

El adolescente y su entorno: familia, amigos, escuela y medios

L. Rodríguez Molinero

Pediatra Acreditado en Medicina de la Adolescencia por la AEP. Consulta de Adolescencia, Hospital Campo Grande. Valladolid



Resumen

Este tema da para varios libros. La mayor dificultad ha sido siempre sintetizar en un artículo la cantidad de teorías, hipótesis y evidencias sobre el mundo del adolescente en una sociedad en cambio constante, sometida al consumo, la industria, la producción y el mercado.

Presento una síntesis actualizada y, en ocasiones, en forma de esquema, para provocar el estudio y la comprensión, y suscitar la creación de servicios de ayuda a los adolescentes. En general, la socialización y la educación son tareas que exceden a la propia familia, cada vez más. Los profesionales de la salud, en nuestros cometidos físico, psíquico y social, podemos intervenir tempranamente en lo referente a la prevención primaria.

Existe amplia bibliografía al respecto. Me han parecido más realistas los estudios españoles al tratarse de nuestro ambiente y nuestra circunstancia, ya que la diferencia de valores, costumbres y normas de una sociedad a otra, hace hablar de tantas adolescencias como tipos de sociedades.

El Instituto de la Juventud Española tiene multitud de estudios, algunos se citan en la bibliografía, que me han ayudado a ofrecer una visión actualizada del adolescente y su entorno.

Abstract

This topic gives for several books. The greatest difficulty has always been to synthesize in an article the number of theories, hypotheses and evidences about the adolescent world in a society in constant change, subject to consumption, industry, production and the market.

I present an up-to-date synthesis, and sometimes in outline form, to provoke study and understanding, and to promote the creation of adolescent support services. Socialization and education in general are tasks that exceed one's family more and more. Health professionals, in our physical, psychic and social roles, can intervene early in primary prevention.

There is ample bibliography in this respect. I have found the Spanish studies to be more realistic in our environment and our circumstances, since the difference of values, customs and norms from one society to another makes us speak of as many teens as types of societies.

The Institute of Spanish Youth has many studies, some are cited in the literature, which have helped me to offer an updated view of the adolescent and his environment.

Palabras clave: Adolescencia; Familia; Escuela; Amigos y medios de difusión de masas.

Key words: Adolescence; Family; School; Friends and mass media.

Pediatr Integral 2017; XXI (4): 261–269

Introducción

Los medios de comunicación, por lo general, transmiten noticias referidas a los adolescentes en lo que tienen de negativo. El conocimiento del desarrollo del cerebro ha puesto de manifiesto que hay dos etapas para el aprendizaje: la primera infancia y la adolescencia.

Malala es una adolescente pakistaní que en 2014, cuando tenía 17 años, recibió el premio Nobel de la Paz junto a otro activista. Este dato y la lectura de un artículo de José Antonio Marina sobre el talento de los adolescentes, me ha llevado a pensar en el mal ejemplo que estamos dando difundiendo mensajes negativos

de los adolescentes. De forma que, me ha recordado el axioma de la psicología evolutiva de la “profecía autocumplida”. Los medios de comunicación, por lo general, transmiten noticias referidas a los adolescentes en lo que tienen de negativo, consideran la adolescencia como un peligro social, como una etapa difícil de la que se sale con sufrimiento. El

“efecto Pigmalión” supone el fenómeno contrario y es más educativo. Pensar que se puede lograr lo que parece casi imposible o difícil, y aportar los estímulos suficientes, hace que al final se consiga lo que se pretendía. Hay evidencias y demostraciones que lo avalan. Los médicos siempre hemos tenido una visión muy sesgada de la realidad que percibimos desde el punto de vista de nuestro trabajo. Nos disculpa el oficio, pero somos conscientes de este error, y en la medida de lo que podemos, queremos ver la adolescencia de otra manera.

Los datos avalan lo que decimos. Según el Instituto de la Juventud Española (INJUVE), en el seguimiento desde el año 2002 al 2014, entre el 83 y el 78% de los jóvenes declaran sentirse satisfechos. Los aspectos en los que la juventud manifiesta sentirse más satisfecha son: las relaciones familiares (64%), la salud (56%) y las relaciones de amistad (53%)⁽¹⁾. Son datos más optimistas de lo que se divulga.

El conocimiento del desarrollo del cerebro ha puesto de manifiesto que hay dos etapas para el aprendizaje: la primera infancia y la adolescencia. En esta última, es donde el área prefrontal, responsable de las capacidades ejecutivas y sociales, está sometido a un aumento de la sinaptogénesis y mielinización (Sarah-Jaynes Blackmore).

La adolescencia es una etapa de preocupación en las familias, y durante muchas generaciones lo seguirá siendo. Se trata de una etapa larga (y mientras se mantenga este modelo social, lo será más...) caracterizada en lo físico por cambios rápidos y constantes readaptaciones personales, familiares, académicas y sociales. Sin embargo, para muchos investigadores, lo más llamativo de esta etapa es la relación con la sociedad, hasta el punto de que se ha desarrollado todo un sistema para entender esta etapa desde un modelo sociológico (teoría del aprendizaje social de Bandura)⁽²⁻⁴⁾. Este modelo atribuye mucho valor a la influencia que ejerce la sociedad sobre los adolescentes: la pérdida del papel educativo de los padres, la oferta de un consumo sin límites, la falta de horizontes de futuro capaces de ilusionarles, la sobreestimulación sensorial y la sobreexcitación sobre una personalidad aún inmadura, la ausencia de servicios

asistenciales de tipo sanitario o social que atienda sus demandas, etc.

