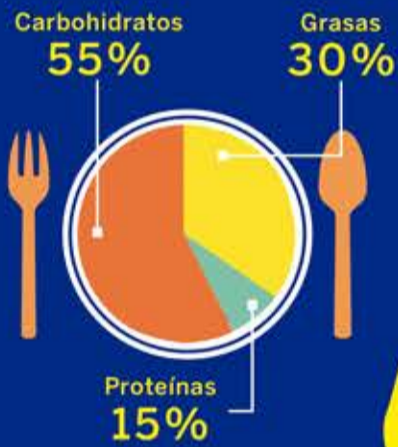


¿De qué se enferman los adolescentes?

Entre los 10 y los 19 años una persona vive la adolescencia, etapa del desarrollo que lo transformará en adulto. Los cambios que experimenta su cuerpo lo hacen más vulnerable a padecer algunas enfermedades.

Nutrición deficiente

- Es una etapa de cambios en el tamaño y la composición de la masa corporal. Se termina el crecimiento y se alcanza la talla definitiva.
- En el caso de los hombres, se produce un incremento de la masa magra, mientras que en las mujeres, además de ganar masa, los adipositos se configuran para preparar el cuerpo para la maternidad.
- En esta etapa, un reto importante es desarrollar buenos hábitos de alimentación y de actividad física. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), 80% de los adolescentes a nivel mundial tiene una actividad física insuficiente. Además, son vulnerables a problemas de la imagen corporal o trastornos alimentarios.
- Lo recomendado es que su dieta



Acné y otros problemas de la piel

En el organismo se presentan diversos cambios hormonales; algunos de los que se expresan a nivel cutáneo son acné y dermatitis seborréica, así como caída de cabello, sobre todo en varones. También en ambos sexos se puede presentar hiperhidrosis, que es una sudoración excesiva, ya sea en las manos o las axilas. Estos problemas producen incomodidad y preocupación en el adolescente.



Comportamientos poco saludables

En el cerebro de los adolescentes las regiones de búsqueda de recompensa (sistema límbico) se desarrollan antes que las regiones de planeación y control emocional (corteza prefrontal). Esto explica por qué son más propensos a tener reacciones impulsivas que respuestas racionales; además, son proclives a tomar riesgos sin pensar en las consecuencias. Son más vulnerables a tener conductas de riesgo como uso de tabaco, dietas poco saludables, inactividad física, así como uso de alcohol y otras drogas.

Depresión y ansiedad

Los adolescentes se ven impulsados a ser más independientes emocionalmente de sus padres, a comprender las normas sociales de la sexualidad, a determinar qué quieren hacer el resto de su vida, así como a conocerse y aceptarse a sí mismos. Todo esto les genera estrés, ansiedad y, en algunos casos, depresión, considerada la tercera causa de discapacidad y enfermedad entre los adolescentes.



Esquizofrenia

De acuerdo con la OMS, la mitad de las personas que presentan desórdenes mentales experimentan sus primeros síntomas durante la adolescencia. Es el caso de la esquizofrenia, uno de los trastornos más severos. Cuando aparece durante esta etapa, diversas alteraciones hormonales propias de ese momento de la vida actúan como detonante para la presencia de brotes psicóticos.



Tu opinión es importante para superar los retos de salud que enfrenta México con ayuda de la ciencia y la tecnología. Te invitamos a participar en un ejercicio de comunicación de la ciencia: www.agendaiberoamericana.org/mexico

Busca más información sobre éste y otros temas de ciencia en www.ciencia.unam.mx

No despegues este cartel, si deseas uno llámanos en la CDMX al 56 22 73 03. Escríbenos a cienciaunam@unam.mx
Texto: Naix'telli Castillo; diseño: Beatriz G. de Velasco; Fotografías: Arturo Orta

Fuentes: Dr. Omar Pérez Cruz / Departamento de Embriología, Facultad de Medicina UNAM / Organización Mundial de la Salud