



Super Nota

Nombre del Alumno: Yeyry Arlen Ramirez Roblero

Nombre del tema: Programa de la Salud en la Atención del Adolescente

Nombre de la Materia: Enfermería en el cuidado del Niño y el Adolescente

Nombre del profesor: Karla Jaqueline Flores Aguilar

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

7°mo Cuatrimestre, Grupo B, cuarto parcial.

La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo humano, caracterizada por cambios físicos, emocionales/ mentales y sociales significativos. Durante este periodo, la atención de la salud juega un papel fundamental, ya que las decisiones y hábitos adquiridos pueden influir de manera decisiva en la calidad de vida futura. En esta etapa se requiere un enfoque integral que considere no solo los aspectos biológicos, sino también los factores sociales, emocionales y conductuales que impactan el bienestar de las y los adolescentes.

La **salud social** desempeña un papel determinante, ya que las relaciones con amigos, familiares, compañeros y la comunidad influyen en el desarrollo emocional y en la formación de identidad. Un entorno social saludable puede fomentar comportamientos positivos, mientras que la falta de apoyo o exposición a ambientes adversos puede incrementar el riesgo de conductas perjudiciales.

Las **enfermedades mentales** y los trastornos emocionales, como la depresión, la ansiedad y los trastornos de conducta alimentaria, los trastornos obsesivo compulsivos, trastornos de ansiedad, trastornos del comportamiento, trastornos del sueño, trastornos de identidad y trastornos del neurodesarrollo, son problemas frecuentes en esta etapa. La detección temprana y el acceso a servicios de salud mental son esenciales para prevenir complicaciones a largo plazo y promover el bienestar general.

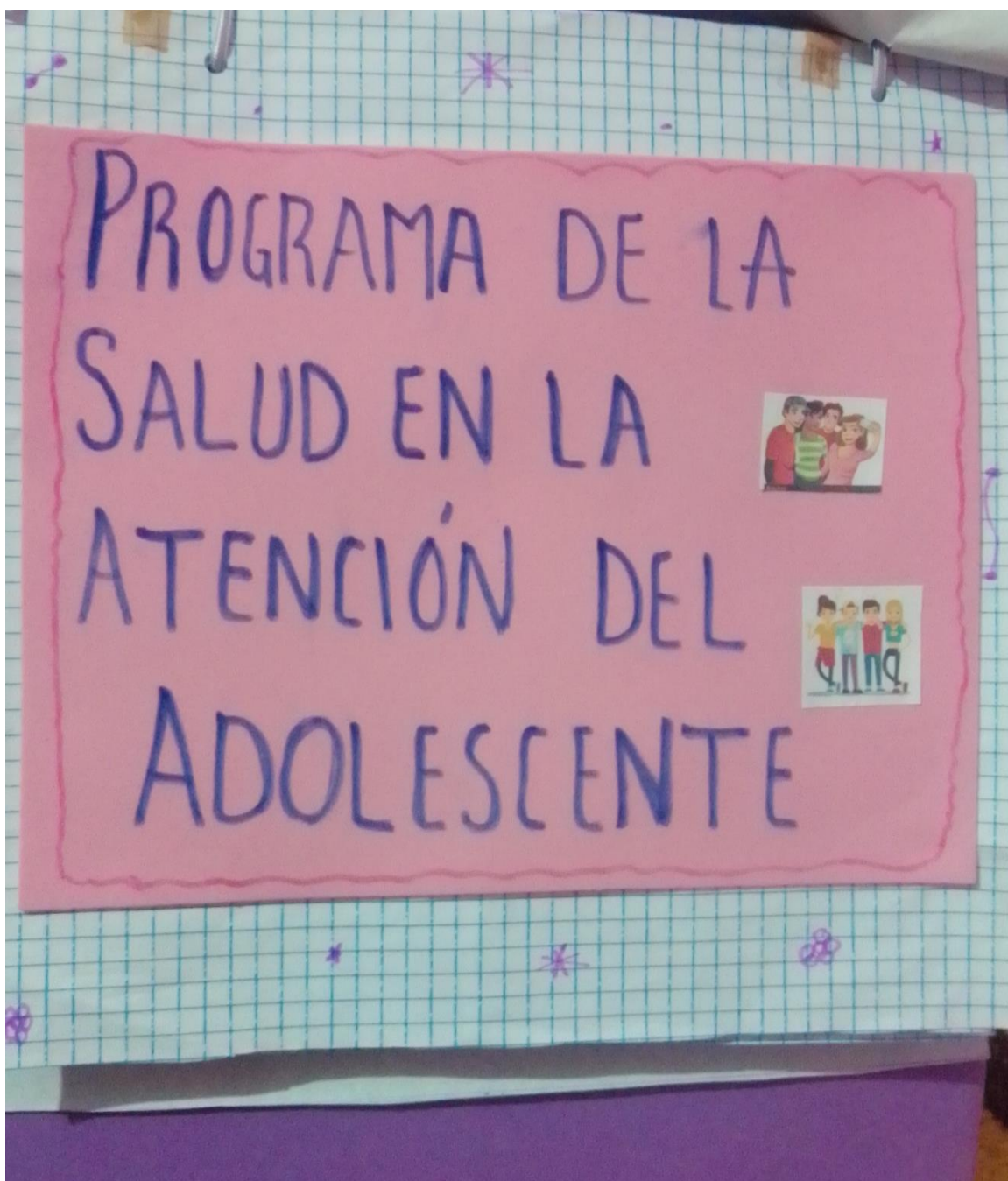
La **nutrición** es otro aspecto crucial, ya que las demandas energéticas aumentan durante la adolescencia debido al crecimiento acelerado. Una dieta equilibrada contribuye al desarrollo físico y mental, mientras que las deficiencias nutricionales pueden tener consecuencias negativas, como retraso en el crecimiento y desarrollo, problemas de aprendizaje y mayor susceptibilidad a enfermedades. Para ello, es indispensable llevar una alimentación equilibrada, como lo especifica el Plato del buen comer, y acorde a las necesidades nutricionales de cada adolescente.