Los adolescentes se hacen especialmente críticos con los diferentes contextos en que viven. El problema que se plantea con mayor intensidad en el adolescente, es el de encontrar bases sólidas sobre las que fundamentar su identidad. Aparece la conciencia de poseer un cuerpo sexuado, la altura y la fuerza física varían constantemente, vive íntimamente ligado a la madurez e independencia y pasa de comportamientos extravertidos a momentos de radical inhibición y enclaustramiento. La oposición a las normas sociales y familiares aparece como un modo de construir y afianzar dicha identidad.

Igualmente, se trata de un periodo crítico en lo que a necesidades sexuales se refiere. Lo que los padres y educadores no podemos olvidar es que las

capacidades sexuales de un adolescente son, desde el punto de vista biológico, iguales a las de un adulto: afecto, intimidad y capacidad para vincularse y desvincularse. Hay, por tanto, que dejar de lado la visión negativa de la sexualidad y abordarla con actitudes positivas.

En esta etapa de la vida, los adolescentes construyen su identidad proyectándose en sus iguales. Ven a los adultos diferentes y ajenos a ellos, aunque quieren adoptar las mismas condiciones que los mayores (aprendizaje social) y van a esperar de estos recibir un trato igualitario y no una relación de subordinación.

Resulta imprescindible que los adolescentes puedan participar de forma activa y negociada con los adultos en las distintas cuestiones que les afecten. Esto no significa que no deban tener límites. Por el contrario, la resolución de conflictos negociada y pactada es

Tabla 1. Informe de la familia española en el 2016

- Desde 1980 se ha reducido un 25,4% la natalidad
- Se necesitan, al menos, 260.000 nacimientos anualmente para asegurar el nivel de reemplazo generacional
- Además, este lleva 35 años por debajo del nivel de reemplazo generacional
- España necesita 719 nacimientos al día para sobrevivir como sociedad
- España es el país de la UE28 en el que se tienen los niños más tarde
- Además, el aborto frena la natalidad: España superó los 94.000 en 2014
- El 18,16% de los embarazos termina por voluntad de la madre. Desde 1985 ha habido más de 2 millones
- Esto supone que España sea el tercer país de la UE28 (con Reino Unido y Francia) con mayor número de abortos
- Desde 1981, la población mayor se ha duplicado y la población juvenil se ha reducido la cuarta parte
- Se han perdido 2,6 millones de jóvenes
- Cada vez hay más parejas de hecho. Uno de cada 7 hogares de parejas es de este tipo
- Se ha pasado de 563.785 parejas de hecho en el año 2001 a 1.602.900 en el 2014
- La natalidad extramatrimonial se ha cuadruplicado desde 1995 y supera ya la media de la Unión Europea (39%)
- Los nacimientos fuera del matrimonio han pasado de 40.000 en 1995 a 181.691 en el 2014, lo que ha supuesto un crecimiento del 277%
- Se producen al año más de 105.000 rupturas familiares. De ellas, 100.746 son divorcios, 5.034 son separaciones y 113 son nulidades
- El divorcio afecta anualmente a casi 100.000 niños (92.753 hijos en el 2014)
- Tan solo en los últimos 5 años (2010-2014) 458.371 menores se han visto afectados por el divorcio de sus padres
- Los hijos menores son los más afectados por la ruptura. 9 de cada 10 rupturas (90%) tienen hijos que no han alcanzado los 18 años
- Esto afecta a más de 83.900 hijos menores de edad
- La población separada/divorciada se ha duplicado en los últimos 10 años, con 2,3 millones de personas, representa ya el 6% de la población adulta española
- En el 2014, se produjeron 162.554 matrimonios y 105.893 rupturas familiares
- La tasa de ruptura/matrimonio española (0,65) está muy por encima de la media de la Unión Europea (0,46)

Tabla II. Características de la familia funcionante

- Vitalidad
- Ambiente honesto
- Los miembros se escuchan y son capaces de demostrar amor, afecto y desacuerdos
- Cada persona siente sus propios derechos. Se siente valorada y querida por los otros miembros
- Se tiene en cuenta a los niños y se les da protagonismo
- Entiende el abrazo, el beso... y huyen del "hay que ser fuerte..." o "...los hombres no lloran"
- Saben enfrentarse a los problemas
- Los padres son educadores y acompañan en el crecimiento
- Coherentes entre lo que se dice y lo que hacen
- Saben que tienen que prepararse para ser padres. Que ser padres es un oficio que se va aprendiendo
- Son comprensivos con los hijos y tienen preocupación, por lo que les pasa.
- Aceptan los cambios

necesaria también para el aprendizaje de los hábitos democráticos, para la participación en la elaboración de normas y para la consecuente construcción activa de una moral autónoma (F. López. El aprendizaje de la disciplina).

Sin embargo, la cultura occidental no ha resuelto el papel que ha de asignar a sus jóvenes. Los adolescentes, en las edades comprendidas entre los 12 y los 18 años, siguen necesitando instrucción, pero también integración activa en la sociedad.

Preparados biológica y cognitivamente para integrarse en la sociedad y ser autónomos, siguen, sin embargo, dependiendo durante muchos años de sus padres. Se trata de un tema sobre el que las sociedades desarrolladas deben reflexionar, ya que algunos problemas que manifiestan hoy en día los adolescentes nos llevan a pensar que, posiblemente, no estemos atendiendo bien sus necesidades.

La sociedad occidental ha creado unas corrientes de moda, publicidad y consumo que determinan la conducta de los individuos y son bastante ajenas al bienestar de los adolescentes.

La familia

La familia española ha sufrido en muy pocas décadas la transformación que otros países han pasado en un siglo.

