

La Conducta y la Salud Mental

Los riesgos del comportamiento adolescente atraen consecuencias negativas, pero se pueden prevenir. Para los adolescentes, los problemas de salud más graves no son causados por enfermedades sino por sus comportamientos, experiencias y sentimientos.

¿Cómo le ayuda el proveedor médico a que su adolescente se mantenga sano?

Es importante que su adolescente tenga tiempo a solas con su proveedor médico. Durante esa cita, hablaran sobre diferentes áreas de sus vidas y les ayudaran a identificar las acciones que tienen riesgo.

La Seguridad

Las causa de muerte para 3 de cada 4 adolescentes es debido a los riesgos que toman. Es más probable que los adolescentes participen en actividades riesgosas y se les debe enseñar a tomar precauciones. Las estrategias incluyen usar siempre el cinturón de seguridad en los automóviles y siempre usar un casco cuando participen en deportes o actividades afuera. El proveedor médico de su adolescente también analiza las posibilidades de que su hijo esté en riesgo de intimidación y seguridad por la internet. Otras áreas que requieren atención del proveedor son los noviazgos, la violencia, las armas de fuego, el sexo y la seguridad en el agua como en ríos, lagos y albercas.

Salud Mental

La genética, el medio ambiente y el estilo de vida afectan el desarrollo de salud mental. La mitad de todas las enfermedades mentales crónicas comienzan a los 14 años. Estadísticas muestran que casi la mitad de las personas que mueren por suicidio tenían una condición de salud mental. Es importante evaluar las condiciones de salud mental durante los años de la adolescencia. Los problemas que se examinan comúnmente son:

- Ansiedad
- Depresión
- Pensamientos de suicidio
- Intento de suicidio

Si esta preocupado por su adolescente y el suicidio llame a la Línea Nacional: 1-800-273-8255

Uso de sustancias

El alcohol, el tabaco y la marihuana son las drogas que más abusan los adolescentes. Al llegar a el grado 12, aproximadamente dos de cada tres estudiantes han probado el alcohol. El uso de sustancias por parte de los adolescentes puede tener un gran impacto en su salud y bienestar. Estadísticas muestran que mientras más pronto se comience el uso de drogas, es más probable que se convierta en un problema grave. Durante la visita individual con el proveedor médico, los adolescentes son evaluados para lo siguiente:

- Uso indebido de medicamentos recetados
- Consumo de marihuana
- Fumar cigarras y cigarrillos electrónicos
- Uso de alcohol
- Drogas ilegales

Otras áreas de discusión:

- Trauma
- Grupo de apoyo
- Malas relaciones
- Metas para el futuro