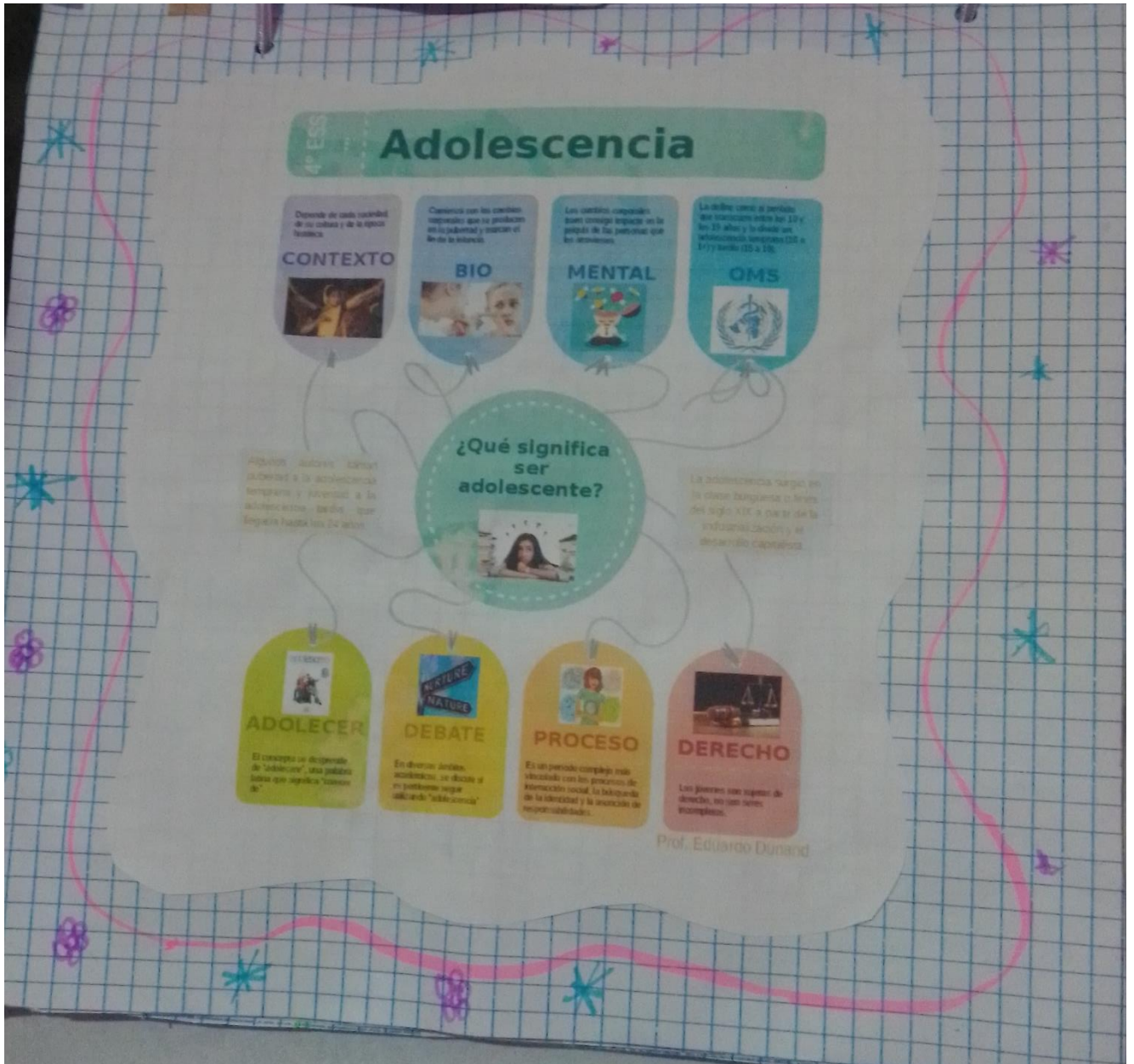
El **ejercicio físico** es clave para el desarrollo saludable, ya que no solo mejora la condición física, sino que también contribuye al bienestar emocional y social. La actividad regular ayuda a prevenir enfermedades crónicas y promueve hábitos de vida saludables.