La familia es el lugar donde se desarrolla el adolescente desde el nacimiento y en ella se satisfacen todas las necesidades del desarrollo y la adaptación del adolescente. La familia española ha experimentado en muy pocas décadas la transformación que en otros países ha sucedido en un siglo⁽⁵⁾ (Tabla I). Antes de la sociedad industrializada, las familias españolas eran unidad de producción y aprendizaje. Con el desarrollo, se fueron perdiendo funciones y al mismo tiempo se produjeron cambios adaptativos a la nueva sociedad: disminución del número de miembros y mayor distanciamiento relacional y emocional. El sociólogo Miguel Requena denomina "eclipse de la razón doméstica", al proceso de pérdida de funciones y cambio de forma de las familias a lo largo de su modernización. La familia actual, familia nuclear, formada por los padres y un número reducido de hijos (entre uno o dos) es una unidad sentimental, siendo un refugio para los afectos, el desarrollo personal y el reconocimiento mutuo de los integrantes. De hecho, no hace más de un siglo, el amor, el respeto o el cariño eran elementos ajenos a la unidad familiar. Probablemente, con los cambios familiares descritos y la incorporación de la mujer al trabajo no se ha producido un compromiso paralelo del varón a las tareas familiares tradicionalmente atribuidas a la mujer.

Necesidad de establecer vínculos afectivos incondicionales

El vínculo del apego. Es como un espejo incondicional que nos devuelve aquello que nos gusta: "...así eres, así te quiero...". Nos ayuda a construir

Tabla III. Características de la familia disfuncionante

- Aquellas de ambiente frío, cortés, cargado de secretos...
- Los integrantes apenas se toleran. La relación es poco amistosa
- No se comunican sentimientos
- Rostros tristes, depresivos; los ojos bajos que esquivan la mirada. Los oídos no escuchan, se impide pensar...
- Descalificación mutua. Psicorrigidez
- Unidos por el dolor. Sufren todos. Humor sarcástico y cruel... "Ya lo decía yo..." "... tú no sirves más que para..."
- Los adultos, preocupados más, por lo que se debe o no se debe hacer, que por los hijos
- Cuando una pareja es conflictiva crean hijos conflictivos: "no me gusta, pero es lo que conozco...". Se transmite por imitación de modelos

una afectividad segura y confiada. Lo opuesto, es la soledad emocional, el sentimiento de desconfianza y desprotección. Esta soledad se hace intolerable y hasta puede incidir en la salud física. El apego nos enseña un estilo relacional que refleja un grado de confianza o desconfianza hacia los demás que repercute en las relaciones sociales, de amistad y de intimidad; y nos enseña también un código necesario para usar en la comunicación y en la intimidad: tocar y ser tocado, mirar y ser mirado, abrazar y ser abrazado, expresar emociones y entenderlas...⁽⁶⁾ (Tablas II- IV).

La madre suele ser la figura de apego más común, pero no la única. Es necesario preparar a los padres para ser buenas figuras de apego, porque esto es más decisivo que tal o cual información o educación. Por eso, muchos padres educan excelentemente sin necesidad de conocer grandes cosas.

Tabla IV. Diferencias entre familia funcionante y disfuncionante

Funcionante	Disfuncionante
Flexibles	Rígidas
Comunicación clara	Comunicación ambigua
Educación según necesidades	Educación rígida y autoritaria
Las crisis o cambios son aceptados	Mala adaptación a los cambios
Ambiente relajado y acogedor	Ambiente tenso y desagradable
Cuerpos relajados	Cuerpos rígidos

Criar, educar, socializar

Educar para la vida en normas, valores y comportamientos es facilitarles la incorporación de una manera flexible, ágil y sin sufrimientos ni conflictos. El papel educador de los padres y madres ahora no está definido, sino que se debe adaptar a las circunstancias y realidades de los hijos.

Según los diccionarios de sociología familiar, la socialización es: “la preparación para lograr la adaptación de los niños y niñas en la sociedad en la que viven a través del aprendizaje de valores, normas y comportamientos”. Y en esta tarea, la familia sigue siendo el pilar más importante, sobre todo, por la influencia que tiene en la personalidad que se forma antes de los dos años, y en los aprendizajes afectivos y emocionales desde el nacimiento⁽⁶⁾.

Criar y educar, en la práctica, no es más que facilitar el bienestar físico, psíquico y social y, en definitiva, socialización de los adolescentes. Educar para la vida en normas, valores y comportamientos, es facilitarles la incorporación de una manera flexible, ágil y sin sufrimientos ni conflictos. Se trata de dar sentido a la existencia de nuestros hijos. Es ayudarles a responder a preguntas fundamentales. ¿Quién soy?, ¿de dónde vengo?, ¿a dónde voy?, ¿a quién pertenezco? Respuestas que deben darse de acuerdo a la cultura de donde procede. La educación familiar puede facilitar el sentido de identidad y pertenencia que permitan encontrarse en el mundo de forma satisfactoria. Tomando unas palabras de la antropóloga M. Mead, afirmaremos con ella que nosotros los padres y madres “debemos crear nuevos modelos para que los adultos puedan enseñar a sus hijos, no lo que deben aprender sino cómo deben hacerlo y no con qué deben comprometerse sino cuál es el valor del compromiso”.

El papel educador de los padres y madres ahora no está definido, sino que se debe adaptar a las circunstancias y realidades de los hijos. Necesitamos aprender a ser padres en cada hijo y preguntarnos constantemente si lo estamos haciendo bien, si podemos mejorar, etc.

