

Aspectos físicos

En el plano físico, la adolescencia se caracteriza por una serie de fenómenos como la aceleración del crecimiento, el desarrollo de la morfología del cuerpo y los cambios hormonales que dan lugar al surgimiento de los deseos sexuales. Rasgos tales como la dilatación de la pelvis, en la mujer, o el crecimiento del vello piloso y el cambio de voz en el hombre, que hacen que el adolescente adquiera un nuevo sentido de su cuerpo.

Los cambios físicos, como ya explicamos, no aparecen siempre a la misma edad. En ello influye de forma determinante el medio geográfico y social. Ejemplo: mientras que en Europa la primera regla de la niña (menarquía) se da, por lo general, a los trece años de edad, y la primera eyaculación del niño a los catorce, en otras áreas éstos fenómenos pueden adelantarse, según los casos, hasta los diez y doce años respectivamente. Téngase en cuenta, de cualquier modo, que se registra una notable variabilidad a este respecto. Debe distinguirse, por lo demás, entre la adolescencia, o la pubertad, y la adquisición de la fecundidad, esto es, de la nubilidad, ya que la primera no puede coincidir con la segunda (reglas sin producción de óvulos, escasa cantidad de espermatozoides, ect.).

Aspectos psicosociales

Las transformaciones físicas también ejercen una influencia en el plano psíquico. La conciencia creciente de la propia masculinidad o femineidad provoca en el adolescente un sentimiento de autoafirmación, que se traduce en un deseo de independencia respecto al marco familiar, en el que antes se había sentido protegido. A una fase de desestructuración inicial, caracterizada por el desconcierto ante los cambios acontecidos, sucede otra de reestructuración en una nueva dimensión. La historia anterior, sin embargo, no desaparece, y aspira a integrarse en el nuevo estado, apareciendo a veces un fenómeno de regresión. No obstante, el nuevo y fuertemente dominante impulso sexual, que al principio puede provocar angustia, acaba siendo aceptado en el nuevo esquema. Lo que no puede ser integrado se adapta o se transforma bajo la forma de sentimientos o de intereses sociales.

La misma inteligencia, ya formada, se ve afectada. El fracaso escolar, que puede aparecer súbitamente en esta etapa por primera vez, es más el producto de la influencia de las emociones, que impiden un ejercicio intelectual adecuado, que de una pérdida de capacidad intelectual.

La sexualidad masculina y femenina, y el deseo de reforzar la propia individualidad se configuran sobre todo socialmente. Esto tiene su proyección en la vida familiar, dándose frecuentes situaciones de rechazo que pueden llegar a ser muy conflictivas. Gran número de ellas son provocadas, en cualquier caso, por sentimientos de culpa, que tienen su origen, por ejemplo, en las frecuentes masturbaciones de los varones, psicológicamente normales cuando se trata de liberar la tensión producida por el impulso sexual. El descubrimiento de un objeto amoroso canaliza estas tensiones, aunque también conduce a frustraciones que provocan un estado de euforia y depresión, hasta que por último la situación se asume e integra armónicamente en el nuevo esquema de personalidad. Para llevar a cabo esta integración, el adolescente cuenta con sus nuevos intereses y con sus amigos, que comparten esos intereses y sentimientos, y que pueden llegar a constituir una clara alternativa a un medio familiar en el que el joven ya no se encuentra cómodo.

Esta etapa de apertura se refleja, además, en la forja de grandes cosmovisiones, que intentan explicar el mundo que rodea al joven y que éste utiliza como punto de referencia para sus racionalizaciones. No en vano se ha denominado a la adolescencia la edad metafísica. Con ello puede aparecer el peligro de un alejamiento de la realidad, que en ocasiones se traduce en la puesta en práctica de grandes proyectos vitales que la mayoría de las veces están abocados al fracaso, con la consiguiente frustración. El paso a la madurez se produce, precisamente, cuando la realidad y proyecto se equilibran, al tiempo que las frustraciones se asumen e integran de forma no traumática.