El conocimiento y acceso a **métodos anticonceptivos** son esenciales en la prevención de embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual (ITS). La educación sexual integral debe abordarse desde una perspectiva informada y sin prejuicios, empoderando a los adolescentes para tomar decisiones responsables sobre su salud reproductiva.

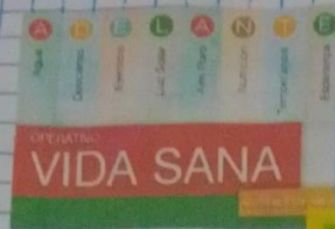
Por último, la **salud bucal** es a menudo pasada por alto, pero tiene un impacto significativo en la calidad de vida. La adolescencia es un momento crucial para establecer hábitos de higiene oral, prevenir enfermedades como la caries y mantener una dentadura saludable.

La atención integral del adolescente debe considerar todos estos aspectos, fomentando un enfoque multidisciplinario que promueva su bienestar físico, mental social y espiritual. Este enfoque es esencial para garantizar una transición saludable hacia la adultez y prevenir riesgos futuros.





SALUD DEL ADOLESCENTE



La salud en el adolescente es una etapa crucial en el desarrollo físico, mental, social y emocional, ya que se trata de un período con cambios significativos que afectan todas las dimensiones de la vida. Se debe promover una buena salud en esta etapa, ya que es esencial para establecer bases sólidas para la vida adulta.

Aspectos clave de la Salud en el Adolescente.

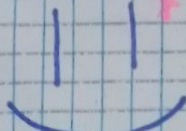
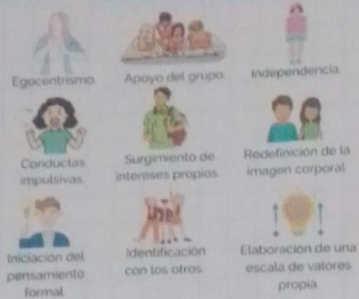
- 1- Salud física:**
 - Nutrición adecuada
 - Actividad física
 - Sexualidad
 - Vacunación (uph, Meningitis, etc.)
- 2- Salud mental:**
 - Autonomía Emocional (Inteligencia emocional)
 - Prevención de Trastornos Mentales
 - Redes de apoyo (familia, amigos, etc.)
- 3- Prevención de conductas de riesgo:**
 - Consumo de sustancias (abstinencia sobre los riesgos)
 - Comportamientos sexuales de riesgo (prevención de ETS, ITS, embarazos)
 - Accidentes y lesiones (uso del cinturón de Seguridad)
- 4- Desarrollo Social:**
 - Habilidades sociales (establecer relaciones saludables)
 - Identidad (definición de metas, valores, roles personales y sociales)
- 5- Educación en Salud:**
 - Acceder información confiable
 - Asistir a chequeos preventivos o visitas al médico.
 - Contar con factores claves de apoyo:
 - Familia
 - Escuela
 - Sociedad