Educación en valores, actitudes y normas

Estamos de acuerdo con Victoria Camps cuando escribe: “[...] La edu-

cación ha perdido el Norte, ha caído en la indefinición y ha olvidado su objetivo fundamental: la formación de la personalidad. Una formación que corresponde, sobre todo, a la familia, pero también a la escuela, a los medios de comunicación, al espacio público en todas sus manifestaciones. Urge, por tanto, volver a valores como: el respeto, la convivencia, el esfuerzo, la equidad o la utilización razonable de la libertad [...]”. (V. Camps, “Creer en la Educación”).

Se entiende por valor, la razón por la cual se ejecuta un comportamiento. Valores son: la libertad, la salud, la vida biológica, el amor, la ternura, la paz, la solidaridad, la comprensión, la empatía, la justicia, etc. Valores son: conceptos o creencias, modos deseables de ser o comportarse, universales, que dan lugar a las normas y están jerarquizados. Los valores pueden ser morales, éticos, culturales y científicos. Los dos primeros son los que más influyen en el comportamiento y en la psicología del adolescente, debido a la influencia que tienen en la autoestima y concepto de sí mismo. La vida y la salud son valores que, pese a ser muy potentes, para muchos adolescentes están por debajo de la libertad o el placer. Por eso no es raro oír en las consultas “mi cuerpo es mío y hago con él lo que quiero”. En efecto, la libertad es para muchos adolescentes un valor principal y no es fácil convencer de lo contrario. Educar en los valores no significa imponer, sino más bien proponer, desarrollar la capacidad de elección del adolescente e impulsar su coherencia entre lo que piensa, dice y hace y así madurar en las tres dimensiones de los valores: la intelectual, la afectiva y la de la libertad de comportamiento.

Cuando hablamos de educar en valores, se trata de aprender: actitudes, hábitos, normas, costumbres, creencias y responsabilidades sociales que se ha demostrado son útiles para el desarrollo de la persona, y que se suelen transmitir por vivencias. Es la familia el transmisor más importante de valores, aunque en esta enseñanza se vean implicados la escuela y la propia sociedad a través de los medios de difusión. En la medida en que la familia educa menos, la influencia del ambiente extrafamiliar es mayor⁽⁶⁾.

Actitud, según Eiser, es: “predisposición aprendida a responder de un modo

consistente a un objeto social”. Influye de forma determinante en la personalidad. Se aprende con la experiencia, es temporal y contiene una carga afectiva. Las actitudes cumplen una serie de funciones en la economía social del sujeto: permiten comprender el mundo en que se vive, protegen la autoestima, facilitan el ajuste al medio y favorecen la expresión de los valores personales.

La familia como fuente de actitudes para los hijos

La familia es el lugar más importante donde se adquieren las actitudes, tanto el niño como el adolescente y, como es de esperar, se trata de que estas sean lo más positivas posible. Algunas actitudes trascendentes:

- Actitudes motivacionales. Se trata de que los adolescentes aprendan a superarse y encontrar satisfacción por la tarea bien realizada, lo cual contribuye al aumento de su autoestima, valorando las posibilidades de cada uno para no aspirar a más de lo que se puede.
- Actitudes de responsabilidad para afrontar las obligaciones y compromisos personales y sociales. Tiene que haber coherencia entre las responsabilidades que se aprenden en la familia y en la escuela para no crear conflictos difíciles de superar.

Los conflictos

Los conflictos son motivo de malestar, insatisfacción, en ocasiones, situaciones muy violentas y hasta de rotura familiar. En principio, los conflictos forman parte de la vida misma y no tienen por qué ser malos.

Conflicto es enfrentamiento: los intereses del adolescente no coinciden con los de los padres. Los conflictos son motivo de malestar, insatisfacción y, en ocasiones, situaciones muy violentas y hasta de rotura familiar. En principio, los conflictos forman parte de la vida misma y no tienen por qué ser malos, sino que pueden considerarse necesarios para el buen crecimiento. Todos estamos expuestos a conflictos y, en ocasiones, varios al mismo tiempo. Otra cosa es si se resuelven y de qué manera, y ahí está lo negativo. Podemos decir que hay muchos tipos de conflictos, ya que están ligados a los valores, actitudes y normas de cada uno.

Para resolver los conflictos: en primer lugar, hay que desear resolverlos, pues paradójicamente en todo conflicto hay ganancias secundarias que les hacen perdurar. Ciertas actitudes, algunas situaciones inconscientes o biográficas o falsas apreciaciones pueden contribuir a mantener los conflictos⁽⁷⁾.

En segundo lugar, una vez tomada conciencia de la necesidad de resolver el asunto, hay dos formas técnicas: la negociación y la agresividad, que puede ser constructiva o destructiva.

En tercer lugar, la resolución, tiene que satisfacer las necesidades de las personas, fortalecer sus relaciones y enfocar los recursos hacia un crecimiento de todos los implicados.

Una vez que hemos aceptado que los conflictos nos acompañan ineludiblemente a lo largo de nuestra vida, la conclusión es aprender a resolverlos y para ello tenemos que aprender una serie de habilidades:

1. Aprender estilos comunicativos óptimos para intercambiar opiniones y sentimientos entre padres y adolescentes.
2. Aceptar las realidades y posibilidades de cada persona que interviene en el conflicto, pues muchos adolescentes no tienen las capacidades ni medios para estar a nuestro nivel.
3. Posibilitar la toma de decisiones dentro de la familia de forma auto-crática, grupal o consultiva.
4. Desarrollar empatía para comprender al adolescente desde sus necesidades e intereses.
5. Mostrar respeto por el adolescente.
6. Favorecer habilidades asertivas que faciliten la expresión de nuestras propias necesidades de forma serena con objetividad y persiguiendo una comprensión mayor de uno y de los demás.
7. Potenciar la capacidad de razonar. Capacidad que todos creemos tener, hasta que nos damos cuenta de lo difícil que es razonar, para admitir tanto las propias razones como las de los hijos adolescentes.
8. Promover la cooperación del adolescente en las labores familiares. Hay muchas oportunidades diarias de cooperación para facilitar las interrelaciones entre padres y adolescentes.

