

DECODIFICANDO LA ADOLESCENCIA

ENTENDIENDO LA "FAUNA" ADOLESCENTE

*No estamos ante una generación perdida,
sino ante una generación que busca
encontrarse en un mapa que los adultos
ya no sabemos leer.*



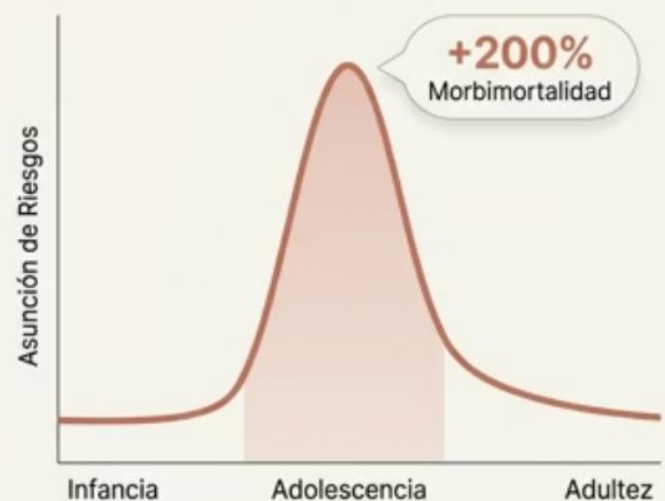


**"LA ADOLESCENCIA NO ES UN FALLO DEL SISTEMA.
ES UNA OBRA EN CONSTRUCCIÓN."**

¿Por qué hablar de identidad en AP?

- Detección precoz del sufrimiento.
- Promoción de la resiliencia y la autonomía.
- Influencia en la salud integral.
- Prevención de estigmas y discriminación.

El comportamiento de riesgo adolescente es un desajuste biológico temporal, no una falta de inteligencia



- **La Paradoja:** Los adolescentes pueden razonar lógicamente sobre el riesgo, pero en 'el calor del momento', las emociones superan a la lógica.
- **Trayectoria No Lineal:** A diferencia del desarrollo cognitivo general, la asunción de riesgos sube drásticamente en la pubertad y baja en la adultez.
- **Impacto Clínico:** Aumento del 200% en morbilidad (accidentes, suicidio, conductas de riesgo) a pesar de ser la etapa de mayor fortaleza física.



Acercarnos a la adolescencia actual
requiere abandonar nuestros
prejuicios generacionales.

**Más que clínicos, guías: comprender la adolescencia sin juzgar, transforma nuestra práctica
asistencial y el acompañamiento a nuestros pacientes.**

¿Qué es la identidad? Cómo se monta el mapa.

Factores que influyen en la identidad



1. Familia y Modelos Parentales



2. Escuela y Logros



3. Redes sociales y Algoritmo



4. Cultura e Historia

Erikson: Estadio V (12-20 años)

Crisis Psicosocial

Identidad vs confusión de roles. El adolescente necesita saber quien es para sentirse respetado y amado.