- Le preguntamos a quince chicas adolescentes entre 14 y 17 años sobre el tema amoroso y:
- Once de ellas tenían traumas y frustraciones amorosas.
- Cuatro de ellas no.
- Hicimos lo mismo pero con quince muchachos y:
- seis de ellos no tenían un interés muy marcado por las chicas.
- Seis de ellos no tenían ningún tipo de problema
- Tres de ellos tenía una gran frustración en cuanto a lo amoroso.

Encuesta a la Licenciada. Marta Mor Roig

Nosotras: ¿ Cuáles son los mayores traumas del adolescente ?

Lic. Mor Roig : Primero quiero explicar brevemente que por traumas se entiende todo acontecimiento de gran intensidad frente al cual el sujeto no puede responder adecuadamente, por lo cual quedan efectos posteriores.

De acuerdo con esto, si bien todas las personas padecemos traumas, el adolescente, dada la cantidad de cambios a los que está expuesto, y dado que está tratando de reaccionar y actuar frente a cada uno de ellos, los sufre, podríamos decir, más. Algunos de ellos están referidos a los cambios corporales, a su salida a la vida social por fuera de su familia, a los cuestionamientos de creencias que tenía mientras era niño, a su despertar sexual. Todos estos cambios, que por su intensidad pueden ser considerados traumáticos están relacionados entre sí y constituyen algo doloroso aunque imprescindibles y positivos para su vida.

Nosotras: ¿ Cómo es la reacción del adolescente ante un fracaso? ¿ Y ante un fracaso amoroso?

Lic. Mor Roig: Como el adolescente está buscando y encontrando un nuevo lugar en el mundo en el que vive es proclive a manejarse en los extremos: todo es lindo o todo feo, todo bueno o todo malo. Vive muy intensamente los contrastes. Es por esto que ante algo que le sale muy distinto a como quería lo considere un fracaso terrible. Es posible que frente a ello se desanime o tenga la creencia de que todo le sale mal.. le cuesta aceptar términos medios. Lo mismo ocurre con el fracaso amoroso. Como está tratando de encontrar otros lugares de amor, además del familiar, le da una importancia muy grande a cualquier situación frente a la que no le responden con amor. Su autoestima baja y creará que siempre le va a ocurrir eso o que nunca podrá querer o su querido.

Nosotras: ¿Qué representan los padres para el adolescente?

Lic. Mor Roig: Los padres para el adolescente representan un punto importante y es con ellos que transcurre parte de lo afectivo. Hasta ese momento, durante la infancia la creencia es que los padres podían todo. Luego se dan cuenta de que no y esto es difícil de soportar. Es un período de desprendimiento que cuesta a ambas partes porque rompe con formas de funcionamiento anteriores. Es frecuente que movidos por la intensidad que viven se quiera pasar rápidamente del todo a la nada, que toleren mal la espera y el reacodamiento que implica esta etapa. Crean que ya no los necesitan para nada porque ya para muchas cosas no los precisan para todo como cuando eran niños. Muchas veces este querer hacer todo solos, los deja con el sentimiento de desamparo. Es una época de cuestionamientos y de desprendimientos por eso es sufriente y dichoso a la vez.

Nosotras: Cada vez es más frecuente el uso de drogas y de alcohol en el adolescente. ¿Porqué?

Lic. Mor Roig: La droga y el alcohol son recursos a los que se acude frente al desamparo que sienten. Como aún no están preparados para salir al mundo, y enfrenar de golpe todo lo nuevo, recurren a estos medios, destructivos a su vez, para aliviar el sufrimiento. Les cuesta poder expresarse con palabras, recurrir a otros,

buscar otras formas de atenuar el impacto de lo nuevo, les cuesta hablar o tener amigos (que también no sean adictos) recurrir a ellos, hablar con los mayores sin que por eso se sientan niños. También a los mayores, y a la cultura de hoy les cuesta darles otras salidas, les cuesta escucharlos. También depende del entorno en que se encuentre el adolescente.

Nosotras: ¿Usted cree que a través de los años el adolescente recurre menos a sus padres?

