

DISERTACION ADOLESCENCIA 11 a 20 años + -

La Adolescencia: Durante la adolescencia cambia la apariencia de los jóvenes, debido a los eventos hormonales de la pubertad; el cuerpo se transforma en el de un adulto. También cambia su pensamiento y se vuelven muchos más competentes para pensar abstracta e hipotéticamente, sus sentimientos cambian casi del todo y se enfrentan a la tarea más importante que es: Lograr la identidad, incluida la identidad sexual que perdura en la edad adulta.

La Adolescencia comienza alrededor de los 11–12 años hasta los 20 años aproximadamente, ni el comienzo ni el fin están marcados con claridad, se considera que la adolescencia comienza con la pubertad, proceso que conduce a la madurez sexual o a la fertilidad. Algunas personas siempre pertenecen en la adolescencia sin importar su edad cronológica.

DESARROLLO FISICO

Como comienza la Pubertad Fin de la niñez: Comienza por un incremento agudo en la producción de hormonas sexuales. Entre los 5 y 9 años las glándulas Adrenales comienzan a secretar grandes cantidades de Andrógenos que cumplen con la función del crecimiento del vello pubico, axilar y facial.

En las Mujeres los ovarios comienzan a producir estrógeno, que estimula el crecimiento de los genitales femeninos y desarrollo de los senos.

En los Varones, los testículos incrementan la producción de Andrógenos, en especial la Testosterona, estimulando el crecimiento de los genitales masculinos, masa muscular y vello corporal.

Existen 2 Características Sexuales

Característica Sexual Primaria: Órganos necesarios para la reproducción.

En las Mujeres, los órganos sexuales son los ovarios, las trompas de Falopio, útero y la vagina.

En los Hombres, los órganos sexuales son los testículos, el pene, escroto, vesícula seminal y glándula prostática. Durante la Pubertad estos órganos crecen y maduran.

Característica Sexual Secundaria: Son señales fisiológicas de madurez sexual que no involucran directamente los órganos sexuales

En las Mujeres la característica sexual secundaria es por ejemplo: el crecimiento de los senos, los pezones crecen y se proyectan hacia delante y toman una forma cónica y luego redondeada.

En los Hombres la voz se hace más grave, ensancha hombros, la piel se hace más áspera y grasosa y el acné es más común en los hombres que en las mujeres.

Primeros Signos de la Madurez Sexual

Hombres: Producción de semen, eyacuación involuntaria (llegada de la Espermarca), mayoritariamente esta eyacuación involuntaria se produce en las noches, llamado sueño húmedo, en donde manchan las sabanas

Mujeres: Menstruación o menarca, que ocurre mensualmente y varía de 10 a 16 ½ días, la menarca llega al poco tiempo después que los senos hayan comenzado a desarrollarse.

Salud Mental, Física del Adolescente

Por lo general, los problemas de salud son consecuencia del estilo de vida sedentario o de la pobreza, dependiendo del origen étnico y social, muchos adolescentes precoces consumen drogas, conducen en estado de ebriedad y son sexualmente activos.

Estado Físico

Menos activos durante la adolescencia, solo el 50% de los hombres y el 25% de mujeres participan en actividades físicas por lo menos 3 veces a la semana. La falta de ejercicio afecta la salud física y mental, incluso la actividad física moderada, como pasear, montar bicicleta, entre otros, beneficia la salud, si se practica con regularidad. Un estilo de vida sedentaria conlleva a riesgos crecientes de obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares.

Necesidad del Sueño

No duermen el tiempo suficiente, pues se acuestan más tarde y se levantan más temprano en la época escolar. Deben dormir 8 horas diarias como mínimo, para tener un descanso reparador. El dormir los fin de semana hasta más tarde, no recuperara el sueño perdido, esto causa que el adolescente durante el día este en un estado de animo bajo, irritable y desempeño escolar deficiente.

Trastornos alimentario y de nutrición

Los Adolescentes deben evitar los Alimentos Chatarra, esto conlleva a una baja de minerales como el calcio, zinc y hierro. Debe potenciar más el calcio (crecimiento de los huesos) consumiendo leche descremada, baja en materia grasa para mantener un peso adecuado a su estatura.

Obesidad

La mujer: Necesita cerca de 2.200 calorías diarias

El Hombre: Necesita cerca de 2.800 calorías diarias

Muchos Adolescentes consumen mas calorías de la que gastan y así acumulan grasa en el cuerpo. La Obesidad en nuestro país es el mayor trastorno que se esta dando hoy en día en jóvenes de 12 a 17 años.

Para balancear este trastorno es importante tener un programa de actividad física y una dieta balanceada. Pero a veces hay factores genéticos distintos a la fuerza de voluntad, que pueden influir a que sean más susceptibles a la obesidad.

Anorexia

La anorexia nerviosa se produce por el miedo a la obesidad, en donde la preocupación excesiva por la imagen corporal y el peso se hacen extremas. Estos trastornos son más comunes entre las mujeres que desean sobresalir por ejemplo, en ballet, natación, gimnasia, entre otros. Las mujeres tienden a ser más críticas con su cuerpo en la adolescencia, en tanto los hombres se hallan satisfecho con su cuerpo.

