



ADOLESCENCIA
ENTIENDE A TUS HIJOS

Adolescencia

¿Eres un padre que intenta entender mejor a su hijo/a adolescente? ¿O tal vez un/a adolescente que le gustaría saber más sobre sí mismo/a y todos esos cambios que le estás sucediendo? Adolecencia.com.mx es tu web. Aprovéchala!

Descubre nuestros artículos, guías y nítrete de los consejos que te damos para hacer esta etapa más comprensible y enriquecedora.

¿Qué significa adolescencia?

La palabra adolescencia significa crecer o nutrir (del latín adolescentia, derivado del verbo adolescere, crecer, de alere, 'nutrir'). La definición de adolescencia podría completarse con "última etapa de desarrollo infante, entre la infancia y la edad adulta, que se caracteriza por una serie de cambios corporales, neuro-endocrino y psicológicos, que acompañan y siguen a la pubertad.

¿Qué es la adolescencia?

La adolescencia es un periodo de desarrollo tanto física como mental que representa la transición de la niñez a la edad adulta.

La adolescencia según la OMS (Organización Mundial de la Salud) define al "adolescente" como aquella persona cuya edad está comprendida entre los 10 y 19 años.

La edad de la adolescencia son los años de la auto-experimentación, de la incertidumbre básica, durante los cuales no siempre está claro quién eres, qué quieres, qué te gusta, en qué crees y, sobre todo, cuál es tu objetivo.

Los criterios para definir la adolescencia han variado a lo largo de la historia.

El inicio de la adolescencia suele estar marcado por los cambios biológicos desencadenados por los cambios hormonales de la pubertad, y su duración en términos sociales está relacionada con el grado de dependencia económica con sus progenitores.



ADOLESCENCIA

ENTIENDE A TUS HIJOS

Cambios en la adolescencia

Los tipos de cambios en la adolescencia son continuos y forman en el cuerpo un coctel de hormonas y emociones que conllevan diferentes maneras de comportarse tanto afectiva como socialmente. Los cambios y característica de la adolescencia aúnan diversas vertientes y aquí en adolescencia.com.mx tratamos todas y cada uno de ellas:

Cambios físicos en la adolescencia

Caracteres sexuales primarios, secundarios y aumento de altura y fuerza. aparece bello púbico y axilar, acné, voz cambiante [Leer más...](#)

Cambios emocionales en la adolescencia

Emociones contradictorias y sentimiento de incomprensión. [Leer más...](#)

Cambios sociales en la adolescencia

Autonomía e independencia, amistad y grupos sociales. la familia pasa a un segundo plano para centrarse en la vida con sus amigos y compañeros, y el inicio de las relaciones románticas. [Leer más...](#)

Cambios psicológicos en la adolescencia

Definición de una nueva identidad y egocentrismo. Comienza a realizar nuevos razonamientos, capacidad de abstracción. [Leer más...](#)

Cambios afectivos en la adolescencia

Rebeldía, impulsividad cambios de humor. sensibilidad, incertidumbre, distanciamiento con la familia, pensamientos conflictivos. [Leer más...](#)



ADOLESCENCIA

ENTIENDE A TUS HIJOS

Etapas de la adolescencia

La adolescencia puede considerarse como un nuevo nacimiento, en el que el individuo se renueva completamente en apariencia y personalidad, con cambios muy rápidos que a menudo dificultan su comprensión. Sin embargo, las etapas de la adolescencia son un proceso necesario que hay que acoger con serenidad, apoyando a los jóvenes en su búsqueda de sí mismos.

Las etapas de la adolescencia se pueden separar en tres fases:

La adolescencia temprana

Físico: Ritmo de crecimiento puberal (aumento significativo de altura y peso).

Psicosexual: Libido platónico (enamoramiento de la infancia). Seguir leyendo...

Adolescencia media

Físico: Aumento continuo de la longitud y el peso del cuerpo. Formación de proporciones corporales propias del sexo. Desequilibrios corporales transitorios.

Psicosexual: Libido erótica (atracción erótica). Primera experiencia de relaciones sexuales. Seguir leyendo...

Adolescencia tardía

Físico: Alcanzar los límites del crecimiento y la madurez fisiológica.

Sexual: Alcanzar la madurez del sistema sexual y reproductivo.

Psicosexual: Libido sexual (atracción sexual y relaciones sexuales). Seguir leyendo...



ADOLESCENCIA

ENTIENDE A TUS HIJOS

Problemas en la adolescencia

¿Cuáles son las situaciones de riesgo en la adolescencia? situaciones de riesgo en la adolescencia ejemplos ¿Cómo prevenirlas? ¿Qué problemas de salud en la adolescencia suelen ser frecuentes? Si te preocupan estos temas por tener un hijo adolescente o por ser uno de ellos, quédate con nosotros te ayudaremos en tu búsqueda.