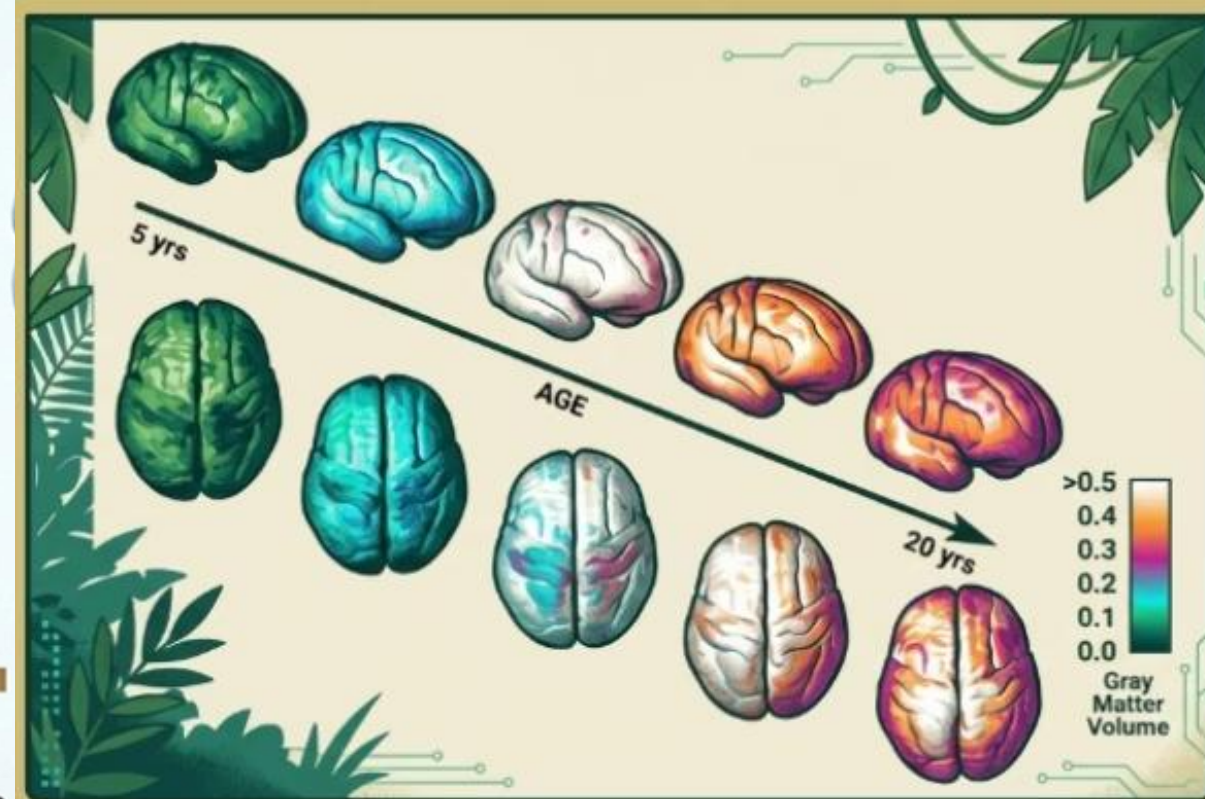
Fuerza Básica

Fidelidad, capacidad de ser leal a uno mismo y a los valores emergentes.

Relación Clave

Grupo de pares y modelos de liderazgo. Los padres pasan a segundo plano (aunque no lo saben).

El cerebro adolescente: Una obra en construcción



Clave clínica: para llegar a una identidad sólida, hay que haber superado las etapas previas.
I - Confianza (0-1 a) → II - Autonomía (1-3 a) → III - Iniciativa (3-6 a) → IV - Competencia (7-11 a)