Bulimia

Se da más en las mujeres, en donde consume enormes cantidades de comida en corto tiempo 2 horas o menos, y luego trata de inducir al vomito, haciendo estrictas dietas, ayunando, ejercicios muy rigurosos o tomando laxante.

La bulimia es más común que la anorexia, se estima que entre el 1 y 3% de mujeres adolescentes sufren este trastorno, casi 10 veces más que los hombres.

Consumo de Drogas

El consumo de drogas comienza cuando los jóvenes pasan de la enseñanza básica a la media, donde encuentran nuevos amigos y son más vulnerables a la presión de los pares. Lo que conlleva a este consumo es buscar actividades excitantes, influencias familiares (los padres también consumen, conflictos familiares, no vivir con los padres biológicos, fracaso escolar o laboral, entre otras).

Cuanto más temprano comiencen los jóvenes a consumir drogas, con mayor frecuencia la consumirán y mayor será la tendencia a abusar de ella.

DESARROLLO COGNITIVO

ASPECTOS DE MADUREZ COGNITIVA

Etapas de Operaciones Formales de Piaget

Según Piaget, los adolescentes logran el más alto nivel de desarrollo cognitivo (operaciones formales), cuando alcanzan la capacidad para pensar en forma abstracta. Este desarrollo se inicia a los 11 años, este pensamiento le proporciona nuevas herramientas para manejar la información. Ya no se limitan al aquí y al ahora, sino que pueden planear el futuro. Son capaces de elaborar y comprobar hipótesis. Capaz de preguntar el porqué de las cosas.

CARACTERÍSTICAS DE INMADUREZ EN EL PENSAMIENTO ADOLESCENTE

David Elkind: (Psicólogo) Identificó comportamientos y actitudes inmaduros en los adolescentes, que pueden ser el resultado de las primeras aventuras de los jóvenes en el pensamiento abstracto. Los adolescentes creen que se la saben toda y que todo gira en torno a ellos. Elkind también señala que los adolescentes siempre están actuando.

Tendencia a Discutir: Los adolescentes buscan nuevas habilidades de razonamiento y demostrarlas. Buscan razones por ejemplo para llegar a casa más tarde de lo que sus padres creen que deben llegar.

Indecisión: No están seguros de las posibilidades que entrega la vida, muchos adolescentes tienen dificultades para decidir, como en cosas tan sencillas de ir al centro comercial con un amigo.

Búsqueda de fallas en las figuras de autoridad: Los adolescentes descubren a que los adultos que alguna vez obedecieron (padres, abuelos, profesores, etc.), les busca sus debilidades y los critica

Hipocresía evidente: Es cuando por ejemplo, te ayudo a ordeñar la vaca, pero no me pidas que me levante a las 3 de la mañana, es decir, apoya las actividades, pero por parte de él no hace ningún esfuerzo.

Autoconciencia – Audiencia imaginaria: La fantasía de la vivencia imaginaria es fuerte en los primeros años de adolescencia. El adolescente cree que todo el mundo lo está observando.

Suposición de invulnerabilidad – Fábula personal: son condiciones que los adolescentes creen que jamás le pasará a ellos. Por ejemplo él consume drogas pero yo no. La Fábula personal es aquella enseñanza que los dejan, por ejemplo: se le rompió el cierre del pantalón, mientras más insegura, mayor es la vergüenza que se siente.

K Wagner Schaine: El modelo de Schaine se refiere a los usos del intelecto en desarrollo dentro del contexto social. Se dividen en 7 etapas:

Etapa Adquisitiva (niñez y adolescencia): Niños y adolescentes adquieren información y habilidades que les serán útiles o les servirán de preparación para insertarse en la sociedad.

Etapa de Logros (entre 18 a 21 años): Los adolescentes ya no adquieren conocimientos solo para utilizarlo sino que emplean lo que saben para conseguir objetivos. Ej.: Una carrera universitaria.

Etapa Responsable (39 a 60 años): Emplean la mente para resolver problemas prácticos asociados a las responsabilidades frente a los demás y emplean metas a largo plazo.

Etapa Ejecutiva (30 a 40 años): Las personas son capaces de ser responsables de sistemas sociales. Ej.: Empresariales o gubernamentales.

Etapa reorganizadora (fin de la edad adulta intermedia, comienzo de la edad adulta tardía): Los adultos mayores enfocan sus limitadas energías en tareas significativas para ellos.

Etapa de legado(vejez avanzada): Las personas ancianas se preparan para morir, registran las historias de sus vidas, distribuyen sus bienes, etc.

RAZONAMIENTO MORAL: TEORÍA DE KOHLBERG

Los niños obedecen las reglas de los demás para evitar el castigo, Kohlberg describe tres niveles de razonamiento moral, lo cuales se dividen en:

Nivel 1: Moral preconvencional (4 a 10 años): Las personas obedecen reglas para no recibir castigos o para recibir recompensa.

