

Boletín del Estudio ABCD

Mayo 2019



Adolescent Brain Cognitive Development®
Teen Brains. Today's Science. Brighter Future.



¡Feliz primavera a todas nuestras familias del estudio ABCD!

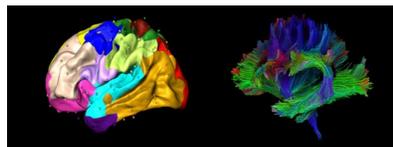
Esperamos que estén disfrutando nuestro nuevo diseño del boletín informativo de ABCD:

- Científicos de cualquier edad pueden aprender más sobre la ciencia detrás de ABCD y ver como los datos se usan en la comunidad académica
- Las ilustraciones, citas y preguntas de los alumnos se resaltan en la sección "Espacio para estudiantes"
- "Espacio para familias" es un espacio nuevo que presenta información basada en evidencia sobre el desarrollo de niños y adolescentes.

La Ciencia del ABCD

Datos de ABCD son disponibles para científicos de todas partes del mundo

Many families have
Muchas familias han preguntado como la comunidad científica utiliza los datos del estudio ABCD. El estudio ABCD recientemente completo la base de datos completos de todos los participantes a disposición de investigadores en todo el mundo. Esto incluye a casi 12,000 jóvenes y sus familias, incluyendo aproximadamente 2,000 que son gemelos o trillizos. Todos los datos son des-identificados, lo que significa que no se pueden conectar a participantes individuales. Ahora, científicos en todas partes del mundo pueden realizar investigaciones sobre los muchos factores que influyen el desarrollo cerebral, cognitivo, social y emocional de los adolescentes. Esta publicación de datos contiene imágenes del cerebro, así como otros datos relacionados con la salud física y mental, la cultura, el aprendizaje, la memoria, y resultados de las pruebas de sangre y saliva. La próxima publicación de datos será a principios del verano de 2020 e incluirá los primeros datos longitudinales de las visitas de seguimiento de 6



meses y el primer año. Para obtener más información, conéctese a la página "data sharing page" de la página web del estudio ABCD (<https://abcdstudy.org/scientists/data-sharing/>). Como siempre, agradecemos a nuestras familias dedicadas y entusiasmadas por hacer posible el estudio ABCD!

Investigadores del estudio ABCD publican investigaciones sobre los beneficios de la participación deportiva

Lisa Gorham y Dra. Deanna Barch, ambas de la Universidad de Washington en St. Louis, Missouri, junto con otros varios investigadores del estudio ABCD, publicaron un artículo científico sobre los efectos de la participación deportiva en el desarrollo cerebral y la salud mental. Los datos resumidos en el artículo se obtuvieron de los participantes sobre los 21 sitios de el estudio ABCD. Los investigadores encontraron que la participación deportiva esta relacionada con mayor volumen en el hipocampo, la región del cerebro que es importante para la salud mental. Los investigadores también descubrieron que la participación en los deportes es relacionada con menos síntomas depresivos en los niños, pero no en las niñas. Estas relaciones fueron mas fuertes para los niños que participan en deportes de equipo o entrenamientos regulares de deportes, comparado a actividades menos estructuradas. Se necesita más investigación para comprender las relaciones entre participación deportiva, salud mental, y desarrollo del cerebro a lo largo del tiempo. Haga clic aquí (<https://www.sciencedaily.com/releases/2019/03/190321135154.htm>) para obtener un resumen detallado de esta investigación. (Foto: www.sciencedaily.com)



La Esquina de los Padres

Semana de la Salud de los Adolescentes: Adolescentes haciéndose cargo de salud física y mental

¡Feliz (tardía) Semana de la Salud de los Adolescentes! (1 al 7 de abril de 2019). La Semana de Salud de los Adolescentes es una iniciativa global "para crear conciencia sobre los problemas de salud únicos que enfrentan los adolescentes de todo el mundo". Comenzó originalmente en Pennsylvania como una iniciativa de salud en todo el estado y se ha expandido a nivel mundial, con **37 países en 6 continentes**.