9. Posibilitar la libertad y autonomía personales en base a un reconocimiento de los derechos y deberes de los padres y de los adolescentes.
10. Mostrar actitudes positivas y optimistas, que siempre facilitan mejor los encuentros de las personas en general y con nuestros adolescentes en particular.
11. Aprender a dominar la hostilidad cuando esta se produzca. La inmadurez y la fragilidad emocional y del control de la conducta de los adolescentes provoca hostilidad cuando se producen conflictos en la familia.

La tensión familiar

Cierta dosis de tensión puede ser creativa y estimulante para el desarrollo personal. Pero el exceso puede terminar en agobio y en daño. Es conveniente conocer cómo se puede afrontar la tensión para evitar situaciones que alteran la paz familiar, sobre todo, cuando tratamos con adolescentes.

Tensión es presión emocional y mental. Está ligada a la propia actividad vital. Puede ser generada, tanto por situaciones tristes o negativas como por aspectos positivos y alegres: la misma tensión puede producir el exceso de actividad laboral, como el enamoramiento. La vida sin tensión puede ser aburrida. Un poco de tensión puede ser creativo y estimulante para el desarrollo personal. Pero el exceso puede terminar en agobio y en daño.

Las señales de tensión más frecuentes son: el cansancio, la fatiga o el ánimo deprimido, dificultad para dormir, irascibilidad, taquicardia, aumento de la tensión arterial, deterioro de las relaciones personales...

Es conveniente conocer cómo se puede afrontar la tensión para evitar situaciones que alteran la paz familiar, sobre todo, cuando tratamos con adolescentes. Algunas orientaciones nos pueden ayudar en la tarea: no ser demasiado crítico, los adolescentes siguen necesitando del apoyo y estímulos de los padres para construir su autoestima; los adolescentes tienden a respetar nuestras ideas si nosotros respetamos las suyas; el enfrentamiento deteriora más las relaciones, por lo que es mejor negociar y buscar un punto intermedio.

Familias separadas o divorciadas

La diferencia entre separación y divorcio es puramente legal. A efectos psicopatológicos nos da lo mismo. Si dedicamos un rato a este punto, es por los daños que se producen en los adolescentes y, en general, en todos los hijos y porque constituye un problema frecuente en cualquier clínica con adolescentes⁽⁵⁾. Hay muchas familias que, llegado el caso, son responsables y tienen en cuenta la parte más débil de la familia, los hijos. La crisis debida a la separación, es un conflicto familiar, pero, además, supone una alteración del bienestar físico, psíquico y social del adolescente. Se considera el acontecimiento vital más importante en la vida del adolescente, por detrás de la muerte de uno de los padres y de los abusos sexuales.

Que los padres no se separen para evitar este daño, no puede aceptarse como razón, porque se ha demostrado que es peor la persistencia de una convivencia imposible^(8,9). Es conveniente recordar a los padres que, aunque dejen de ser esposos, siguen siendo padres a efectos de protección, ayuda, apoyo psicológico y educativo. Seguir expresando el amor por sus hijos y garantizar un espacio en el nuevo hogar del padre o de la madre es fundamental.

Los amigos

Los amigos pueden influir positiva o negativamente, dependiendo de la autoestima y la propia seguridad.

Las primeras experiencias fuera de la familia vienen desde la escolarización primaria. Los amigos en la adolescencia tienen una influencia relevante. Suponen el inicio del distanciamiento de la familia y la incipiente independencia y la búsqueda de nuevos vínculos que sustituyan a la familia. La necesidad de ser aceptado en el grupo de iguales pone a prueba las habilidades personales, familiares y sociales aprendidas en la infancia. Los amigos pueden influir positiva o negativamente en aspectos académicos, morales y de salud, dependiendo de la autoestima y la propia seguridad. Se puede decir que, si la aceptación por los amigos es satisfactoria, la competencia social en la edad adulta será la misma. Según Maslow, los adolescentes

necesitan una red social de apoyo que facilite la superación de la familia como unidad de convivencia y les ayude a ser independientes, tanto por la amistad como por proyectos afines culturales, políticos, religiosos.

El consumo es un elemento integrador de los adolescentes. La relación con el objeto de consumo es fugaz, dura, mientras se usa y es sustituida por otro objeto. Se cambia de residencia, de hábitos, de modas, de ideología y hasta de orientación sexual con suma facilidad. Es lo que se ha llamado “sociedad líquida” (Bauman, 2002). Este ambiente educativo en el que han crecido los adolescentes, va a chocar con las imposiciones de la crisis económica, la austeridad y el menor consumo⁽¹⁾.

A diferencia de la familia, los amigos son espejos condicionales y exigentes. Mediante habilidades sociales ensayamos y aprendemos un código de intimidad para: seducir y ser seducidos, decir sí o no, expresar emociones y entenderlas, acariciar y ser acariciados. La red social debe mantenerse siempre en la vida de la persona, independientemente de las figuras de apego. Este código de intimidad en la adolescencia tiene un contexto sexualizado que se manifestará de forma más o menos íntima.

De cómo resolvemos la vida en sociedad y de las habilidades aprendidas seremos: abiertos o cerrados, sinceros o desconfiados, tímidos o espontáneos, asertivos o no... Otro elemento importante en los adolescentes es la necesidad de contacto e intimidad. Los mamíferos tenemos necesidad de contacto íntimo, de tocar y ser tocados. Nuestro mayor amortiguador de tensión es el contacto corporal. Con esto están relacionados el deseo, la atracción y el enamoramiento.

