

Los sustos de la adolescencia

26/04/2023



Novedad. Mari Cruz Pérez Icardo, veterinaria de profesión y escritora de vocación, ha creado el breve relato sonoro que acompaña a este artículo.

Hay momentos clave en la vida del adolescente:

Biológicos

Con la “explosión” hormonal la vida del niño/a va a encaminarse hacia la adolescencia, donde se van a producir los mayores cambios de su vida:

- Físicos. -Su cuerpo crecerá hasta los 20 años. En algunos casos casi duplicarán su peso y estatura.

- Psicológicos/Neurológicos. - Comienza una maduración neuronal que no acabará hasta los 25 años.

- Relacionales. – Se iniciará con un distanciamiento de los padres y un acercamiento a sus iguales.

Educacionales

- Cuando pasan de primaria a secundaria (ESO), si además hay un cambio de centro escolar, la situación puede ser estresante.

Tecnológicos

- Cuando se les regala su primer móvil. Además de descubrir mil formas de entretenerse, también se encuentran con la otra cara de la moneda: acoso (bullying), sexting, grooming, porno, etc.

Familiares

- Separación o Divorcio de los padres.

Durante muchos meses ellos han visto y oído insultos, descalificaciones y hasta agresiones, llegando en

ocasiones a convertirse, ellos mismos, en "armas arrojadizas" en la guerra de sus progenitores.

La suma de la vulnerabilidad biológica, más alguno de los otros estresores, puede ser el detonante de una crisis, desbordando al menor que no sabe qué hacer, dónde ir o a quien pedir ayuda.

Si en ese momento no hay alguien cercano con quien pueda compartir, puede comenzar la búsqueda de consuelo en las adicciones (alcohol, porros, tecnologías, etc.), pues son una forma barata de "automedicarse" para evadirse durante unas horas y también una forma de socializar con otros en la misma situación.

Por eso es tan importante trabajar desde la tribu (Familia, Maestros, Sanitarios, Policía, Guardia Civil), pues tan pronto aparezca una sospecha hay que ponerse en marcha para evitar que vaya a más.

"Los adolescentes son más fuertes de lo que pensamos, pero más vulnerables de lo que nos quieren hacer creer".

Este artículo también lo podéis encontrar en el blog <http://www.adiccionesadolescentes.es>

Mi próximo artículo se titulará:

Violación y tecnologías

Thanks to the translation made by Francisco and Sara Cremades (teachers), you can read this article in English:

The scares of adolescence

- There are key moments in the life of the adolescent:

Biological

With the hormonal «explosion» the child's life will be heading towards adolescence, where the biggest changes in his/her life will take place:

- -Their body will grow until they are 20. In some cases they will almost double their weight and height.

– Psychological/Neurological. – A neuronal maturation

begins. It will not end until the age of 25.

– Relational. – It will begin with a distancing from parents and an approach to peers.

Educational

– When they move from primary to secondary education, if there is also a change of school, the situation can be stressful.

Technological

– When they are given their first cell phone. In addition to discovering a thousand ways of entertainment, they also encounter the other side of the coin: bullying, sexting, grooming, porn, etc.

Family

– Separation or divorce of parents.

- For many months they have been putting up with insults, disqualifications and even aggressions, sometimes even becoming themselves «throwing weapons» in the war of their parents.
- The sum of biological vulnerability, plus some of the other stressors, can be the trigger of a crisis, overwhelming the child who does not know what to do, where to go or who to ask for help.
- If at that moment there is no one close to them with whom they can share, they may end up seeking solace in addictions (alcohol, joints, technology, etc.), as they are a cheap way of «self-medicating» to escape for a few hours and also a way to socialize with others in the same situation.

That is why it is so important to work from the tribe (Family, Teachers, Health, Police, Civil Guard), because as soon as a suspicion appears, it is necessary to start working to prevent it from going further.

"Teenagers are stronger than we think, but more vulnerable than they intend to make us believe".

My next article will be titled:

- **Rape and technologies** –