



DOCENTE: Guadalupe de Lourdes Abarca Figueroa

ALUMNA: Nancy Carolina Montoya Hernández

CARRERA: Psicología

MATERIA: Adolescencia

TEMA: Ensayo de la IV unidad

FECHA DE ENTREGA: 18/02/2025

BIBLIOGRAFÍA: antología U.D.S, adolescencia/ edición 2024 cuarta unidad pag. 97-134.

UN VIAJE DE AUTODESCUBRIMIENTO Y DESAFÍOS

La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo humano, caracterizada por cambios físicos, emocionales y sociales. En la actualidad, los adolescentes se encuentran inmersos en un mundo digital y de sustancias nocivas que son dañinas para su salud, tanto física como emocional; La tecnología ha transformado la forma en que los jóvenes se comunican, aprenden y se relacionan, lo que plantea la necesidad de comprender cómo estos cambios impactan su bienestar y desarrollo.

El consumo de alcohol y las sustancias dañinas entre los jóvenes es un tema preocupante que ha captado la atención de padres, educadores y profesionales de la salud. A medida que los adolescentes exploran su identidad y buscan pertenecer un grupo social, muchos se ven atraídos por el uso de sustancias como el alcohol, la marihuana, la nicotina y todos aquellos consumos ilícitos; Sin embargo, este comportamiento puede tener consecuencias negativas para su salud física, mental y social. En este ensayo, se abordarán los principales riesgos asociados al consumo de actividades anormales en los jóvenes.

Uno de los riesgos más significativos del consumo de alcohol en la adolescencia es su impacto en el desarrollo cerebral. Consumir sustancias nocivas por más insignificantes que sean a una edad muy temprana puede llegar a causar daños severos en la maduración del individuo, independientemente que destruye a su familia por el hecho de pertenece o recibir la aceptación de un grupo social que lo lleva a adaptarse a esas actividades; El consumo de alcohol puede afectar las áreas relacionadas con la memoria, el aprendizaje y el control de impulsos. Estudios han demostrado que los adolescentes que consumen alcohol pueden experimentar dificultades cognitivas a largo plazo, lo que puede repercutir en su rendimiento académico y en su capacidad para

tomar decisiones formales, y no tener un futuro prometedor de sus bienestar.

En esta etapa en la que el adolescente se encuentra trascendiendo por el momento es necesario recibir ayuda y apoyo emocional por parte del núcleo familiar, hacerles sentir y decirles lo importante que son en nuestras vidas, que estamos ahí para apoyarlos siempre, sin embargo, estas sustancias están estrechamente relacionadas con problemas de la salud mental.

Los jóvenes que beben tienen un mayor riesgo de desarrollar trastornos como la depresión y la ansiedad. El alcohol actúa como un depresor del sistema nervioso central, lo que puede agravar problemas emocionales existentes o contribuir a su aparición.

El consumo de alcohol también está asociado con comportamientos arriesgados. Los jóvenes bajo la influencia del alcohol son más propensos a participar en actividades peligrosas, como conducir ebrio, tener relaciones sexuales sin protección o involucrarse en actos violentos. Estas conductas no solo ponen en riesgo su propia seguridad, sino también la de quienes les rodean.

La conducta antisocial y violenta en los adolescentes es un fenómeno complejo que puede ser desencadenado por una variedad de factores, por ejemplo, Violencia en el hogar los adolescentes que crecen en entornos disfuncionales donde hay violencia, abuso o negligencia pueden aprender a resolver conflictos mediante la agresión ya que en algunas comunidades, ciertas formas de violencia pueden ser normalizadas o incluso valoradas, lo que puede influir en el comportamiento juvenil.

En otros casos la usencia de una figura de autoridad activa o la falta de límites claros puede permitir que los jóvenes adopten comportamientos

problemáticos; como anterior mente se mencionaba los jóvenes están en una constante búsqueda de identidad donde suelen adaptar comportamientos que en casa están prohibidos.

Los trastornos de alimentación son factores complejos que afectan a personas de todas las edades y géneros, aunque a menudo se asocian con mujeres, los hombres también son vulnerables a estos trastornos, especialmente durante la adolescencia, una etapa crítica del desarrollo humano; por ende uno de los principales factores que influyen en la aparición de trastornos alimenticios es la presión sociocultural.

Los medios de comunicación y las redes sociales juegan un papel crucial en esta aparición, ya que a menudo presentan imágenes retocadas y poco realistas de la figura femenina y masculina vendiéndose las ideas que esa es la forma que debe tener un cuerpo perfecto para ser aceptado en las sociedad. Esta constante exposición puede llevar a los adolescentes a desarrollar una insatisfacción con su propio cuerpo, lo que aumenta el riesgo de adoptar comportamientos alimentarios poco saludables.

La presión de grupos puede llevar a los jóvenes a compararse con sus pares, o figuras públicas y a sentir la necesidad de encajar en ciertos estándares estéticos. Las redes sociales han amplificado este fenómeno.

Los factores psicológicos son otro componente crítico en el desarrollo de trastornos alimenticios. Muchos adolescentes enfrentan problemas emocionales como ansiedad, depresión o baja autoestima, que pueden manifestarse a través de comportamientos alimentarios desordenados. La comida puede convertirse en una forma de controlar emociones difíciles o situaciones estresantes. Por ejemplo, algunos jóvenes pueden recurrir al atracón como una forma de lidiar con el estrés o la tristeza.

La perfección también juega un papel importante; muchos adolescentes sienten una presión interna para ser perfectos en todos los aspectos de sus vidas, incluyendo su apariencia física más que nada. Esta búsqueda inalcanzable puede llevarlos a desarrollar hábitos alimentarios extremos como una forma de intentar alcanzar ese ideal.

La aceptación social no solo proporciona un sentido de pertenencia, sino que también contribuye al desarrollo de una autoestima saludable. Cuando los adolescentes se sienten valorados por quienes son, independientemente de su apariencia física, es menos probable que busquen validación a través de conductas destructivas, por ejemplo, a través de sustancias tóxicas.

Promover relaciones positivas y un ambiente de apoyo puede ayudar a los jóvenes a construir una imagen corporal positiva y a desarrollar habilidades para enfrentar las adversidades.

Por lo tanto, es muy importante que tanto padres como educadores trabajen juntos para crear valores que los jóvenes recuerden a lo largo de sus vidas, guiándolos hacia un mejor futuro llenos de espacios seguros donde los adolescentes puedan expresarse libremente y sentirse aceptados. Lo más importante es tener una alta autoestima y la aceptación en grupos sociales ya que son pilares esenciales para el desarrollo integral de los adolescentes, permitiéndoles navegar por esta etapa crítica con confianza y apoyo.