

La adolescencia y sus características

1. ¿Qué es la adolescencia?¹

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, superado únicamente por el que experimentan los lactantes. Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos. El comienzo de la pubertad marca el pasaje de la niñez a la adolescencia.

Los determinantes biológicos de la adolescencia son prácticamente universales; en cambio, la duración y las características propias de este periodo pueden variar a lo largo del tiempo, entre unas culturas y otras, y dependiendo de los contextos socioeconómicos. Así, se han registrado durante el pasado siglo muchos cambios en relación con esta etapa vital, en particular el inicio más temprano de la pubertad, la postergación de la edad del matrimonio, la urbanización, la mundialización de la comunicación y la evolución de las actitudes y prácticas sexuales.

2. Etapa y características de la adolescencia²



Chumpitazi (2004) refiere que no existe un acuerdo entre los autores sobre las edades que comprende la adolescencia, esto se debe a que los criterios no siempre coinciden debido a los patrones culturales, sociales y económicos de cada grupo poblacional. Por ejemplo, en una situación especial crítica como una época de guerra, la adolescencia terminaría antes, lo mismo ocurre en comunidades como los awajún, donde a edades tempranas los niños realizan actividades de adultos, como la caza, y participan en trabajos comunales; las niñas adquieren fuerza para transformarse en mujeres fértiles y hábiles en el cultivo y cuidarse para contraer matrimonio hacia los 14 años. (Vásquez, 2009).

Las etapas serían las siguientes:

¹ Información disponible en:

http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

² El contenido en adelante, pertenece al Curso Internacional de Justicia Restaurativa realizado por la ONG Terra des Hommes - Laussane, llevada adelante en la gestión 2016.

Etapas de desarrollo	Preadolescencia o adolescencia temprana	Adolescencia media	Adolescencia tardía
	9-14 años	14-18 años	19-24 años
	10-15 años	15-18 años	19-24 años

Fuente: Breinbauer y Maddaleno, 2004.

3. Factores que influyen en la adolescencia

Schutt, J. y Maddaleno M. (2003) refieren que los cambios en la adolescencia están influenciados por diferentes factores, como son el género, el nivel de madurez física, psicosocial y cognitiva del individuo; además de factores sociales, culturales, políticos y económicos del contexto en el que vive. Por ello, es de vital importancia comprender estos procesos y su influencia en la conducta de los adolescentes.

3.1. Factores individuales

Los y las adolescentes experimentan una serie de cambios que son parte del ciclo de vida y que influyen en su salud y además dependen de su desarrollo individual. Todos los procesos que siguen son interdependientes; es decir, los procesos biológicos estimulan el desarrollo cognoscitivo y este a su vez está relacionado con los procesos psicosociales y emocionales del desarrollo humano.

3.1.1. Factores biológicos.

La pubertad se constituye como el inicio de la adolescencia, en esta etapa ocurren los cambios biológicos, cognitivos y psico-emocionales, como el crecimiento físico, el aumento de peso y la aparición de los caracteres sexuales secundarios.

Schutt, J. y Maddaleno M. (2003) refieren que la madurez sexual se está alcanzando a edades más tempranas, lo cual tiene implicancias en la conducta sexual. La iniciación de la actividad sexual a edades tempranas sin **madurez cognitiva podría** llevar a los jóvenes al estrés emocional; sumado a ello, si adoptan sentimientos de

omnipotencia e inmortalidad, podrían asumir conductas de riesgo que conllevarían embarazos adolescentes, infecciones de transmisión sexual (ITS) y el virus de inmunodeficiencia adquirida (VIH). Por ello, los adolescentes necesitan estar preparados para ajustarse a estos cambios biológicos, si bien las preocupaciones que presentan en esta etapa pueden afectar su salud, también son una oportunidad para los profesionales que intervienen con ellos para promover conductas saludables orientándolos y abordando los temas que les preocupan.