A D E L A N T E

MEDIO SOCIAL

CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DE UN ADOLESCENTE



Si hay una etapa de la vida, donde el entorno es determinante, esta es sin duda la adolescencia.

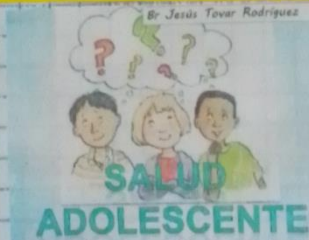
Durante la infancia, se crea el vínculo con la/s personas de referencia, asentándose las bases de la personalidad y adquiriendo las herramientas para desenvolverse posteriormente.

Al llegar la adolescencia se produce la necesaria "separación" del núcleo familiar. En este momento la opinión y la aceptación, dentro del grupo de iguales, cobra importancia. De estas relaciones dependerá en gran medida, la auto percepción, del adolescente, y la forma de relacionarse.

Para los adolescentes y jóvenes, la escuela y la Universidad son las instituciones donde el conocimiento impartido se valora por encima de otros ámbitos (como la familia, las redes, los amigos o el internet).

La educación equipará a todos los estudiantes, dándoles una formación para enfrentarse posteriormente al mercado laboral.

Actualmente, nos encontramos ante la generación de los medios digitales, nacieron inmersos en las Tecnologías de la Información y la comunicación (TICs), la accesibilidad a multitud de contenidos inmersos, la inmediatez, las relaciones a través de los juegos en línea y los demás factores influyen significativamente en el adolescente.



ENFERMEDADES EMOCIONALES

Salud Mental

50% de las personas padecen de depresión en algún momento de su vida.

14 años de edad cuando se manifiesta por primera vez.

Las personas con depresión tienen un **50% más** de riesgo de suicidio.

1 de cada 10 personas sufre de depresión.

800,000 personas mueren por suicidio al año.

El suicidio es la **segunda** causa de muerte en adolescentes de 14 a 29 años.

FÍSICO **MENTAL** **SOCIAL**

Anxiedad **Depresión**

Consumo de sustancias y adicciones **Trastornos alimentarios** **Trastorno de estrés posttraumático**

Las enfermedades emocionales más comunes en la adolescencia incluyen:

- 1- Depresión
- 2- Ansiedad.
- 3- Trastornos de la conducta alimentaria (Anorexia, Bulimia, Trastorno por atracón).
- 4- Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).
- 5- Trastornos de Estrés posttraumático (TEPT).

El reconocimiento temprano y el acceso al tratamiento (psicoterapia, terapia familiar e intervenciones psiquiátricas) son esenciales para manejar estas condiciones y prevenir complicaciones en la adultez.

TRASTORNOS DEL ADOLESCENTE



Los trastornos son alteraciones que afectan al funcionamiento del cuerpo, el estado de ánimo, el pensamiento, el comportamiento y en ocasiones produce signos y síntomas específicos.

Es crucial buscar apoyo profesional para mejorar el pronóstico de vida.



→ Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC): (Pensamientos y comportamientos)

→ Trastornos relacionados con un trauma: TEPT, Trastorno de Estrés Posttraumático.

→ Trastorno de Identidad: crisis de identidad, dudas sobre sí y su orientación sexual, identidad de género.

→ Trastorno por abuso de sustancias: alcohol, tabaco, drogas o medicamentos

→ Trastornos del comportamiento o la conducta: comportamientos agresivos, Trastornos del desafío o Trastornos negativista de desafío (TND).