La Esquina de los Padres (continuado)

Each day during the first week of April, THW focused on a sCada día durante la primera semana de abril, la Semana de Salud de los Adolescentes, se enfocan en un tema específico relacionado con la salud de los adolescentes. Los temas de este año fueron género y desarrollo sexual, nutrición y salud bucal, cuidado preventivo, violencia, salud mental y uso de sustancias. Puedes descargar recursos y leer sobre cada tema aquí: <https://collegeofphysicians.org/thw>.



El evento es patrocinado conjuntamente por el Centro de Educación de la Facultad de Médicos de Philadelphia, Real Talk con Dr. Offutt, y el Departamento de Salud Pública de Pennsylvania. ¡Aprende cómo puede participar en la Semana de Salud de los Adolescentes el próximo año, para alentar a sus hijos adolescentes para participar en sus propias decisiones de salud y desarrollar hábitos saludables que llevarán con ellos a lo largo de sus vidas! Para una lista de recursos federales relacionados con temas de salud para adolescentes, que incluyen desarrollo, alimentación y nutrición, actividad física, relaciones saludables, inmunizaciones/vacunas, uso de sustancias, seguridad, y servicios de salud, haga clic aquí: <https://collegeofphysicians.org/uploads/attachments/cjrs2yopd3z76dczh8h60bs4j-federal-resources-for-adolescent-health.pdf> (Fotos: teenhealthweek en Instagram)

Área de Los Estudiantes

Preguntas y Respuestas



Ya que nos encanta oír sobre que les causa curiosidad a nuestros participantes, hemos agregado una nueva función a el formulario de comentarios de evaluación para brindarles a los estudiantes y padres/guardianes un foro donde pueden hacer preguntas sobre los

procedimientos y hallazgos del estudio, y sobre la salud de los adolescentes y el desarrollo. Aquí hay una pregunta recién de un estudiante participante sobre el desarrollo del cerebro:

"A qué edad deja de desarrollarse nuestro cerebro?"

Tu cerebro nunca deja de cambiar, pero es más flexible durante la infancia y la adolescencia. Las experiencias de la infancia, como hablar, oír, y movimientos, te preparan para el desarrollo saludable del cerebro. Más adelante, a medida que avanzas de la infancia a la adolescencia, continuas a construir y fortalecer conexiones en tu cerebro a medida que vas explorando el mundo. Estas experiencias determinan tu aprendizaje, comportamiento, y salud socioemocional para toda la vida.

Científicos creen que los centros emocionales de tu cerebro tienen ventaja durante la adolescencia mientras exploras tu mundo. La corteza prefrontal (ubicada sobre tu frente) se desarrolla a mediados de los 20 años, y ayuda a suavizar la tormenta emocional de la adolescencia.



Cerebro 1: "¡Hola, soy señor Cerebro!

Soy lo que te ayuda a pensar o leer"

Cerebro 2: "Me encanta leer"

Cerebro 3: "¡Por eso estoy en el equipo de ABCD!"

-¡Una tira cómica INCREÍBLE dibujado por un participante de ABCD en UCSD!

.....

¿Quieres ver tu arte en el boletín ABCD?

¡Durante su próxima visita, darle un dibujo o un dicho al personal de su sitio de estudio de ABCD!

Para Más Información, Por Favor Visite:

ABC DStudy.org

Copyright © 2017 Estudio ABCD, Derechos Reservados.

El Estudio del Desarrollo Cognitivo Y Cerebral del Adolescente, El cerebro adolescente. La ciencia de hoy. Un future más brillante.

y logotipos son marcas de servicio sin registro de HHS.

* Este proyecto es apoyado por subsidios de parte de los Institutos Nacionales de Salud (NIH), pero el contenido de este boletín no necesariamente refleja la opinión de NIH. Referencias o links en este boletín a una pagina web externa o cualquier producto comercial específico, procesos, servicios, fabricantes, o compañías no constituyen aprobación o recomendación por el NIH o cualquier sitio de estudio de ABCD.