Cuerpo, grupo e identidad: el triángulo que lo explica todo

Identidad y cuerpo puberal

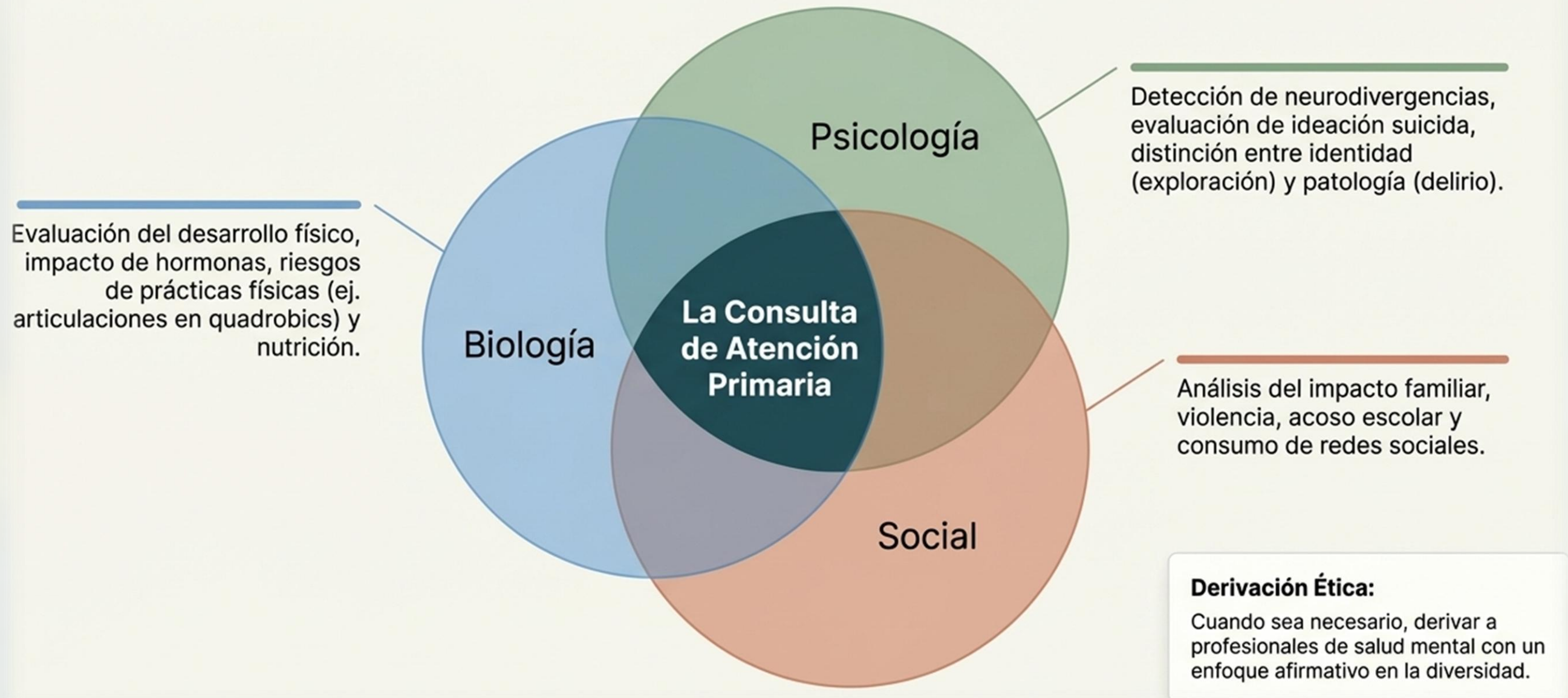
- El cuerpo cambia antes de que la mente procese.
- Necesidad de diferenciación: estéticas, piercings, tatuajes.
- Mensaje claro: "No soy mis padres".
- Más pendientes de la mirada ajena que de su sentir.
- Identidades no humanas (therians, otherkins): posible correlación con TEA/TDAH (desenmascaramiento, no patología).

Identidad y grupo de iguales

- Imprescindible al inicio; pierde peso al emerger la intimidad individual.
- Intolerancia a diferencias como defensa ante el miedo a perder la propia identidad.
- Miedo intenso al ridículo.
- Prefieren contrariar a adultos que quedar en evidencia ante pares.
- Necesidad vital de afirmación grupal.

Perspectivas explicativas: Cognitiva, Humanística, Digital, Sistémica.

El abordaje Bio-Psico-Social: El clínico como traductor del desarrollo



La Ausencia del Rito

Cuando la sociedad no otorga un lugar, el adolescente lo inventa



Biología vs. Constructo

La pubertad es real; la adolescencia es la respuesta social.

Orfandad Simbólica

Sin ritos de paso tradicionales, los jóvenes se auto-segregan.