→ Trastornos de Neurodesarrollo: TDAH (Trastorno por déficit de atención e hiperactividad), TEA (Trastorno del Espectro Autista)

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



¿CÓMO SE PUEDEN APLICAR MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS EN VÍNCULO DE LA VIDA?

De todos los métodos de control de la natalidad, el más utilizado es el método de la barrera.

LA BARRERA

- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.

MÉTODOS DE BARRERA

- Condón masculino y femenino.
- Diafragma.
- Capuchón cervical.
- Espermicidas.
- Anillo vaginal.

VENTAJAS Y DESVENTAJAS

VENTAJAS:

- No requiere receta médica.
- No requiere intervención quirúrgica.
- No requiere intervención quirúrgica.
- No requiere intervención quirúrgica.

DESVENTAJAS:

- Requiere de un uso correcto.
- No protege contra las ETS.
- No protege contra las ETS.
- No protege contra las ETS.

CONDOMINIO

- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.

DIAPHRAGMA

- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.

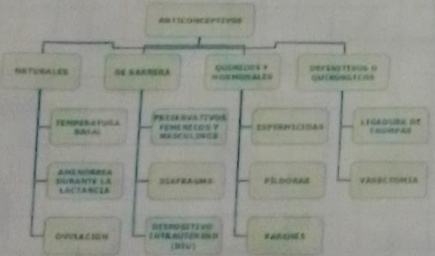
ESPERMICIDAS

- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.

ANILLO VAGINAL

- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.
- Evita el contacto físico entre el semen y la vagina.