Nivel 2: Moral convencional (10 a 13 años): Convencional, quiere decir, son acuerdos que me dan los mayores. Están preocupados por ser buenas, agradar a los demás y mantener el orden social. Muchas personas no alcanzan este nivel, no siquiera en la edad adulta.

Nivel 3: Moral posconvencional (adolescencia – adultez): Las personas siguen manteniendo principios morales y emiten sus propios juicios basados en el bien, la imparcialidad y la justicia. En general, las personas no alcanzan este nivel de razonamiento moral por lo menos hasta la adolescencia temprana o bien en la adultez temprana.

DESARROLLO PSICOSOCIAL

Erikson (1968): Identidad frente a la confusión de identidad

En la Teoría de Erikson, él adolescente busca dar sentido coherente al yo, incluido el papel que él o la adolescente desempeña en la sociedad. Según Erikson, los adolescentes forman su identidad no solo tomando como modelo a otras personas, como lo hacen niños más jóvenes, sino también deben determinar y organizar sus capacidades, necesidades, intereses y deseos para expresarlos luego en un contexto social.

Los adolescentes pueden mostrar alguna confusión regresando a la niñez para evitar resolver conflictos comprometiéndose a seguir cursos de acción no muy bien definidos.

La identidad se forma a medida que los jóvenes resuelven tres aspectos importantes:

- La elección de una ocupación
- La adopción de valores en qué creer y por qué vivir
- Y el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria

El hombre sólo es capaz de experimentar intimidad real después de que ha logrado una identidad estable, en tanto la mujer se define a sí misma en el matrimonio y la maternidad.

JAMES MARCIA: Estado de identidad (crisis y compromiso)

En esta etapa los adolescentes están en plena búsqueda del yo o estado de identidad, para establecer los estados de identidad, Marcia plantea 4 tipos de identidad:

Logro de identidad: Caracterizado por el compromiso de elecciones hechas después de una crisis, un periodo dedicado a explorar alternativas. Padres estimulan para que tome sus propias decisiones, no presionan Ej.: Estarías dispuesto a renunciar a ese trabajo si tuvieras algo mejor

Aceptación sin Raciocinio (compromiso sin crisis): Es cuando una persona no dedica tiempo a considerar alternativas (es decir, que no ha estado en crisis) se compromete con los planes de otra persona para su vida. Ej.: el adolescente obedece las órdenes de sus mayores (como puede ser los padres)

Moratoria (crisis sin ningún compromiso): Es cuando una persona considera alternativas (crisis) y parece guiado por el compromiso. Ej.: tiene las ganas de hacer algo (pololear), tiene la confianza en sí mismo, pero no se atreve.

Difusión de identidad (ni compromiso, ni crisis): En esta etapa esta la ausencia de compromiso y la falta de alternativas. No está seguro de sí mismo y tiende a no cooperar, todo le da igual, lo toman todo a la ligera.

MUERTE EN LA ADOLESCENCIA

La muerte en esta etapa de la vida es siempre trágica. Cuando un adolescente muere, es generalmente por la violencia. Las principales Causas de Muerte en jóvenes de 15 a 24 años es por: accidentes, homicidios y suicidios, reflejan presiones culturales, inexperiencia e inmadurez de los adolescentes, que con frecuencia los lleva a correr riesgos y a ser imprudentes.

La tasa de mortalidad en los varones de 15 a 24 años es casi tres veces más que las mujeres

La presencia de armas cargadas y sin seguro en los hogares incrementa el riesgo de homicidio entre los adolescentes en más de tres veces y el suicidio en más de diez veces.

La depresión, "una enfermedad que se presenta en el 1 ó 2% de la población adolescente". En esta época de la vida, dicha patología está asociada a "conductas alteradas como agresividad, agitación, consumo de drogas e incluso puede llevar al suicidio", agregó. "Aunque no es muy frecuente, el suicidio es la tercera causa de muerte en la adolescencia". Y normalmente se produce porque hay una enfermedad debajo, como depresión, esquizofrenia, trastornos de la conducta alimentaría, ansiedad o toxicomanías, que si se curaran, estas muertes no se producirían".

Respecto a las claves para prevenir la depresión, se refirió a la "mejora de la autoestima. El adolescente viene de una edad, la infancia, donde generalmente tiene la autoestima por las nubes. Y con los cambios que se producen en esta nueva etapa, tanto físicos como personales, la autoestima se viene abajo".

Cuando una adolescente muere por lo general es de forma violenta accidentes, homicidios y suicidios. La percepción que se tenga de las relaciones con los demás, en casa como colegio afecta la salud y el bienestar.

Los resultados subraya la importancia del tiempo que pasan los padres con sus hijos y su disponibilidad para atenderlos. Los jóvenes con promedios de calificación bajos tienen mayor posibilidad de sufrir estrés emocional. Inclinar a fumar, beber, usar drogas y empezar su vida sexual a temprana edad.