La escuela

El tiempo escolar es la tercera parte del tiempo del adolescente (un tercio para descansar, un tercio para el ocio y un tercio en la escuela). La importancia no radica en el tiempo, que es mucho, sino en los importantes factores de socialización que allí suceden. Es la continuación de la familia en la enseñanza de mecanismos de adaptación social y en muchos casos, cuando la familia no funciona, constituye

el elemento de integración social de más valor. En la escuela no deberían enseñarse solamente conocimientos, sino también habilidades, técnicas y mecanismos de aprendizaje social que potencien la personalidad del alumno... Intervienen cuatro factores: el sistema educativo, la escuela, el maestro y los propios alumnos⁽⁸⁾.

El sistema educativo

Para perdurar, cualquier ley de educación tiene que estar consensuada por la gran mayoría de las fuerzas políticas.

Nos gustaría recordar que un punto importante de la filosofía de las leyes de enseñanza es la personalización de la enseñanza; es decir, intentar comprender que cada alumno es distinto y las necesidades de aprendizaje son distintas. Todo ello, para que la escuela sea un lugar de formación y no de deformación o sufrimiento. La realidad clínica, que vemos en ocasiones, está alejada de este planteamiento ideal. En el fondo, los sistemas son poco flexibles por su estructura, o por falta de tiempo o de recursos asignados. La sociedad tiene lo que se merece si no dota a la enseñanza de los medios para cumplir los fines que la Ley reconoce. Leyes más humildes y realistas son mejores que aquellas que no pueden cumplirse. Para perdurar, cualquier ley de educación tiene que estar consensuada por la gran mayoría de las fuerzas políticas. Los ciudadanos españoles en poco tiempo hemos conocido varias leyes que cuando salen del Parlamento no encuentran las estructuras escolares aptas para lo que se propone. Es necesario pensar en leyes que tengan duración, porque la educación de los adolescentes lo merece.

Los programas deben contener conocimientos, pero también: formación de las personas, temas de desarrollo evolutivo, relaciones interpersonales, urbanidad, ética y educación para la democracia (respeto y tolerancia).

Así como en la familia, el ejemplo de los padres forma parte de la educación, en los planes educativos, el ejemplo de los responsables es el modelo de identificación extrafamiliar.

El avance de la neurología y la pedagogía ha desarrollado la neuroeducación, que ha puesto en relación el aprendizaje con las emociones. Hay

conexiones entre el lóbulo prefrontal y la amígdala, que forma parte del sistema límbico, de forma que los aprendizajes ligados a emociones son más fácilmente retenidos en la memoria a largo plazo. En la adolescencia, cuando más aprendizajes racionales hay (matemáticas, física, química...), es cuando el cerebro es más emocional. Hay que lograr que los alumnos digan “sígame contando eso, profesor, que me interesa...”. Tenemos que mimar a los profesores, formarles en neuroeducación y cuidarles como elementos imprescindibles en un buen sistema educativo⁽¹⁰⁾.

La escuela como ecosistema que rodea al niño

El entorno natural, libre de ruidos o de tráfico excesivo y contaminación, los espacios libres para el recreo o los descansos de las clases, el mobiliario, la estructura de las aulas, la presencia de luz natural, los espacios para el deporte, los horarios y las vacaciones, la decoración y los valores estéticos..., forman parte de las influencias sobre la personalidad de los adolescentes.

La permisividad excesiva en la sociedad y la propia familia se trasladan a la escuela en forma de desautorización a los profesores y desprestigio derivado de las opiniones vertidas por algunos padres o ciertos medios de difusión. En consecuencia, los profesores no tienen ni el compromiso ni la motivación ni la dedicación que su labor precisa.

El maestro o profesor

El síndrome del “profesional quemado” es cada día más frecuente en el mundo de la enseñanza y merecería una reflexión en profundidad sobre sus causas y sus consecuencias sobre los alumnos.

Maestro o profesor, da igual la denominación, es la pieza clave en la enseñanza. La enseñanza, como la medicina, al ser una labor que no puede sustituirse por la técnica, depende de la calidad del profesor. Pueden actuar negativamente sobre el desarrollo del alumno tanto un profesor incompetente, como uno competente, pero que actúe inadecuadamente (incomprensión mutua, falta de empatía, rigidez...). El síndrome del “profesional quemado” es cada día más frecuente en el mundo de la enseñanza, y merecería una reflexión

en profundidad sobre sus causas y sus consecuencias sobre los alumnos. Las situaciones personales del profesor, como separaciones o divorcios, pleitos pendientes, denuncias de padres etc., son influencias negativas sobre los alumnos adolescentes.

Los medios

Los medios de comunicación (MC) cumplen una función importante en la sociedad. Contribuyen a transmitir ideas, costumbres, creencias, hábitos, papeles, actitudes, opiniones, valores, modas, etc. Su capacidad de penetración en los diferentes espacios vitales va en aumento y no solo a través de la información, sino también a través de la diversión y el entretenimiento⁽¹¹⁾. La relación, entre los medios de difusión y los adolescentes, se mueve entre el amor y el odio, aunque finalmente predomine el pragmatismo, puesto que se sirven de ellos para relacionarse o para obtener una información puntual. Los adolescentes “hacen realidad a través de la virtualidad digital”. Los padres se preguntan si en una personalidad en pleno desarrollo, los medios de comunicación serán buenos o malos. Son la generación “persona.com”: “Son más terapéuticos que ideológicos, y piensan más con imágenes que con palabras. Aunque su capacidad de construir frases escritas es menor, es mayor la de procesar datos electrónicos. Son menos racionales y más emotivos. (...) Pasan tanto tiempo con personajes de ficción (...), como con sus semejantes, e incluso incorporan a su conversación los personajes de ficción y su experiencia con ellos, convirtiéndolos en parte de su propia biografía. Sus mundos tienen menos límites, son más fluidos. Han crecido con el hipertexto, los vínculos de las páginas web, y los bucles de retroalimentación, tienen una percepción de la realidad más sistemática y participativa que lineal y objetiva. Son capaces de enviar mensajes a la dirección de correo electrónico de alguien, incluso sin conocer su ubicación geográfica, ni preocuparse por ello (...) tienen poco interés por la historia, pero están obsesionados con el estilo y la moda. Son experimentales y buscan la innovación. Las costumbres, las convenciones y las tradiciones apenas exis-

