



<https://doi.org/10.18233/apm.v46i2.3139>

## Adolescencia: ¿Qué es la adolescencia?

### Adolescence: What is adolescence?

La Organización Mundial de la Salud define a la adolescencia como el periodo comprendido entre los 10 y los 19 años de edad. Alrededor de un billón de personas en el mundo se encuentran en este periodo de la vida. El proceso de cambios biológicos y psicosociales que caracterizan a la adolescencia hacen susceptible, al sujeto en esta edad, al aprendizaje psicosocial en el que vive y se desenvuelve. Así, la transición del adolescente de hoy se mueve en un ambiente de otras transiciones, entre las que destaca una epidemiológica y otra tecnológica, que además se desarrolla en un contexto social con enfoque a género que no podría omitirse.

Históricamente, la adolescencia ha sido considerada como la llamada: “edad de nadie”, haciendo referencia a la circunstancia en la que los adolescentes han dejado de ser cubiertos por la pediatría y simultáneamente aún están lejos de la medicina de adultos. Lo cierto es que este dogma no puede aceptarse y se requiere romper para convertir a los adolescentes en aquellos sujetos que se encuentran en la “edad de todos”; es decir, siguen siendo individuos en crecimiento y desarrollo y por ende responsabilidad de la medicina pediátrica y, en algunos casos, los problemas de salud que viven o en los que se envuelven los lleva a demandar atención médica

en las áreas de asistencia a adultos incluyendo la obstétrica. Lo cierto es que independiente de la conciencia o no que haya de lo anterior, la existencia de servicios de salud que cubran las necesidades específicas de los adolescentes sigue siendo limitado. No existen áreas de salud para su debida atención, ni infraestructura material ni humana y en ello se vive una realidad indeseable que hace desventaja lo que debería ser un bono poblacional.

Al llevar lo bueno que es para una nación que un porcentaje importante de su población se encuentre en la edad adolescente, hacía una situación de desventaja, se hace evidencia de la falta de políticas y programas que hagan de estos sujetos, individuos susceptibles de recibir un capital social que facilite su crecimiento y desarrollo óptimos, les haga sujetos productivos y solidarios en su comunidad y en su familia.

#### ¿De qué enferman las y los adolescentes?

La evidencia científica revela que la morbilidad y la mortalidad de los jóvenes deriva de conductas de riesgo altamente específicas, que han dado paso a las enfermedades que hoy les vulneran y que son de orden creciente en cuanto a frecuencia y severidad, haciendo que la mayoría de todos

estos padecimientos se establezcan como *problemas de salud pública* y se reconozca también que suelen derivar de consultas altamente específicas de riesgo que les hace a todas ellas, ser padecimientos totalmente prevenibles.

### ¿Cuáles son las oportunidades para mejorar la atención de los adolescentes?

Necesariamente se requiere conocer el proceso biológico y psicosocial que caracteriza la adolescencia. El profesional responsable de la salud y el desarrollo de los adolescentes debe estar profesionalizado en el conocimiento profundo de las características de las y los adolescentes. Partir de lo que puede considerar normal, para poder identificar lo que se ubica fuera de esa circunstancia. Pero no se trata de atender al sujeto hasta el momento que arriba a la adolescencia, *se requiere de diseñarlo tiempo atrás, desde la concepción misma y en continuo hasta la etapa escolar*, promoviendo que adquiera lo más pronto posible las competencias que le permitan al llegar a la adolescencia en las mejores condiciones y capacidades, adaptarse a la misma, blindarse contra la influencia psicosocial negativa y transitar hacia una adultez saludable y productiva.

El trabajo de diseño tiene como objetivo que el adolescente sepa y actúe a favor de su salud, entender y aceptar que una alimentación saludable, realizar ejercicio físico, vacunarse, no consumir ningún tipo de drogas y tener un sueño nocturno en promedio de 9 horas son esenciales para su crecimiento y desarrollo. También adquirir tempranamente la capacidad de administrar su tiempo, sus recursos, diseñar y trabajar su proyecto de vida. Y sin dejar pasar por alto, sus competencias para convivir, todas estas basadas en lineamientos de responsabilidad, respeto, honestidad y fraternidad, capacidades que le darán una mayor oportunidad de alcanzar sus sueños.