TIPOS DE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



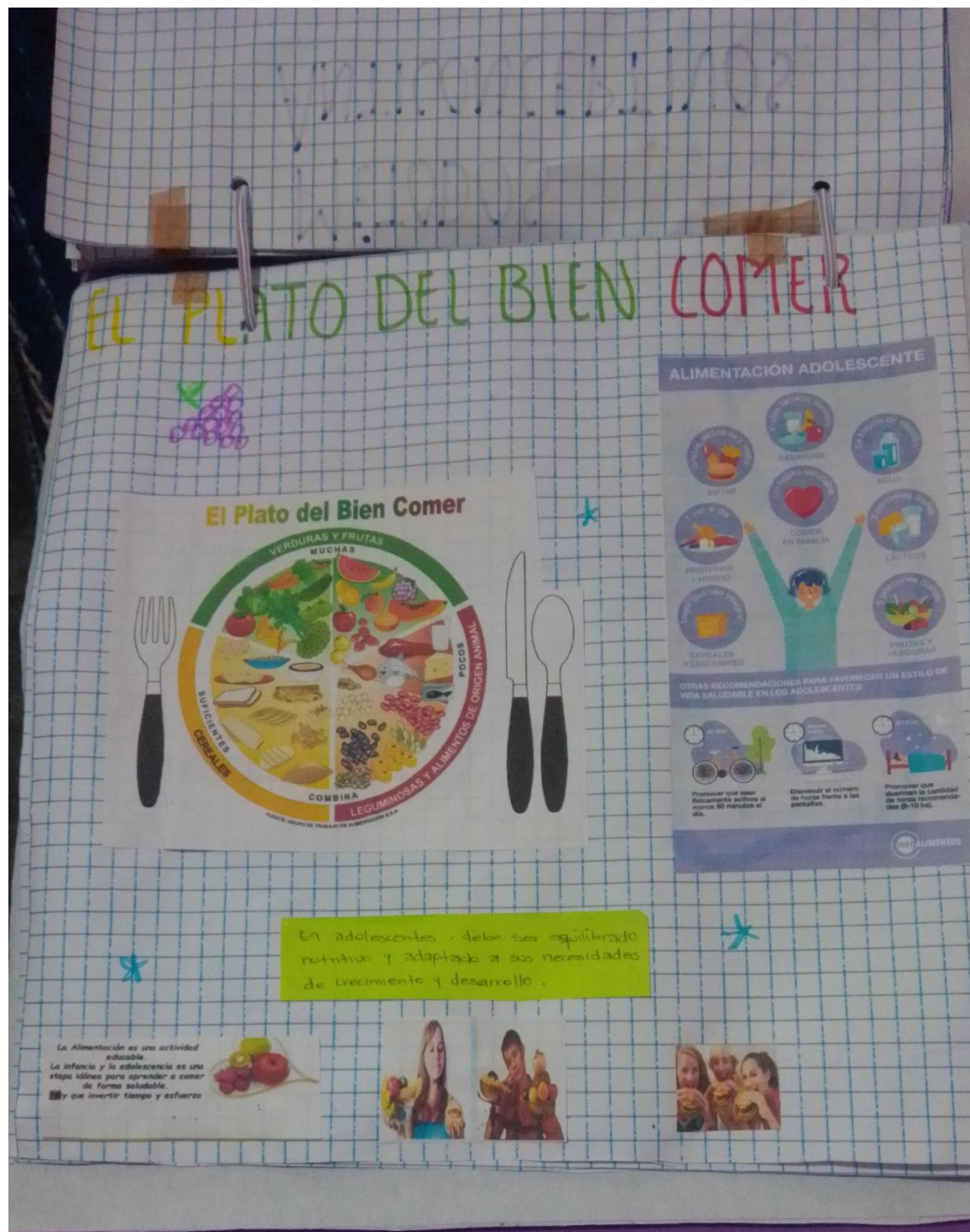
métodos anticonceptivos

¿cuáles son?

- métodos de barrera:** Evitan el contacto físico entre el semen y la vagina.
- métodos hormonales:** Evitan la ovulación o el embarazo.
- métodos químicos:** Evitan la fertilización del óvulo.
- métodos intrauterinos:** Evitan la implantación del embrión.
- métodos quirúrgicos:** Evitan la fecundación del óvulo.

correcto uso del condón





FOMENTAR EL EJERCICIO

El fomento del ejercicio en adolescentes es fundamental para promover una vida saludable, prevenir enfermedades y desarrollar habilidades físicas y sociales.



- 1- Educar sobre los beneficios del ejercicio.
- 2- Incorporar actividades divertidas.
- 3- Establecer metas realistas.
- 4- Fomentar la participación social.
- 5- Crear rutinas consistentes.
- 6- Limitar el tiempo frente a pantallas.
- 7- Modular comportamientos saludables.
- 8- Apoyar a la diversidad de actividades.
- 9- Fomentar una actitud positiva hacia el ejercicio.

SALUD DENTAL

Salud Bucal en Adolescentes

- 1. Cepílate 2 veces al día con pasta de dientes con flúor.
- 2. Usa hilo dental para limpiar los espacios entre los dientes y evitar la placa.
- 3. Limita el consumo de bebidas azucaradas y especialmente las bebidas procesadas.
- 4. Sigue el plan de higiene bucal que te enseñaron en la escuela.
- 5. Visita a tu dentista regularmente para que revise tus dientes y limpie tus dientes profesionalmente.
- 6. Usa un cepillo de dientes suave y evita el consumo de bebidas azucaradas.
- 7. Haz tiempo para las actividades recreativas, como deportes acuáticos, como protección de cabeza de tu cuerpo todo el tiempo.
- 8. Evita fumar, beber alcohol y consumir drogas ilegales.

¿Qué problemas puede causar la salud dental?

- DEBILIDADES CERALES
- CANCER DE BOCAL
- APNEA DEL SUEÑO
- ENFERMEDADES DEL CORAZÓN
- DIABETES
- ENFERMEDADES DEL SISTEMA INMUNOLÓGICO
- CARIES DENTALES
- MAXILAR SUPERIOR
- MAXILAR INFERIOR
- PERIODONTOPATÍA

La salud dental en los adolescentes es crucial para el desarrollo de una sonrisa y Salud Oral sana, y para la prevención de problemas dentales a largo plazo. Durante la adolescencia se experimentan cambios significativos en la salud bucal, debido a factores como el crecimiento, la pubertad, la dieta y los hábitos de higiene.

Bibliografía

[2cf0e97f5ddbc3db3b191822ce3a843a-LC-LEN703 ENFERMERIA EN EL CUIDADO DEL NIÑO Y EL ADOLESCENTE.pdf](#)