

ENSAYO SOBRE

**Riesgos y  
oportunidades  
durante la  
adolescencia**

Este ensayo analiza las conductas de riesgo en la adolescencia, explorando sus causas, consecuencias e implicaciones para la salud física y mental de los jóvenes.

Se examinarán diferentes factores que contribuyen a estas conductas, incluyendo los trastornos alimenticios, destacando la importancia de la intervención temprana y la creación de entornos de apoyo para los adolescentes.

# INTRUDUCCION

La adolescencia, un período de transición crucial en el desarrollo humano, se caracteriza por cambios físicos, psicológicos y sociales significativos.

Esta etapa, marcada por la búsqueda de identidad y autonomía, también presenta un mayor riesgo de conductas potencialmente dañinas para la salud física y mental de los jóvenes.

El abuso de sustancias, la conducta sexual temprana, la violencia, el aislamiento social y los trastornos alimenticios son algunos ejemplos de estas conductas de riesgo, que pueden tener consecuencias devastadoras a largo plazo.

Este ensayo explorará las causas y consecuencias de estas conductas, así como las estrategias de prevención e intervención.

# La Adolescencia como Período Crítico:

La adolescencia es un período de experimentación y búsqueda de identidad, donde los jóvenes se enfrentan a nuevos desafíos y presiones. La mayor autonomía e independencia de los adultos y el entorno familiar pueden llevar a la adopción de conductas de riesgo, entendidas como aquellas que son potencialmente dañinas para la salud física y mental. El consumo de drogas, el alcoholismo, la conducta sexual de riesgo y el aislamiento social son ejemplos de estas conductas, que pueden tener consecuencias graves a corto y largo plazo. Factores individuales, como un temperamento irritable o un déficit de atención, y factores familiares, como el descuido o el distanciamiento emocional, pueden predisponer a los adolescentes a estas conductas. Como señala el Dr. Ramón Florenzano, el consumo de drogas aumenta la posibilidad de problemas de salud mental, como la angustia, la depresión o la psicosis. La comunicación abierta y el contacto constante con los hijos, incluso a distancia, son cruciales para prevenir estas conductas. Es importante transmitir interés genuino por el bienestar del adolescente sin invadir su privacidad.

# Indicadores de Riesgo y sus Factores:

La identificación de indicadores de riesgo es crucial para la prevención e intervención temprana. Estos indicadores incluyen la prevalencia del tabaquismo y el alcoholismo, la morbilidad por accidentes laborales y de tránsito, los intentos suicidas, las tasas de aborto y embarazo en menores de 20 años, y la tasa de mortalidad general y por accidentes y suicidio. Las lesiones no intencionales constituyen una causa frecuente de morbilidad y mortalidad en la adolescencia. Gómez de Giraudo destaca la influencia de factores personales, como la historia personal, los mecanismos de defensa y la capacidad de afrontamiento, así como factores contextuales, como las redes de apoyo y la capacidad de procesar información de manera coherente. La interacción de estos factores determina la manera en que cada adolescente enfrenta los riesgos. El egocentrismo propio de la adolescencia puede llevar a una percepción distorsionada del riesgo, donde los adolescentes no se perciben expuestos a las consecuencias de sus acciones.

# **Conducta Antisocial y Violencia: La Búsqueda del Poder y el Amor:**

La conducta antisocial y la violencia en la adolescencia son problemas crecientes. En México, el tema ha cobrado relevancia en los últimos años, generando una respuesta social ambivalente, que oscila entre la negación, el rechazo y la asistencia. La conducta antisocial a menudo refleja un malestar social más profundo, relacionado con la desigualdad económica, la desintegración familiar, la influencia de los medios de comunicación, la corrupción y la cultura de la violencia. Para algunos adolescentes, la violencia puede ser una forma de buscar poder y reconocimiento, una manera de compensar la falta de afecto y la sensación de desamparo. La búsqueda de amor se manifiesta a través de un poder destructivo, una identificación con el perseguidor que les proporciona una valoración social. Estos adolescentes, inmersos en un ambiente hostil, desarrollan habilidades de astucia y manipulación, actuando impulsivamente sin considerar las consecuencias a largo plazo. La falta de figuras positivas en su entorno puede llevarlos a adoptar modelos violentos como forma de obtener reconocimiento.

# Trastornos de la Alimentación: Más Allá de la Anorexia y la Bulimia:

Los trastornos de la alimentación (TCA) son un problema serio que afecta a muchos adolescentes. Si bien la anorexia y la bulimia son los más conocidos, existen otros trastornos, como la ortorexia y la vigorexia, que también representan comportamientos anómalos e insanos. Estos trastornos a menudo se originan en una preocupación excesiva por el peso y la imagen corporal, pero representan un intento de lidiar con emociones y sentimientos difíciles. La dieta, los atracones y la purgación se convierten en mecanismos de control para enfrentar situaciones que se perciben como insoportables. Factores psicológicos (baja autoestima, falta de control), interpersonales (problemas familiares, dificultades para expresar emociones), sociales (presión cultural por la delgadez) y biológicos (desequilibrios neuroquímicos) contribuyen al desarrollo de estos trastornos. La intervención temprana es crucial, requiriendo un equipo multidisciplinario y un enfoque integral que aborde tanto los aspectos físicos como los emocionales.

# **Consumo de Sustancias: Una Epidemia Creciente:**

El consumo de drogas en la adolescencia es un problema preocupante, con un aumento significativo en los últimos años. La Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT) 2016-2017 revela un incremento alarmante en el consumo de sustancias en todas las edades, con cifras particularmente preocupantes en las mujeres. La falta de atención a las necesidades y derechos de los adolescentes, así como la ausencia de políticas públicas efectivas, contribuyen a este problema. La marihuana, la cocaína y los inhalables son las drogas más consumidas, con consecuencias negativas para la salud física y mental de los jóvenes.



# El Rol de la Familia y la Tecnología:

La familia juega un papel fundamental en la prevención de conductas de riesgo en la adolescencia. Un entorno familiar de apoyo, con una comunicación abierta y una crianza consistente, puede ayudar a los jóvenes a afrontar los desafíos de esta etapa. Sin embargo, el uso inadecuado de las nuevas tecnologías puede exacerbar las conductas de riesgo. El acceso ilimitado a internet, las redes sociales y los videojuegos puede contribuir al aislamiento social, la adicción a las pantallas y la exposición a contenido inapropiado. Es crucial que las familias establezcan límites claros en el uso de la tecnología, promuevan actividades saludables y enseñen a sus hijos a usar internet de manera responsable.

# Conclusión

Las conductas de riesgo en la adolescencia son un problema complejo con múltiples causas y consecuencias. La prevención e intervención requieren un enfoque multidimensional que involucre a la familia, la escuela, la comunidad y las instituciones de salud. Es fundamental promover entornos de apoyo, fomentar la comunicación abierta entre padres e hijos, y brindar acceso a recursos y servicios que ayuden a los adolescentes a enfrentar los desafíos de esta etapa crucial de la vida. La comprensión de los factores individuales, familiares y sociales que contribuyen a estas conductas es esencial para desarrollar estrategias efectivas de prevención y promover el bienestar de los jóvenes.



Comitán de Domínguez Chiapas

**MATERIA: Adolescencia**

**TEMA: Ensayo**

**GRADO: 5**

**GRUPO: A**

**NOMBRE DEL ALUMN(@): Janeth Del Rocío García  
García**

**PROFESORA: Guadalupe de Lourdes Abarca  
Figueroa**