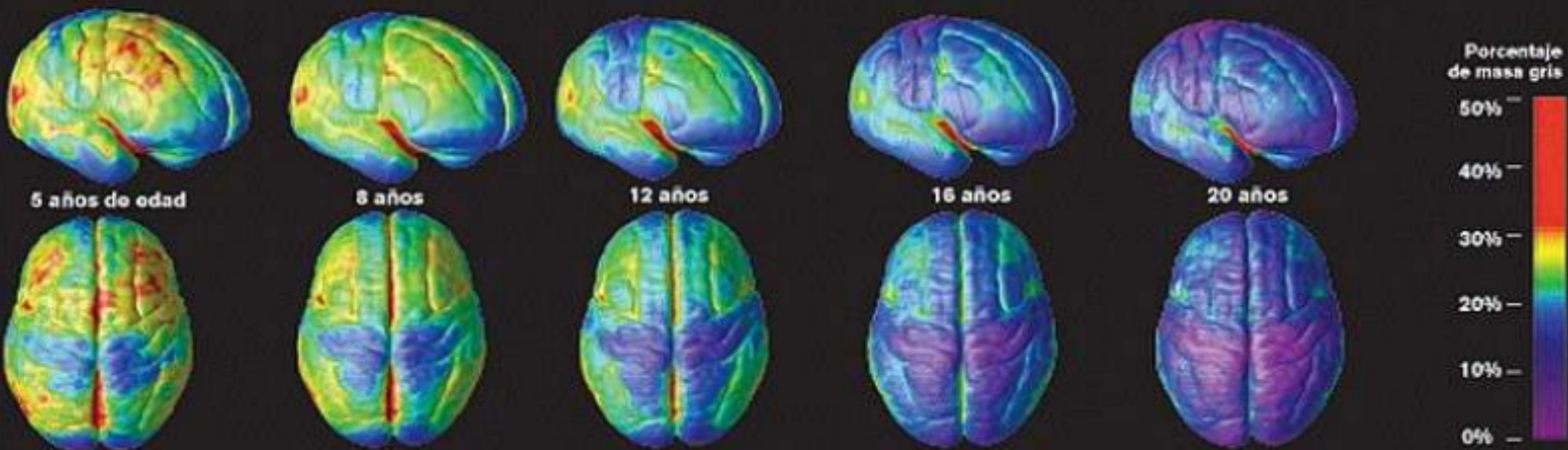


ENTENENT EL CERVELL ADOLESCENT



El cervell segueix madurant
passada l'adolescència.
Aquest procés no acaba fins
aproximadament els 25 anys ¹

Les persones adolescents
**no estan capacitades
per ser responsables
dels consums addictius
i les seves conseqüències**

L'escorça prefrontal
és la darrera àrea del
cervell en madurar i
és l'encarregada de



- regulació emocional
- control d'impulsos
- capacitat d'organització
- planificació a llarg termini
- presa de decisions...



Durant l'adolescència **les influències
emocionals pesen més que allò racional** i
es mostren majors dificultats per sospesar
les conseqüències dels seus actes^{2,3}



EN VOLS
SABER
MÉS?



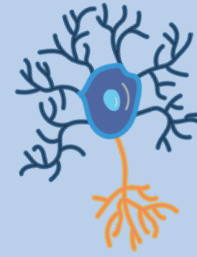
(1) Goleman, D. ((2006). *Inteligencia social*. Kairos: Barcelona.

(2) Cadaveira, F. (2009). Alcohol y cerebro adolescente. *Adicciones*, 21 (1), 9-14.

(3) Hipólito, L. (Ponente). (2020). El cerebro adicto (T1-E2) [Episodio de podcast]. En Podium:
<https://www.podiumpodcast.com/podcasts/la-taberna-atmica-podium-os/episodio/3097771/>

COM AFECTEN ELS CONSUMS AL CERVELL?

L'adolescència és un moment excepcional d'**aprenentatge i experimentació** en què qualsevol tipus de **consum de drogues** afecta a la creació de les noves connexions neuronals amb possibles **efectes negatius a mitjà i llarg termini**



El **consum continuat d'alcohol** a l'adolescència s'ha vinculat a **problemes d'atenció i memòria**. També té relació amb l'aparició precoç d'**episodis depressius, ansiosos i fin i tot quadres psicòtics**^{2,5}



Nicotina

canvia el desenvolupament de les connexions neuronals, causant danys a les àrees que controlen atenció, emoció, aprenentatge i impulsivitat ⁴



Joc d'apostes i ús de videojocs desajust psicosocial i ansietat



Cànnabis

s'associa a episodis psicòtics i depressius ⁵

Alcohol

provoca canvis a l'escorça cerebral amb efectes a llarg termini, com problemes de memòria, d'aprenentatge i fracàs escolar ⁶



LSD i benzodiazepines reemplacen i/o inhibeixen hormones i neurotransmissors ocasionant desajustos, canvis estructurals, dependència, canvis de conducta i problemes de control d'impulsos ⁷



EN VOLS
SABER
MÉS?

(4) CDC Centros para el control y la Prevención de Enfermedades. https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html

(5) Cortés, M.E., Bernal, Y., y Orellana, R. (2019). Cannabis y el cerebro adolescente. Revista médica de Chile, 147(4), <https://doi.org/10.4067/S0034-988722019000400533>

COM AFECTA L'ENTORN AL CERVELL?

Durant l'adolescència qualsevol estímul pot esbiaixar la seva capacitat en la presa de decisions ja que el seu cervell encara no està capacitat per fe-ho



exemples
biaxos 8

Excés de confiança

sobreestimar la seva pròpia capacitat per controlar una conducta, el famós “*jo controlo*” davant de qualsevol conducta addictiva, sigui un consum o sigui pensar que un serà capaç de controlar la seva inversió en apostar

Excés d'optimisme

pensar “*això a mi no en passarà*”
per exemple: la sensació d'invulnerabilitat que els faci no portar casc en agafar la moto, la bici, el patinet...

Efecte halo

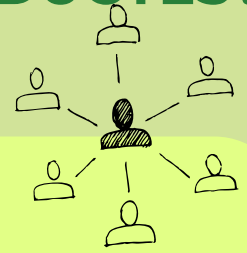
creure que algú és més acceptat o admirat per fer certes conductes (fumar. beure...)

Normes socials

el seguiment de “normes i hàbits” imposats pel grup d'iguals, que mantenen la normalització de determinats consums



COM AFECTA L'ENTORN EN EL DESENVOLUPAMENT DE LES CONDUCTES?



La **influència de l'entorn** és fonamental en el desenvolupament de les **conductes addictives**. La normalització social de consums d'alcohol o l'ús d'influencers per a la seva promoció, són exemples que haurien de ser controlats i no permesos.



El que les persones **menors d'edat no puguin consumir** alcohol, tabac, cànnabis, cigarrets electrònics o jugar diners en apostes, hauria de ser de compliment obligat.

La protecció del menor és un dret superior al negoci econòmic. Per això **cal continuar treballant de manera conjunta en la prevenció ambiental i comunitària** dels riscos que afecten els joves i el seu desenvolupament