3.1.2. Factores cognitivos.

El desarrollo cognitivo va asociado al desarrollo del pensamiento operacional formal, este incluye el aumento de la capacidad de razonamiento abstracto, pensamiento hipotético y lógica formal. En la etapa adolescente se logra una mayor capacidad de razonamiento abstracto, de manera que ellos podrían comprender mejor el contexto que los rodea, pensar en diferentes alternativas para tomar decisiones y en las consecuencias de las mismas. Asimismo, pueden evaluar la credibilidad de la información que reciben, proyectarse al futuro y aprender a controlar sus impulsos (Juszczak y Sadler, 1999; Haffner, 1995, citado en Shutt-Aine J. y Maddaleno M., 2003).

Las habilidades cognitivas evolucionan con el tiempo. Algunas características en esta etapa de pensamiento son las siguientes: conducta egocéntrica, creer que son el centro de atención (audiencia imaginaria), tendencia a soñar despiertos, fantasear y establecer metas no realistas a futuro, interés en sí mismos, conductas introspectivas, etcétera.

Para desarrollar habilidades cognitivas y razonamiento, los adolescentes necesitan practicar y experimentar cómo manejar nuevas situaciones y experiencias; además de tener en cuenta cómo influyen en su conducta sus valores, actitudes y percepción.

3.1.3. Desarrollo psicosocial.

El desarrollo psicosocial se rige por la percepción que cada uno tiene de sí mismo en relación al medio social que le rodea. Las influencias más importantes en el desarrollo psicosocial incluyen el desarrollo de la identidad sexual, moral, ética y espiritual, así como la lucha por la independencia/dependencia con los pares y la influencia de los padres (Juszczak y Sadler, 1999, citado en Shutt-Aine J. y Maddaleno M., 2003).

3.2. Factores sociales

3.2.1. Familia y pares.

La familia, para el contexto latinoamericano y el Caribe, se constituye como uno de los factores más importantes en la salud y el desarrollo del adolescente. Las relaciones familiares brindan apoyo y ayuda, establecen límites, etc. A través de estas relaciones, los adolescentes desarrollan resiliencia para hacer frente a la sociedad y la cultura imperante que puede afectar su desarrollo y salud (OMS, 1999; Scales y Leffert, 1999, citado en Shutt-Aine J. y Maddaleno M., 2003).

Es probable que la familia sea el factor más importante en la salud y el desarrollo de adolescentes en Latinoamérica y el Caribe.

En el joven que atraviesa la adolescencia es fundamental para la conformación de su personalidad tener modelos en los cuales reflejarse e identificarse. El grupo de pares opera como un modelo para el joven y las conductas que tenga van a tener que ver directamente con el mismo³, pues siempre buscará estar acompañado y en muy raras ocasiones solo.

Los padres, maestros y otros adultos significativos pueden ayudar a los adolescentes a manejar la presión de sus pares, lo cual puede lograrse por medio de una mejor comunicación e involucramiento en la vida de ellos y en la red con la que se vinculan. Ayudarlos a adoptar valores y actuar de acuerdo con ellos, les permitirá resolver situaciones, dilemas y presiones diarias.

3.2.2. Educación y escuela.

La escuela ejerce la mayor influencia sobre el desarrollo de los adolescentes, en ella pasan mucho tiempo, la mayor parte del día diríamos. Esta institución juega un papel muy importante en la promoción de conductas saludables. Varias investigaciones refuerzan lo dicho; por ejemplo, en investigaciones realizadas en Estados Unidos, se encontró que cuando los estudiantes tienen una mayor conexión con sus escuelas, presentan menor probabilidad de consumir sustancias psicoactivas, involucrarse en conductas violentas e iniciar una conducta sexual precoz (McNeely y cols., 2002, citado en Shutt-Aine J. y Maddaleno M., 2003).

³ Sebastián Méndez Errico (2010) "El Grupo de pares o amigos en la adolescencia" , Innatia, (www.innatia.com) tomado de: <http://www.innatia.com/s/c-como-educar-a-los-hijos/a-amistad-en-adolescencia.html> el 12 de Febrero del 2011.

3.2.3. Otros factores

que se tienen que considerar como influyentes en la adolescencia. Entre estos factores se encuentran la sociedad y cultura, la situación socioeconómica y equidad y los medios de comunicación.