



## La adolescencia es una de las etapas de mayor riesgo debido a su máxima excitabilidad y su inmadurez cognitiva

En el ámbito de la política se toman bastantes medidas legales relacionadas con la autonomía de los adolescentes. Un ejemplo lo tenemos en el hecho de que un adolescente, hasta hace escasos años, a la edad de 13 años podía dar libremente el consentimiento para mantener relaciones sexuales con adultos. Estas medidas fueron tomadas sin considerar los aportes de la psicología evolutiva, igual que tampoco se han tenido en cuenta a la hora de establecerla en 16 años, aunque sea una edad más en consonancia con los aportes de la ciencia. Pero veamos en qué se sustenta esta apreciación.

### Identidad y maduración cognitivo-emocional

Como vimos en el post anterior, para pasar de una **identidad difusa a la cristalizada** es necesario el concurso de **factores sociales, familiares y neurobiológicos**. Respecto a los **factores neurobiológicos**, se conoce que el **sistema límbico** madura mucho más rápidamente que **sistema prefrontal**. Esto es importante para conocer el por qué observamos en los adolescentes unos **niveles tan altos de emocionalidad** y comportamientos que podemos considerar **poco reflexivos**.

La explicación neurobiológica la encontramos en el desequilibrio que existe, hasta el final de la adolescencia, entre el sistema límbico (**regulador del control emocional y conductual**) y el sistema prefrontal (**regulador del control cognitivo-ejecutivo**). Es decir, hasta el final de la adolescencia existe un desequilibrio que dará lugar al **predominio de la excitabilidad sobre la racionalidad (cognición)**.

El **desequilibrio límbico-prefrontal** puede persistir en algunas personas más allá de la adolescencia y es una característica neuro-funcional de los pacientes con **Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)**.

El inicio de la pubertad y primera etapa de la adolescencia, es el **periodo de máximo riesgo**, ya que coinciden la máxima **excitabilidad mesolímbica** con la **mayor inmadurez prefrontal**.

Conociendo los aspectos de la conducta y de las emociones que dependen del grado de madurez del prefrontal, podemos hacernos una idea más ponderada del nivel de riesgo que comporta la adolescencia. Esta estructura cerebral interviene en:



- Control de los impulsos, sea la impulsividad conductual o cognitiva.
- Por tanto, en la valoración previa a la toma de decisiones.
- Capacidad de anticipación del futuro en base a la planificación estratégica.
- Manejo de la temporalidad en la conducta y en la planificación. Las personas que manejan mal la temporalidad suelen caer fácilmente en la procrastinación o en la precipitación.
- En íntima relación con el mesolímbico, es el órgano de los valores, del sentido de responsabilidad y de la capacidad empática.
- Nos dota de flexibilidad cognitiva para corregir sobre la marcha en base a los errores y/o aciertos de las tareas que implementamos para conseguir objetivos.
- Nos capacita para valorar las consecuencias, positivas y negativas, de nuestra conducta.

## Identidad, maduración y riesgo en la adolescencia.

Es fácil comprender que la etapa de la pubertad/adolescencia es un reto, no solo para los padres y educadores, sino también para el propio adolescente. Debido a esa confusión en cuanto a la propia identidad, a veces incluso con algunos síntomas disociativos, se enfrentará a las demandas del medio y de sus propios instintos sin el bagaje necesario para asegurarse la seguridad que conseguiría si sus sistemas de control estuvieran suficientemente maduros. Incluso hay determinadas actividades que pueden condicionar su futuro como persona. En este sentido, sabemos que el consumo de drogas durante las primeras etapas de la adolescencia producirá cambios cerebrales irreversibles.

Sin embargo, en la educación de un adolescente, no todo puede ser permisión, ni todo prohibición. Aunque encontrar el equilibrio adecuado, entre una cosa y la otra, sea el principal reto del que educa, no podemos olvidar que el adolescente necesita confrontarse por él mismo a situaciones novedosas, como único camino de ir consiguiendo seguridad y autoestima.

Uno de esos grandes retos, **es la sexualidad**. Debido a los cambios hormonales y cerebrales, la sexualidad infantil se genitaliza. Ya no es el amor platónico de la infancia, sino que aparece en él el deseo y las fantasías sexuales.

Otro gran dilema que aparece en algunos adolescentes, **es la elección**. Mientras la mayoría, especialmente en los hombres más que en las mujeres, su orientación será **heterosexual** y su identidad coincidirá con el sexo biológico. Sin embargo, en un pequeño número, su orientación será **homosexual o bisexual**. **La identidad discordante** es bastante más infrecuente y en el 60/70% suele resolverse espontáneamente entre el inicio de la pubertad y



la primera etapa de la adolescencia.

El deseo de **satisfacción sexual** durante la adolescencia es muy intenso, de aquí que la **masturbación** y/o la aparición de una **sexualidad compulsiva** sean muy frecuentes. El gran peligro que conlleva este deseo intenso es el mantenimiento de **relaciones sexuales erráticas y sin protección**, lo que comporta el incremento de **enfermedades de transmisión sexual y/o embarazos no deseados**.

No es infrecuente **que los adultos aprovechen la inmadurez** cognitiva de los adolescentes, su deseo sexual y su facilidad para mitificarlos, para seducirlos y mantener relaciones sexuales con ellos (**efebofilia**).

Por tanto, podríamos concluir que la pubertad y la adolescencia no son más que etapas de nuestra vida en las que nos jugamos nuestro futuro como adultos. Sin embargo, **esto no hay que verlo como un peligro**, ya que depende más del entorno familiar y del grupo de iguales que de cualquier otra cosa. Solo hay alguna excepción: **aquellas en donde el adolescente debe enfrentarse simultáneamente patologías psiquiátricas: TDAH, psicosis precoces, TGD, etc.... Pero esto es ya otro asunto**.

Enlace a la foto del Juez Calatayud

Impactos: 117