



¿Qué pasa en el cerebro de un adolescente?

El cuerpo del niño pasa por cambios físicos que son obvios para todos los padres. Menos obvios son los cambios vitales que se producen en el cerebro del niño, particularmente cuando comienzan la adolescencia. El cerebro, después de todo, es parte del cuerpo y, lo que es más importante, es el órgano que controla -o trata controlar- las actividades del cuerpo.

Los adolescentes enfrentan desafíos, presiones, estrés, tentaciones e indagan en cerebros que aún no están del todo desarrollados. No es que los adolescentes no hayan tenido el tiempo ni la experiencia para adquirir un sentido amplio del mundo; simplemente, sus cerebros aún no han madurado físicamente.

Lidiar con la presión y el estrés no es asunto menor para un cerebro completamente maduro, así que menos para uno que está en la transición de la niñez a la edad adulta y en la transición del pensamiento concreto al abstracto. Es por eso que es más importante para los padres entender por lo que pasan los cerebros de sus hijos, pues los padres monitorean, y con frecuencia se preocupan por, los desafíos sociales, académicos y emocionales de sus hijos.

El crecimiento del cerebro

Al igual que los cuerpos, los cerebros de diferentes niños se desarrollan a distinta velocidad. "El concepto importante aquí es que el cerebro adolescente aún se está desarrollando y todavía no es completamente maduro", dice el Dr. Andrew Garner, FAAP, miembro del Comité de Aspectos Psicosociales de la Salud Infantil y Familiar de la American Academy of Pediatrics.

No solo eso; las exploraciones del cerebro mediante scan muestran que las partes del mismo no crecen igual.

"Los escaneos de niños normales han revelado que hay partes diferentes del cerebro que maduran a un ritmo distinto", dice. "De hecho, algunas partes del cerebro, tal como la corteza cerebral prefrontal (CPF) ubicada justo detrás de los ojos, parece que madura completamente ¡hasta los 24 años de edad! Otras partes del cerebro, como la amígdala cerebral (AMG) en forma de nuez ubicada en lo profundo del cerebro, parecen madurar mucho antes. Muchos neurocientíficos piensan que esta discrepancia en la madurez del cerebro puede explicar mucho del comportamiento adolescente".

Comprender el significado de estas discrepancias es uno de los desafíos que enfrentan los científicos que estudian el desarrollo del cerebro adolescente.

De la American Academy of Pediatrics. "¿Qué pasa en el cerebro de un adolescente?" [healthychildren.org](https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/teen/paginas/whats-going-on-in-the-teenage-brain.aspx). <https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/teen/paginas/whats-going-on-in-the-teenage-brain.aspx> (accessed January 18, 2020).

SERIE DE MÓDULOS PARA PADRES MIGRANTES

Módulo 6: Entender y comunicarse con su hijo adolescente

"Por ejemplo," indica el Dr. Garner, "la CPF está pensada para desempeñar un papel importante para regular el ánimo, la atención, controlar los impulsos y la habilidad de pensar de manera abstracta, lo que incluye tanto la habilidad de planificar a futuro y ver las consecuencias del comportamiento de cada uno".

"La AMG, por otro lado, está pensada para desempeñar un papel en respuestas por emoción, agresión e instintivas, casi reflexivas", dice el Dr. Garner. Los neurocientíficos han pensado durante mucho tiempo que la madurez de la CPF regula la AMG, al frenar los impulsos emocionales, agresivos o instintivos. Descubrir que la AMG madura, o se 'alinea', antes que la CPF sugiere que una discrepancia puede estar contribuyendo a las emociones e impulsos de la adolescencia".

Más allá del crecimiento del cerebro

¿Qué tipo de comportamiento y respuestas emocionales podrían indicar que una discrepancia está afectando la naturaleza del niño? Garner menciona que aún se lleva a cabo investigación acerca de la naturaleza y efectos de una posible discrepancia, lo que les recuerda a los padres su responsabilidad de dirigir los problemas de comportamiento así como "diagnosticarlos".