La Nueva Tribu

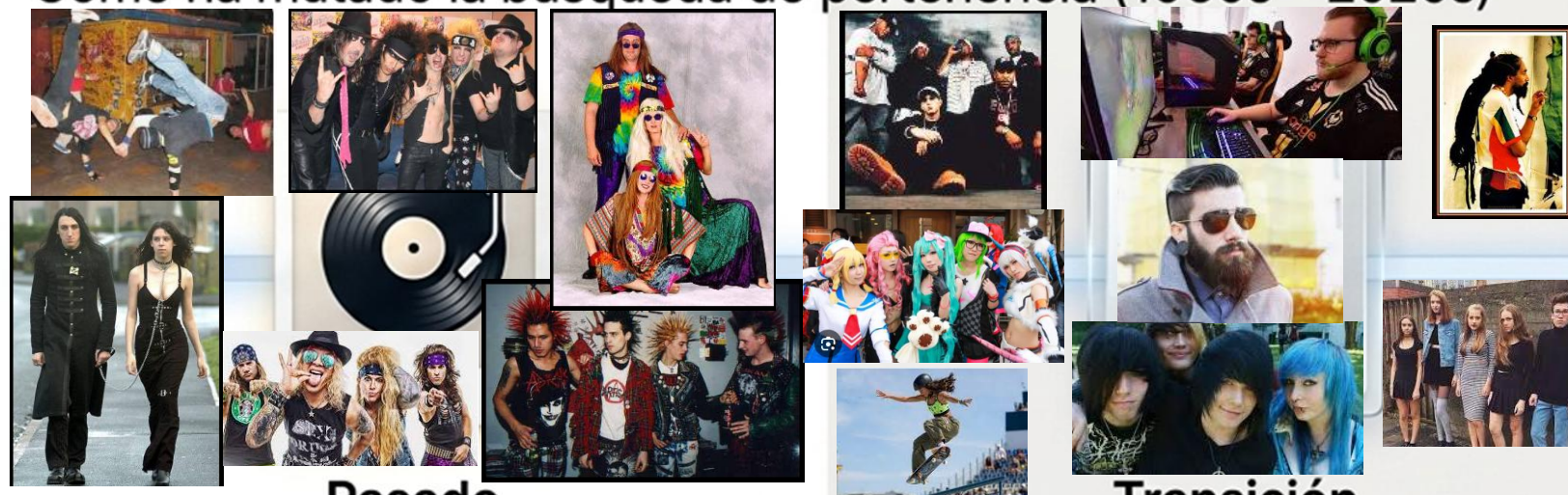
Las subculturas operan como ritos autogestionados para transitar a la adultez.



La rebeldía y la tribu no son un error del sistema, son un intento de supervivencia e individuación.

Del Barrio al Algoritmo

Cómo ha mutado la búsqueda de pertenencia (1960s – 2020s)



Pasado

Tribus Presenciales (1960s-1990s)

Punks, Góticos, Rockers.

Pertenencia: El barrio, los conciertos, la calle.

Duración: Estable, ideológica.



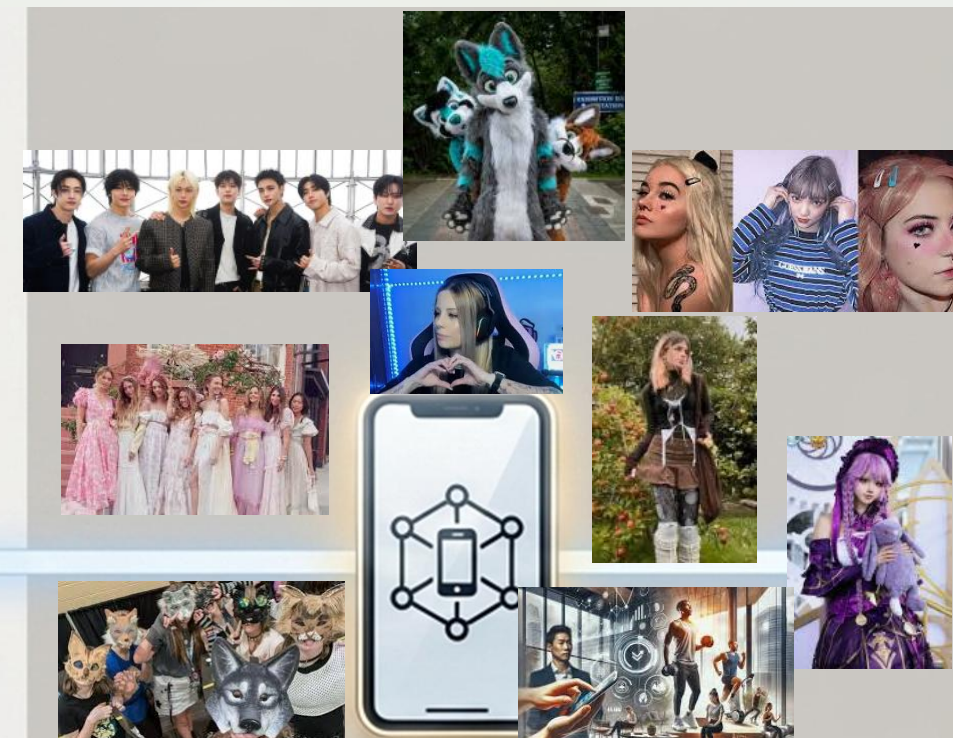
Transición

Tribus Híbridas (2000s-2010s)

Emos, Otakus, Gamers.

