

Per què se'n van a dormir tan tard, els adolescents? Sabíeu que estan més indefensos que els adults davant de l'estrès i que tenen més tendència a l'ansietat i a la ira, també? Com és que sempre tenen l'habitació desendregada?

*El cervell de l'adolescent. Descobreix com els funciona per entendre'ls i acompanyar-los* (Ed. Rosa dels Vents) és el títol del nou llibre publicat per l'expert David Bueno, professor del Departament de Genètica, Microbiologia i Estadística de la Facultat de Biologia i director de la Càtedra de Neuroeducació de la UB (EDU1st).

Els adolescents són diferents dels adults perquè el seu cervell també ho és, de diferent: més fort, sí, però alhora més vulnerable que en cap altra etapa de la vida. L'adolescència és una fase de canvi, de renovació i de creixement del cervell. Amb la intenció de deixar de banda els comportaments típics de la infantesa i d'adquirir les conductes pròpies de l'edat adulta, el cervell madura, fa noves connexions i n'elimina unes altres. Aquest llibre ens convida a descobrir quins són els canvis que tenen lloc al cervell dels adolescents, a fi de conèixer-los i entendre'ls.

El nou títol, editat en català i castellà, aporta una informació valuosa que ens ajudarà a estimular-los i a empoderar-los, a donar-los exemple, a ser respectuosos amb els seus ritmes de maduració, a recolzar-los emocionalment quan ho necessitin i, en suma, a entendre l'adolescència com una etapa necessària i meravellosa, tant per als qui la viuen com per als qui l'acompanyen.