

As revelações sobre o cérebro adolescente

Pode ser realmente difícil entender a cabeça de um adolescente. Para ajudar nesta tarefa, a ciência vem empreendendo nesta área. Nos Estados Unidos, ele está sendo capitaneado pelo Instituto Nacional de Saúde Mental dos Estados Unidos (NIMH).

O órgão – um dos mais respeitados do mundo – está patrocinando uma linha de estudos focada na busca de informações para compreender o que está por trás das oscilações de humor e comportamentos de risco que marcam a adolescência. E as informações trazidas pelos estudos realizados até agora estão construindo uma nova visão da metamorfose sofrida pelos jovens.

“O cérebro do adolescente não é um rascunho de um cérebro adulto. Ele foi primorosamente forjado por nossa história evolutiva para ter características diferenciadas do cérebro de crianças e de adultos”, disse o neurocientista americano Jay Giedd, pesquisador do NIMH e um pioneiro na investigação do cérebro adolescente.

Para os pesquisadores, os tropeços da adolescência são sinais de que o cérebro jovem está procurando se adaptar ao ambiente. Os cientistas descobriram que a adolescência é marcada por um aumento das conexões entre diferentes partes do cérebro. É um processo de integração que continuará por toda a vida, melhorando o trabalho conjunto entre as partes.

As pesquisas revelaram ainda que, nessa etapa, dá-se o fortalecimento e amadurecimento de algumas redes de neurônios (as células nervosas que trocam informações entre si) e o abandono de outras, menos usadas.

A onda de maturidade se inicia nas partes mais profundas e antigas, próximas do tronco cerebral, como os centros da linguagem, e naquelas ligadas ao processamento de emoções como o medo.

Depois, essa onda vai subindo rumo às áreas mais recentes do cérebro, ligadas ao pensamento complexo e à tomada de decisões. Essa evolução explica, em parte, por que nesse período da vida a impulsividade e os sentimentos mais viscerais são manifestados com tanta facilidade, sem passar pelo filtro da razão.

Paralelamente à configuração cerebral, existem as contribuições do mundo contemporâneo para a tendência ao prazer imediato. “Talvez as dificuldades da vida futura e do mercado de trabalho, por exemplo, levem o jovem a uma situação de viver o prazer imediato”, diz o hebiatra (médico especializado em adolescentes) Paulo César Pinho Ribeiro, da Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais.

É sabido também que o universo de possibilidades do cérebro adolescente será mais amplo se a criança tiver recebido suporte emocional e familiar, boa alimentação e acesso à educação.

Quem passou por carências também tem uma espécie de segunda chance para acertar o passo do desenvolvimento na adolescência, embora com limitações. Não é possível voltar atrás, mas dar os estímulos adequados ao adolescente irá ajudá-lo a chegar mais perto do seu potencial máximo.

Por mais que as crises se sucedam, se uma boa comunicação tiver sido cultivada ano após ano, haverá maior proximidade entre pais e filhos. “A crise é um sinal de saúde. O adolescente deve contestar e confrontar os pais, porque isso faz parte da reformulação pela qual ele está passando”, diz a psicanalista da infância Ana Maria Brayner Iencarelli, do Rio de Janeiro.

Outra opção que se tem mostrado eficiente para auxiliar os adolescentes a atravessar esse período da vida são cursos que orientam sobre como criar coletivamente, planejar um evento, montar um show, por exemplo. Não é por acaso que iniciativas estão se popularizando mundialmente.

“Adolescentes engajados em atividades que exigem criatividade aprendem a planejar e lidar com situações inesperadas”, diz Reed Larson, professor do departamento de Desenvolvimento Humano e Comunitário da universidade americana.

Fonte:

http://istoe.com.br/170256_AS+REVELACOES+Sobre+O+CEREBRO+ADOLESCENTE/