Pertenencia: Foros, Fotolog, cibercafés.

Duración: Mezcla de música y perfil digital.



Presente

Micro-estéticas (Hoy)

E-girls, Cottagecore, Therians, K-poppers.

Pertenencia: TikTok, nichos algorítmicos.

Duración: Fluida, hiper-rápida, puramente visual.

La necesidad biológica de pertenecer es idéntica; solo ha cambiado la velocidad del recambio y el terreno.

Tipos de Identidad



Identidad personal:
características de un individuo que permiten diferenciarlo de los demás y reconocer su personalidad.



Identidad social:
pertenencia a uno o varios grupos o categorías sociales; cobra sentido en comparación con otros grupos relevantes.



Identidad nacional:
pertenencia a una nación concreta, una comunidad con elementos que la cohesionan y la hacen única.



Identidad etaria:
forma de actuar de las personas que permite identificar a quienes están en un mismo rango de edad.



Identidad relacional:
imagen que las personas se crean de sí mismas en sus relaciones.



Identidad política:
preferencia por un partido político o una lucha social.



Identidad cultural:
rasgos de un país, estado o pueblo; costumbres, artes, tradiciones, educación, idioma y raza.



Identidad corporativa:
imagen que proyecta una empresa y el manual de identidad corporativa.



Identidad vocacional:
orientación hacia una profesión u oficio determinado; también llamada identidad profesional.



Identidad de género:
independiente del sexo y de las preferencias sexuales.



Identidad intelectual:
ideas, marcas y otras construcciones que orientan la manera de pensar.



Identidad religiosa:
pertenencia a una religión o creencia.



La Función de la Máscara

En consulta no importa el disfraz, sino su utilidad:
¿Para qué te sirve ser quien dices ser?

Módulo 1

El Semblante (Lacan)

Un velo que oculta la angustia puberal y, al mismo tiempo, muestra una nueva identidad al mundo.



Módulo 3

El Refugio

Otorga reglas, estética y un lugar seguro para ensayar la vida adulta.

Módulo 2

El Escudo

La tribu protege contra el aislamiento y el caos de la globalización.

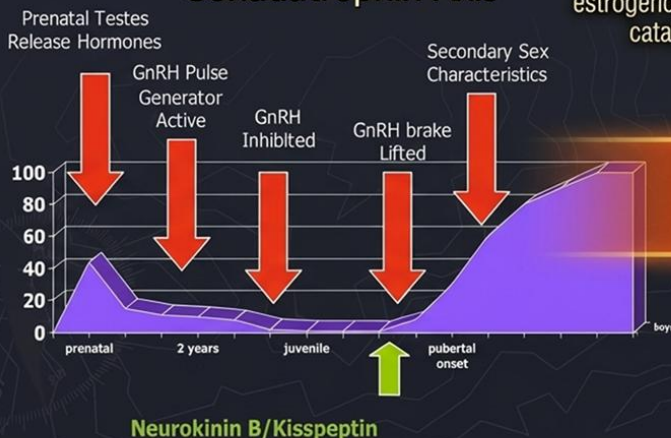
Evaluar la función: ¿Es un tránsito social saludable, un refugio contra el trauma, o un espacio de conductas de riesgo?

NotebookLM

Organizational-Activational Model Gonadotrophin Axis

Activación Hormonal:

Los pulsos de GnRH y el aumento de testosterona/estrógenos actúan como catalizadores.



El Objetivo: Impulsan la necesidad vital de dominar el entorno social, buscar novedad y pertenecer a un grupo (fandoms, tribus urbanas, comunidades digitales).