"Mientras que los adolescentes pueden tender a ser más emocionales e impulsivos -y ahora tenemos razones para creer que esto puede reflejar una parte 'normal' del desarrollo del cerebro- nuestro trabajo como padres es lograr que bajen el ritmo y ayudarles a reflexionar sobre lo que están haciendo", indica.

Pero no se le puede culpar (o hacer responsable) de todo al desarrollo del cerebro. "Es importante notar que la CPF aún funciona en la adolescencia. Sin embargo, ya que no está completamente madura, sencillamente no trabaja tan rápido como si estuviera madura", dice.

Esta diferencia puede tener consecuencias trágicas, explica el Dr. Garner.

"Si le pregunta a un adolescente si es buena idea subirse a un auto con amigos que estén ebrios, la mayoría dirá 'de ninguna manera'. Es la CPF la que habla. En momentos de más tranquilidad, la CPF relativamente lenta es capaz de pensar de manera abstracta y ver las serias consecuencias de manejar cuando se está ebrio. Pero, al calor del momento, la AMG relativamente más desarrollada grita 'hagámoslo' antes de que la CPF sepa lo que pasó. El mismo proceso puede desempeñar una función en la violencia, el abuso de sustancias e incluso en el suicidio adolescente".

Manejar los extremos

El comportamiento y las emociones extremas son temas que claramente llaman a atención médica y profesional y consejería. Pero también es cierto que todos los adolescentes muestran al menos estallidos ocasionales o episodios de juicio erróneo. Después de todo, los adolescentes son humanos y también lo son sus cerebros.

¿Cómo pueden los padres asegurarse mejor de que el cerebro de su hijo se esté desarrollando de manera normal? ¿Qué pueden hacer los adolescentes para ayudar a

De la American Academy of Pediatrics. "¿Qué pasa en el cerebro de un adolescente?" [healthychildren.org. https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/teen/paginas/whats-going-on-in-the-teenage-brain.aspx](https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/teen/paginas/whats-going-on-in-the-teenage-brain.aspx) (accessed January 18, 2020).

SERIE DE MÓDULOS PARA PADRES MIGRANTES
Módulo 6: Entender y comunicarse con su hijo adolescente

sus cerebros a la transición a la edad adulta? El consejo del Dr. Garner tiene como propósito ayudar a los adolescentes y padres a enfocarse en el futuro.

"Por lo general, aconsejo a los adolescentes tener un plan para después de la escuela secundaria, ya que una orientación futura es un buen indicador de la transición correcta de la adolescencia", indica. "Es probablemente un buen marcador para el funcionamiento de la CPF y la habilidad de manejar el pensamiento abstracto".

Garner también recuerda a los padres estar alerta a las señales de advertencia de problemas emocionales, ya sea que esos problemas estén relacionados directamente o no con el desarrollo del cerebro.

"Mientras los adolescentes sean sociales, se alimenten y duerman bien y trabajen en función del cumplimiento de sus planes (para la mayoría, buenas calificaciones que conduzcan a la universidad), entonces estoy contento y sus padres también deben estarlo. Por otro lado, si ellos están retraídos o muestran un mal comportamiento, no se alimentan o duermen de manera regular, o pierden interés por sus calificaciones o sueños, entonces animo a los padres que toquen la alarma y obtengan ayuda".

Última actualización 12/3/2019

Fuente Healthy Children Magazine, Fall 2007

La información contenida en este sitio web no debe usarse como sustituto al consejo y cuidado médico de su pediatra. Puede haber muchas variaciones en el tratamiento que su pediatra podría recomendar basado en hechos y circunstancias individuales.

De la American Academy of Pediatrics. "¿Qué pasa en el cerebro de un adolescente?" [healthychildren.org. https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/teen/paginas/whats-going-on-in-the-teenage-brain.aspx](https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/teen/paginas/whats-going-on-in-the-teenage-brain.aspx) (accessed January 18, 2020).