Para que el profesional sepa cómo conducir y apoyar al adolescente requiere de preparación

profesional, de forma que los programas de formación universitaria habrán de incluir este conocimiento en el currículo de cada programa educativo. Trascender del razonamiento y la prescripción bien intencionada, hacia la atención basada en conocimiento científico y a la toma de decisión terapéutica fundamentada además en la experiencia profesional y en la individualidad del caso. Sin duda, es esta la acción principal que debe cubrirse en aras de mejorar la salud presente y futura de las y los adolescentes.

### De la medicina del adolescente

El enfoque de la medicina del adolescente, como en todos los casos, debe enfocarse hacia la prevención. Siendo que la mayoría de las causas de enfermedad y muerte de los adolescentes deriva de conductas altamente específicas de riesgo, la atención previa y durante este período de vida sugiere la necesidad de preparar al joven y a su familia con la intención de que adquieran pronto los hábitos y competencias para la vida arriba señalados.

Sin embargo, y a pesar que lo enunciado en el párrafo previo parece lógico y fácil de aplicar, la realidad es que el adolescente actual y su familia arriban a este periodo lejanos de tener una preparación que le permita el autocuidado y la autoprotección que les limite los riesgos. Es por ello que se establece la importancia de asentar los siguientes elementos para atender a los adolescentes:

1. Diseñar la adolescencia. A través de la orientación a los padres, la transmisión de normas para el joven y la importancia de modelarles conductas que preserven su salud, les permita su desarrollo y les retribuya en su autoestima y bienestar sistémico.
2. Contar con una preparación profesional para atender adolescentes. Preparar profesionales de todas las áreas en el conocimiento profundo de la adolescencia, las



estrategias propedéuticas para su atención y la capacidad suficiente de prescripción en caso que amerite.

3. Definir los objetivos que habrá de cumplir en la atención del adolescente.
4. Trabajar en interacción con profesionales de otros campos de la salud y el desarrollo de los adolescentes, armonizando prescripciones para el joven y su familia.
5. Generar una transición hacia los servicios de salud para adultos en una forma programada y supervisada. Al menos un año antes y hasta uno después de la transferencia a los servicios de adultos, el profesional hará lo que esté en su mano para transitar al joven para bien de su vida y su desarrollo.

#### Sobre las políticas públicas

Finalmente, no debe omitirse el siguiente conjunto de recomendaciones para los gobiernos y las instituciones responsables de la salud y desarrollo del adolescente:

1. Políticas y reglamentos de atención para los adolescentes. Incrementar el capital social que permita al joven preservarse sano y en un contexto de crecimiento y desarrollo continuos.
2. Servicios de salud. El fundamento demográfico y epidemiológico de la adolescencia no es cuestionable. Se requiere

de infraestructura material y humana para atender las necesidades de los jóvenes.

3. Reducir la enfermedad, el rezago y la marginación. El presupuesto y los programas de atención a los adolescentes requieren de mayor inversión, adicionar estrategias que limiten las consecuencias de la pobreza y el rezago.
4. Enfoque a equidad e igualdad. Enaltecer la importancia de una política con inclusión de conceptos de equidad e igualdad en todos los sentidos y a favor de las adolescentes.

La infraestructura material y humana es limitada, lo que deja ver que es un grupo que puede por ello ser considerado vulnerable y más en tiempos de transición como fue ya señalado. Conocer el sustrato que conlleva a las conductas que determinan los padecimientos de esta parte de la población permite establecer políticas y programas públicos con enfoque a mejorar las condiciones de salud, desarrollo y convivencia, que permitan limitar el riesgo y las circunstancias actuales que tanto les vulneran.

**Arturo Perea Martínez**

**Clínica de Obesidad y Enfermedades  
No Transmisibles**

**Instituto Nacional de Pediatría**

**Correspondencia:**

Arturo Perea Martínez  
clinicaadolescentes.inp@hotmail.com