El Nuevo Mapa Visual

Identidades rápidas, visuales e hiperconectadas.

Gamers & Streamers

Identidad forjada en la comunidad online y plataformas.



K-poppers

El fandom elevado a estilo de vida y apoyo comunitario.



Urbano / Trap

El nuevo código de vestimenta local y musical.



Aesthetic / Micro-nichos

Identidades de consumo rápido (Coquette, Dark Academia, Otakus, Therians, Furrlys, Vampiros).



Reconocer estas estéticas nos permite validar su mundo en los primeros 3 minutos de consulta, generando un vínculo inmediato.

El Espejo Algorítmico

Las redes como espacios de validación y vigilancia.

La Luz - El Refugio

Exploración identitaria segura.

Nichos vitales de apoyo social
(fundamental en adolescentes
LGBTQ+ o neurodivergentes).

Comunidad sin barreras
geográficas.



La Sombra - La Trampa

Hipervigilancia y exposición
perpetua.

Comparación constante y
crisis de autoimagen.

Identidades dictadas por la
retención algorítmica.

Debemos indagar en su dieta digital con el mismo rigor y normalidad
con que indagamos en sus hábitos físicos o de sueño.



El Límite de lo Humano

Diferenciando el fenómeno Therian de la patología clínica.

Identidad Alterhumana (Therians / Otherkin)	Conexión psicológica o espiritual profunda con lo animal. MANTIENEN el juicio de realidad (saben que su cuerpo es biológicamente humano).
Mecanismo de Afrontamiento (Copinglink)	Adopción voluntaria de una identidad no humana para lidiar con trauma, estrés o neurodivergencia.
Bandera Roja (Licantropía Clínica)	Delirio psicótico. Pérdida total del juicio de realidad. Síndrome psiquiátrico grave.
Caminar a cuatro patas (Quadrobics) o llevar orejas de gato en TikTok suele ser un juego de identidad mediado por internet, no un delirio psicótico.	

El Ancla en la Tormenta

Nuestro trabajo no es entender el código, es entender la emoción.



Contener a la Familia

Orientar a los padres para pasar del miedo a la conexión.

Traductores Clínicos

Traducir las necesidades subyacentes del adolescente a unos padres asustados.

El Límite Seguro

El adolescente, esclavo de sus pulsiones, busca figuras de autoridad que pongan límites desde el amor, no desde el castigo.

Las familias acuden asustadas por los cambios de sus hijos;
somos el puente de traducción entre ambos mundos.

En la Consulta: Escuchar, no Juzgar

Cómo navegar la entrevista clínica con adolescentes hoy.

❌ QUÉ EVITAR	✅ QUÉ FOMENTAR
❌ Patologizar la estética o la tribu.	✅ Mostrar curiosidad genuina: ¿Qué significa ese símbolo para ti?
❌ Minimizar sus sentimientos (son tonterías, es solo una fase).	✅ Evaluar la funcionalidad real: ¿Afecta al sueño, al rendimiento escolar, a los vínculos familiares?
❌ Centrarse exclusivamente en la rareza visual.	✅ Respetar incondicionalmente la narrativa que presentan.



El respeto incondicional hacia su narrativa es la herramienta **diagnóstica y terapéutica más potente** en Atención Primaria.

Más Allá del Diagnóstico
El arte de ser su lugar seguro.



Grupo de Salud Mental de la SoMaMFyC:

- ✓ Yulky Álvarez Aragonese
- ✓ Esther Barrio Higuelmo
- ✓ M^a Elena Cantero Yubero
- ✓ Susana Domínguez Mateos
- ✓ M^a Eugenia García Fernández
- ✓ Emma Gil Higes
- ✓ Carolina Pérez De La Campa
- ✓ Tania Ruiz Molina
- ✓ Aleydis Viñas Calvo

Detrás de cada avatar, estética o máscara, hay un adolescente esperando que un adulto lo mire a los ojos sin asustarse y le diga: "Te veo, te entiendo, y aquí estás a salvo".

La presencia humana, compasiva y firme del médico de familia es insustituible frente a la soledad del algoritmo y la confusión de la pubertad.