

## **Entendiendo a los Adolescentes...**

### **Algunas cosas que debemos saber**

Dra. Carolina Sepúlveda R.  
Pediatra  
Diplomada en Adolescencia PUC

### **Introducción**

Adolescencia deriva del latín 'adolescens' que significa hombre joven, siendo el participio activo de adoleceré, que significa crecer o desarrollarse hacia la madurez. Dependiendo del enfoque dado, podemos definirlo desde el punto de vista cronológico, sociológico y psicológico. Cronológicamente la OMS lo define como el lapso de tiempo comprendido entre los 10 y 19 años, subdividiendo tres fases: adolescencia temprana (10 a 13 años), adolescencia media (14 a 17 años) y adolescencia tardía (17 a 19 años). Sociológicamente es el período de transición que media entre la niñez dependiente y la edad adulta autónoma, tanto económica como socialmente; y desde el punto de vista psicológico, la adolescencia es un período crucial del ciclo vital, donde los individuos se apoyan en los recursos psicológicos y sociales que obtuvieron en su crecimiento previo, recuperando para sí las funciones que les permiten elaborar su identidad y plantearse un proyecto de vida propio (Krauskopf, 1982).

El criterio para señalar el fin de la adolescencia es que la persona llegue a ser autónoma, independiente, autodirigida, capaz de tomar sus propias decisiones y aceptar las consecuencias de ellas, tener una identidad clara de sí misma, saber quién es, cómo pedir y aceptar ayuda de otros, y posteriormente ser capaz de tener un trabajo y formar un hogar.

En el adolescente predomina un fuerte sentimiento de omnipotencia e inmortalidad, lo que junto a la tendencia a actuar con los impulsos, los puede llevar a conductas de riesgo donde no se detienen a evaluar las consecuencias.

### **Sexualidad del adolescente**

La sexualidad es un proceso vital humano que no se inicia con la adolescencia, sino que es un elemento inherente al ser humano desde el nacimiento hasta la muerte. Este proceso repercute y está influenciado por el contexto social en el que se desarrolla. La sexualidad influye significativamente en el modo de vida de los adolescentes y repercute en la problemática de salud que puede aparecer en ese momento o en las etapas sucesivas del ciclo vital.

Resulta impostergable, por lo tanto, considerar la sexualidad en el contexto de la salud integral de los adolescentes por la repercusión que tiene en el estilo de vida, e incorporar como estrategia de intervención la educación de la sexualidad tempranamente en el

marco de la promoción, teniendo en cuenta que el principal educador es la familia apoyada por las leyes del Estado.

El tema de la sexualidad ha sido analizado desde la perspectiva de la Salud Reproductiva y se ha limitado a una visión biológica y de organización de servicios. Sin embargo, es necesaria la incorporación del concepto de Salud Sexual en el contexto de la promoción y no sólo de la prevención en el marco de la salud integral de los adolescentes.

La tarea más importante a cumplir al final de la adolescencia es el logro de la identidad personal. La identidad sexual, junto con la identidad social y vocacional, constituyen elementos fundamentales de la identidad personal.

La conducta sexual ha cambiado. Existe una madurez física más precoz, y el matrimonio ocurre mucho más tarde, por lo tanto, la capacidad reproductiva existe antes de que se hayan cumplido las tareas propias de la adolescencia, que son la independencia afectiva y económica de la familia de origen. Existe una incapacidad de analizar las consecuencias de su conducta sexual y de tomar decisiones en forma responsable, ya que no han logrado el nivel del desarrollo cognitivo y emocional necesario para establecer una conducta sexual responsable.

Lo anterior explica el aumento a nivel nacional e internacional de la conducta sexual precoz y sus consecuencias como el embarazo no deseado, las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH.

### **Educación Sexual**

Educación de la sexualidad se denomina "al proceso educativo continuo vinculado profundamente a la formación integral de niños y jóvenes que les aporte información científica y elementos de esclarecimiento y reflexión para incorporar la sexualidad de forma plena, enriquecedora y saludable en los distintos momentos y situaciones de la vida" (Cerruti, 1997).

La educación en sexualidad debe comenzar lo más temprano posible y basarse en la abstinencia. Los adolescentes que han comenzado su vida sexual deben ser informados de los riesgos que conlleva e idealmente junto con su familia decidir la conducta a seguir, dando siempre la alternativa de escoger una segunda abstinencia y acompañándolo en su decisión.

La educación sexual informal, que se desarrolla a nivel de los mecanismos espontáneos de socialización, repercute significativamente en niños y adolescentes. Se produce en forma continua en distintos niveles: familia, grupo de amigos, comunidad y medios de comunicación.

La educación sexual formal se encuentra incorporada al currículo de los establecimientos educacionales y se basa en los aspectos biológicos-reproductivos. Es necesario mayor énfasis en el desarrollo y formación de los adolescentes, aportando elementos para favorecer su autoestima, elaboración del pensamiento crítico y la promoción de valores como el respeto y la solidaridad entre las personas.

Las intervenciones actuales se focalizan en adolescentes, en grupos identificados por conductas de riesgo o con riesgo claramente identificado: abuso de sustancias, delincuencia, embarazo, deserción escolar, etc. Este enfoque no ha sido capaz de cambiar la situación de los jóvenes.

La existencia de factores protectores como cohesión familiar, relación cercana con un adulto referente, autoestima, autoeficacia, locus interno y redes sociales de apoyo, favorecen la resiliencia en los adolescentes. Cuando hay pocas posibilidades de intervenir en los determinantes macro (pobreza), es de mayor costo-efectividad fortalecer los factores protectores psicosociales que favorezcan a su vez al desarrollo de adolescentes resilientes.

Por lo tanto, las estrategias de promoción de la salud deben orientarse no solamente a disminuir los factores de riesgo, sino a fortalecer aquellos elementos identificados como protectores.