pueden ir trabajando en la autoestima, seguridad y que puedan hablar de cualquier tema sin miedo al rechazo social.