Lic. Mor Roig: Las épocas pueden ser distintas pero el adolescente siempre necesita a sus padres. De otra manera en la que se sienta acompañado y no dejado en este proceso de desprendimiento. En la cultura de hoy, todo es rápido, se apresuran también las etapas, lo cual determina que los adolescentes queden expuestos demasiado tempranamente a cosas frente las cuales no saben que hacer, no están preparados. Esta cultura actual, del apuro y las imágenes, lo deja con pocos recursos para superar lo traumática. Un ejemplo de ello son los modelos que hoy en día se inician desde los trece años de edad, se puede decir que ellas están quemando etapas y no viviendo lo que les tocaría vivir.

Introducción

Al final de los años escolares, el niño ha encontrado un modo vital esencialmente satisfactorio. Y luego, con la llegada de la adolescencia, descubre que debe hacerlo todo de nuevo. Deja de ser un niño (aunque no quiera del todo) y todavía no es un adulto (aunque piense que lo es). La adolescencia, es una estación intermedia entre el desarrollo, no es ni esto, ni aquello, pero algo de ambos.

Existen tres términos que se deberían aclarar: pubescencia, pubertad y adolescencia. La pubescencia se refiere al período de alrededor de dos años antes de la pubertad, y a los cambios físicos que toman lugar durante este período. Su comienzo está marcado por un brote en el crecimiento físico, y continúa con un cambio en las proporciones del cuerpo, la madurez de las características primarias y secundarias del sexo, y un acopio de otros cambios físicos. La pubertad es el punto de desarrollo en el que los cambios fisiológicos de la pubescencia llegan a su máximo, marcado por señales de madurez sexual: en las niñas por la menarca, las primeras menstruaciones, y en los varones por un número de signos, siendo el más seguro la presencia de espermatozoides vivos en la orina, a la que un pequeño número se escapa de cuando en cuando. La pubertad se da aproximadamente, en las niñas alrededor de los doce o trece años y en los niños a los catorce. La adolescencia, finalmente, es el entero período que comienza con el brote de crecimiento de la pubescencia y el término no está muy bien definido. El final de la adolescencia llega con la completa madurez social, sin afirmar el modo en que esta madurez se define. La pubertad llega bastante comúnmente entre los dos años antes del promedio hasta dos años después, y la variación normal es habitualmente considerada de cuatro años antes o después del promedio. La edad promedio de la pubertad en los varones (con la misma amplitud de variaciones que en las niñas) es algo menos de los quince años.

La adolescencia es un período de cambios continuos y el tema central de la adolescencia es el hallazgo de sí mismo. El adolescente debe aprender a conocer su cuerpo totalmente nuevo y sus potencialidades para los sentimientos y la conducta, y ajustarlo dentro de su propia imagen. Debe definir el lugar que ocupará en la sociedad adulta.

Pubescencia , Pubertad y Desarrollo Físico

El crecimiento del niño comienza primero a mostrar un cambio en la meseta de la latencia temprana alrededor de los ocho años en las niñas y de los diez años en los varones, pero aproximadamente dos años antes de la pubertad los niños pegan el salto. El crecimiento es más acelerado alrededor de un año antes de la pubertad., y el momento de más rápido crecimiento se conoce como *Edad de máximo crecimiento*.

En ambos sexos, el crecimiento durante la pubescencia está centrado en las extremidades (cuello, brazos, piernas) más que en el tronco. Esto explica el aspecto tan característico de esta edad, largas piernas,

desgarbados y atontados. En la superficie del cuerpo aparecen un número de cambios. El más conspicuo de éstos es el crecimiento del vello corporal: púbico y axilar, tanto en varones como en niñas, y en los varones también en la cara y en el pecho. En la piel de ambos se producen cambios: éste se hace más áspera, con poros mayores y glándulas sebáceas más activas, produciendo una secreción aceitosa; como resultado la gente joven en esta época es más susceptible al acné y a los puntos negros. También se acelera la composición del sudor, haciéndose mucho más fuerte su olor. Gran parte de la incómoda autoconciencia se produce por el reconocimiento de los olores del sudor y de la menstruación.

Los cambios críticos de este período, por supuesto, son los que expresan directamente la madurez sexual. La pubertad, es la cima del desarrollo sexual, marcada por la menarca en las niñas y la producción de espermatozoides vivos en varones. La pubertad, sin embargo, no significa una total madurez sexual.