ten en su entorno, siempre acelerado y cambiante” (J. Rifkin, 2000).

Los adolescentes son nativos digitales, mientras que sus padres son emigrantes digitales. Ambos conceptos marcan una diferencia generacional difícil de superar que se ha llamado brecha digital. Los medios son agentes de socialización capaces de complementar, potenciar o anular la influencia de otros agentes tan fuertes como la familia o la escuela.

“Las cifras resultan abrumadoras: más de 10.000 horas invertidas en videojuegos; más de 200.000 mensajes de correo electrónico gestionados –tanto recibidos como enviados instantáneamente–; más de 10.000 horas empleadas hablando por el teléfono móvil; más de 20.000 horas viendo televisión –de las cuales, un alto porcentaje se aplica a las MTV de alta velocidad–; más de 500.000 anuncios publicitarios vistos y, quizás, a lo sumo, 15.000 horas destinadas a la lectura de libros”⁽¹²⁾.

La educación de calidad es la herramienta más poderosa para evitar el impacto negativo que pueden tener los medios en el proceso de desarrollo de los adolescentes. Las políticas de cultura y educación han de facilitar que los adolescentes de diferentes tendencias encuentren un espacio para expresarse (J. Vela Vila, 2005).

1. La publicidad es un elemento clave en nuestra sociedad llamada de consumo-mercado-producción-industrial. No se entendería bien esta sociedad sin la publicidad como elemento de marketing; de tal modo que, si no hubiera publicidad, “estaríamos hablando de otra sociedad” (Bandura). A través de la publicidad, nos determinan los gustos, las compras y las decisiones de consumo, actuando sobre los modelos de identificación y consolidación de determinados valores.
2. Las nuevas tecnologías (telecomunicaciones, informática...) están cambiando la forma de relacionarse, hasta el nivel de que en la “sociedad de la información” todo está interconectado en forma reticular. La población joven es especialmente sensible a las nuevas tecnologías, dada su plasticidad para el uso de estos artefactos; y, además, son especialmente frágiles al abuso y dependen-

cia de ellos. La televisión ha quedado atrás ante los teléfonos móviles, los videojuegos, internet y sus diferentes modalidades de comunicación (chats, blogs, whatsapp etc.). Es ya tan conocida su influencia que no voy a detenerme en ella⁽¹³⁾.

Paradójicamente, las grandes oportunidades, como el teletrabajo y la teleenseñanza que pudieran ser útiles para los adolescentes, no son suficientemente usadas y, curiosamente, en una sociedad que ha destruido mitos, costumbres y ritos de iniciación, las nuevas tecnologías han venido a convertirse en ritos de paso entre la infancia, la adolescencia, los jóvenes y los adultos y, lo que es más, se han convertido en signo diferencial intergeneracional⁽¹⁴⁾. Merece recordar estas reflexiones de T.S. Elliot en *The Rock*: “¿Dónde está la vida que hemos perdido en el vivir? ¿Dónde está la sabiduría que hemos perdido en el conocimiento? ¿Dónde está el conocimiento que hemos perdido en la información? ¿Dónde está la información que hemos perdido en los datos?”.

La aparición de los teléfonos móviles y teléfonos inteligentes (TM) se ha constituido en un fenómeno social sin precedentes a pesar de su corta existencia (1995). En España, en el año 2012, había más de 50 millones de TM en 46 millones de población. Los teléfonos fijos existen desde el año 1920 y apenas llegan a los 17 millones. Se trata de un fenómeno social más importante que la presencia de la televisión en la sociedad. Varias son las razones que lo justifican⁽¹⁾:

1. El fenómeno va variando a lo largo de la adolescencia-juventud. Se empieza jugando, se continúa con mensajes y, finalmente, se transforma en comunicación verbal.
2. El TM es un instrumento útil en el mantenimiento del grupo de iguales. Es la llamada “fraternidad virtual” en la que el hijo (generalmente único o de corta fratría) supera los límites de la familia, manteniendo contactos constantes y continuos con sus “hermanos”.
3. Los padres lo usan como sistema de control de los hijos constituyendo la “correa digital” (en alusión a la correa del perro). Pero, a su vez, los hijos han descubierto en él una

Tabla V. Efectos de los videojuegos

Efectos positivos

- Coordinación ojos-manos
- Capacidad lógica y espacial
- Resolución de problemas y desarrollo de estrategias
- Concentración, atención, colaboración, cooperación, discriminación y selección de información relevante
- Estimulación auditiva
- En adultos, pueden funcionar como un liberador de estrés
- Mejoran la salud visual y habilidades para la cirugía
- Efecto de atenuar el dolor

Efectos negativos

- Riesgo de uso abusivo de los videojuegos, sobre todo, cuando no se vigila
- Propensión a la agresividad
- Falta de asertividad
- Bajo rendimiento académico
- Frenar algunos aspectos de su desarrollo motriz y conducir a una falta de socialización
- Falta de compromiso y responsabilidad o esfuerzo, con actividades que no estén relacionadas con el juego

forma de independizarse y sentirse más libres. Este sistema hace que los padres tengan un control que no es completo y los hijos se crean con una independencia que no es real.

