



ACTUALITAT | Redacció | Actualitzat el 02/07/2019 a les 13:45

Aquestes són les 3 fases de l'adolescència: en quina estàs?



Segons diversos estudis neurocientífics, com el dut a terme per la Universitat de Huelva, als 18 anys encara no hem madurat. De fet, segons diverses investigacions no deixem enrere del tot l'adolescència fins els 24 anys. **Ara bé, aquest procés de "maduració" fins a l'etapa adulta es divideix en 3 fases. D'acord amb els científics són aquestes:**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```



[/playbuzz]

Versió sense playbuzz

Adolescència inicial:

Comença entre els 10 i els 15 anys i ve marcada per la pubertat, l'aparició dels caràcters sexuals (creixement dels pits/ increment de la mida testicular)

Adolescència intermèdia: Va dels 15 als 18 anys, està marcada per:

- El canvi de veu
- Canvis físics: es regula la menstruació i en alguns casos apareix l'acne
- Canvis hormonals que provoquen canvis d'humor sobtats. És per això que en aquesta etapa se solen prendre les decisions per impulsos.

Post-adolescència o adolescència tardana: Va dels 18 als 24 anys o més -alguns estudis l'allarguen fins als 30-. En aquesta etapa, per norma general, els joves ja s'han acabat de desenvolupar físicament. És una fase molt important ja que:

- Es fixen els valors i ideals
- Es pren consciència de la individualitat pròpia
- S'estabilitzen les relacions familiars, d'amistat i emocionals