Aquí te dejamos un conjunto de los problemas en la adolescencia más destacables:

[Adicciones en la adolescencia](#)

[Bullying en la adolescencia](#)

[Ciberbullying en la adolescencia](#)

[Trastornos alimenticios en la adolescencia](#)

[Las redes sociales en la adolescencia](#)

[Autoestima en la adolescencia](#)

[Violencia intrafamiliar](#)

[Drogas en la adolescencia](#)

Las situaciones de riesgo en la adolescencia pueden detectarse a través de una serie de señales (no hablamos de diagnósticos sino de señales de estados de sufrimiento, cuyo significado y relevancia o no, debe evaluarse caso por caso) de las cuales enumeramos a continuación algunas de las más frecuentes:

Aquí te dejamos un conjunto de los problemas en la adolescencia más se suelen dar..



ADOLESCENCIA

ENTIENDE A TUS HIJOS

Sexualidad en la adolescencia

Se sienten preparados para mantener relaciones íntimas, pero están mal informados, muy confundidos y les sobrepasa la dimensión emocional.

Los adolescentes están empezando experimentar con la sexualidad a una edad cada vez más temprana y sin conciencia de los riesgos. Por esta razón es importante construir a su alrededor puntos de referencia que naturalicen este tema para ellos tan nuevo y controvertido.

Noviazgo en la adolescencia

Muchos padres entran en pánico cuando se dan cuenta de que sus hijos preadolescente ya tienen una relación romántica.

Las generaciones actuales son más precoces que las anteriores con respecto a los "compromisos" juveniles. Se presenta una realidad que les pillan de nuevas tanto a padres como a hijos ¿Qué hacer en estas situaciones? Seguir leyendo...

Salud sexual en la adolescencia

La salud sexual se define como: enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la probabilidad de tener vivencias sexuales seguras y satisfactorias, libres de discriminación, coercitivas, y relacionadas con actos violentos.

En lo que se refiere a la etapa de vida en la que se encuentra inmerso el adolescente, este está llamado a redefinir la relación con su cuerpo y a consolidar su identidad de género. Leer más...

Embarazo en la adolescencia

Aquí os presentamos una breve introducción sobre el embarazo en la adolescencia, causas, consecuencias, apoyo de la familia, riesgo, paternidad etc...

El embarazo en la adolescencia, o embarazo precoz, es el que se produce en el periodo comprendido entre la pubertad y la adultez.

Este periodo de la vida de la mujer es el de la transición entre la infancia y la edad adulta, una fase de considerables cambios físicos y psicológicos que coincide sustancialmente con la pubertad, en la que el cuerpo y la psique de la adolescente pueden no estar preparados para afrontar tal acontecimiento. Seguir leyendo



ADOLESCENCIA

ENTIENDE A TUS HIJOS

Consejos y relacionados

Aquí te dejamos un conjunto de artículos que tratan la adolescencia desde varias facetas, incluyendo un conjunto de consejos para poder comprender mejor a su hijo.

Consejos para padres

¿Cómo ayudar a tu hijo a tener autoestima? ¿Cuáles son las técnicas de diálogo para comunicarse con tu hijo adolescente? Tanto si eres padre como si eres profesor, sal de dudas ahora y descubre las 10 Consejos para padres básicos para mantener motivado a tu hijo y poder comunicarte con él de manera natural. [Seguir leyendo...](#)

Y añadimos un par de consejos adicionales para casos concretos:

Consejos para preadolescentes

Consejos para hijos rebeldes

Animales adolescentes

¿Monos corriendo por el bosque? Durante la adolescencia, probablemente incluso más a menudo de lo habitual. Además de para los humanos también para muchos animales la pubertad es una fase de la vida agotadora, emocionante y peligrosa. [Continua leyendo...](#)

Salud en la adolescencia

Desde 1990, el porcentaje de niños obesos en el mundo se ha duplicado y los casos de anemia han aumentado un 20%. En muchos países del mundo, las mujeres se casan antes de los 18 años y quedan apartadas de la sociedad. The Lancet ofrece una instantánea de la salud mundial de los jóvenes en la actualidad. [Seguir leyendo...](#)

Historia de la adolescencia

Desde Grecia hasta la actualidad. [Seguir leyendo...](#)

Covid 19 y adolescencia

Puede parecer que los niños y los jóvenes corren menos peligro de sufrir indicios graves de coronavirus, sin embargo, la enfermedad pandémica ha alterado de manera significativa sus vidas de otros aspectos. [Seguir leyendo...](#)