En los varones, el desarrollo de los genitales externos es más marcado y más obvio que las niñas. Para comenzar, existe un considerable incremento en el tamaño. Uno de los primeros signos de la pubescencia en los varones es el aumento de tamaño de los testículos. Hacia la pubertad, el pene se pone erecto muy rápidamente, ya sea en respuesta a vistas sexualmente provocativas, sonidos, olores u otras sensaciones, o espontáneamente, como una función de las nuevas capacidades biológicas del individuo. Quizás el rasgo sexual secundario exterior notorio en los varones es el cambio de voz, debido a un agrandamiento de la laringe, o la nuez de Adán.

Encuestas: ¿A qué edad comenzaste a notar cambios en tu cuerpo?

- Pablo G: A los trece años comencé a tener poluciones nocturnas y a los catorce comencé a notar un cambio en mi voz.
- Ignacio R.: El vello me creció entre catorce y quince años, y me apareció en las piernas, en los brazos y en el pecho.
- Micaela S.: A los doce tuve mi menarca y noté que mis pechos se empezaban a desarrollar a los once años.
- Estela P.: Noté un ensanchamiento de caderas a los trece y el vello me comenzó a crecer a la misma edad.

El sí mismo del adolescente

Ésta es una época de dolorosa sensibilidad. Las niñas pueden encontrar que no toleran miradas; pueden adoptar una postura agachada o encorvada para minimizar su altura o sus pechos; pueden adoptar ropa voluminosa y algo extraña para esconder sus cuerpos; pueden encontrarse predispuestas a ataques de llanto aparentemente sin motivo. Las niñas pueden reaccionar a la menstruación con una satisfacción tranquila y cálida, o con una sensación de falta de higiene, y aún con una de pánico. Los varones, tradicionalmente, se sienten menos pudorosos que las niñas con respecto a sus cuerpos, pero en esa época podrán encontrar todo tipo de excusas para no exponerse a sí mismos en el gimnasio de la escuela o en la pileta por miedo a que su desarrollo difiera groseramente al de sus compañeros. Obviamente, esta conciencia del cuerpo ligada a los sentimientos sexuales.

Sexualidad adolescente

El punto que hay que señalar es que la experiencia de las capacidades sexuales que vienen con la pubertad no es la misma para los varones que para las niñas. En los varones, el deseo sexual es netamente específico y se centra claramente en los genitales. Puede ser fácilmente despertado por una variedad de estímulos exteriores (palabras, dibujos, etc.), por variados pensamientos, o puede ser buscado deliberadamente. El deseo sexual en los varones es urgente y busca una rápida descarga de tensión en el orgasmo. Entre las mujeres existen amplias diferencias individuales normales. Algunas niñas experimentan el deseo en forma parecida a los varones. Otras pueden no experimentar urgencias sexuales directas hasta una época posterior de su vida. Sin

embargo, para la mayoría de las niñas adolescentes parece que deseo no es la palabra correcta que debe usarse, sino que dicen excitaciones sexuales. Éstas, a diferencia del deseo masculino, son difusas y no tan claramente diferenciadas de otros sentimientos: anhelos románticos, instintos maternales, intoxicación moderada, entusiasmo, compasión, malestar, placeres sexuales tales como la sensación producida por frotamiento de la espalda o al peinarse los cabellos, o aún emociones tales como el enojo y miedo.

Para los varones, los deseos sexuales pueden estar inicialmente bastante separados de las nociones del amor. En cambio para las jóvenes, el amor toma prioridad sobre la sexualidad. Las chicas desean vivamente enamorarse, en parte debido a que parece responder a cierta necesidad interna.

Idealismo adolescente

El adolescente, al igual que el niño preescolar, está lleno de contradicciones. Estas contradicciones, sin embargo, son probablemente las diversas expresiones de un tema común, la búsqueda de uno mismo y de su lugar en el mundo. Está buscando un mundo ideal y decente en correspondencia con su yo ideal y decente.

Una gran parte del idealismo adolescente se origina probablemente en su resistencia a crecer. Particularmente en la adolescencia temprana, desea gozar sus nuevos poderes con una libertad total, no contaminadas por las demandas prácticas de la vida. Además, muy poco de lo que ve a su alrededor se equipara a la gloria que él siente con sus nuevos poderes.