4. El lenguaje que se usa en los teléfonos móviles suele sorprender mucho a los padres y a los adultos en general. Sin embargo, no tiene nada nuevo, pues siempre se han usado abreviaturas, símbolos, claves y hasta el morse, para facilitar la comunicación explícita o críptica. A pesar del aparente anarquismo, cualquier lenguaje está sometido a unas normas aceptadas por el grupo que se comunica.
5. El TM facilita la comunicación y la privacidad desde lugares más íntimos y separados que no están al alcance de los teléfonos fijos.

Los videojuegos forman parte de la vida cotidiana y cada vez es mayor el número de chicos que los consumen. Estudios europeos demuestran que también los adultos usan videojuegos, ya sea de manera habitual (48%) u ocasional (23%)⁽¹⁵⁾. En España, lo hace un 40%. Además de los ya señalados, un estudio (Parra, David, et al. (2009) en una encuesta a españoles mayores de

35 años, reveló que “los videojuegos se están implantando con singular intensidad en el conjunto de la población española. Más de la mitad de los españoles mayores de 35 años (53,5 por ciento) juega con videojuegos (de manera esporádica o habitual)”⁽¹⁶⁾.

Los efectos psicológicos han sido estudiados con interés y son motivo constante de debate. Son efectos positivos y negativos que se describen en las tablas V y VI.

Los videojuegos pueden aislar al chico de su ambiente natural social con consecuencias sobre su desarrollo psicosocial. Pero, también, pueden servir para compartir una actividad con los amigos. Como en otros elementos mediáticos, el valor del contenido depende del mismo juego y de la persona que los usa. Aun así, los límites entre lo tolerable, lo razonable, lo educativo y lo moral no están bien delimitados.

“Construimos nuestras tecnologías y nuestras tecnologías nos construyen a nosotros en nuestros tiempos. Nuestros tiempos nos hacen, nosotros hacemos nuestras máquinas, nuestras máquinas hacen nuestros tiempos. Nos convertimos en los objetos que miramos pasivamente, pero ellos se convierten en lo que nosotros hacemos de ellos”⁽¹⁷⁾.

Tabla VI. Valores educativos de los videojuegos en adolescentes

- Es un juego que se adapta a la era de la informática en la que ha nacido
- Materiales con una capacidad de motivación muy alta
- Mejoran los aspectos procedimentales del trabajo de los estudiantes
- Son muy flexibles, dado que se pueden utilizar en diferentes asignaturas y de manera transversal
- Proporcionan elementos para mejorar la autoestima de los alumnos
- Es un material que está a disposición, tanto de los alumnos como del profesorado
- Los juegos educativos se presentan en los últimos tiempos, como una alternativa a los videojuegos violentos

Bibliografía

1. http://www.injuve.es/sites/default/files/2013/26/publicaciones/IJE2012_0.pdf.
2. https://es.wikiversity.org/wiki/Aprendizaje_adolescente.
3. Castellano Barca G. El adolescente y su entorno: sociedad, familia y amigos. *Pediatr Integral*. 2005; IX(1): 41-6.
4. Rodríguez Molinero L. *Revista española de pediatría: clínica e investigación*. 2007; 63: 29-37.
5. Informe de la evolución de la familia española 2016. En: <http://www.ipfe.org/España/Documento/105>.
6. Campaña “Educa, no pegues”. Ed. Save the children (colaboración: Ministerio de Asuntos Sociales). Madrid 1999.
7. Estrategias para prevenir y afrontar conflictos familiares. Ministerio de Asuntos Sociales. 2006, disponible en: <http://www.observatoriodelainfancia.mssi.gob.es/documentos/Estrategias-prevenir-afrontar-conflictos.pdf>.
8. Hetherington EM, Cox M, Cox R. Effects of divorce on parents and children. En: Lamb ME (ed). *Nontraditional Families: Parenting and Child Development*. Hillsdale, NJ, Erlbaum, 1982.
9. Wallerstein JS, Corbin SB. *Daughters of divorce: Men, women and children a decade after divorce*. New York: Ticknor and Fields, 1989.
10. Sáez C. En: http://www.ub.edu/geneticaclass/davidbueno/Articles_de_divulgacio_i_opinio/Altres/Neuroeducacion-QUO.pdf.
11. Rodríguez E, Navarro J, Megías I. Jóvenes y los medios de comunicación. La comunicación mediática entre los jóvenes madrileños (FAD). En: <http://www.injuve.mtas.es/injuve/contenidos.item.action?id=444650558&menuId=572069434>. Edición electrónica. Edición papel. 2001.
12. Prensky M. “Digital Natives, Digital

- Immigrants”. En: <http://www.marc-prensky.com/writing/Prensky>.
13. Lorente S, Bernete F, Becerril D. Jóvenes, relaciones familiares y tecnología de la información y de las comunicaciones. En: <http://www.injuve.mtas.es/injuve/contenidos.item.action?id=2062358036&menuId=572069434>. Edición electrónica. Edición papel. 2004.
 14. España, a la cola de Europa en teletrabajo. Publicado en: Finanzas, el 16/02/2017. En: <http://www.finanzas.com/noticias/empleo/20170216/espana-cola-europa-teletrabajo-3569026.html>.
 15. <http://www.isfe.eu/industry-facts>.
 16. Llorca MA, Bueno GM, Villar Fernández C, Diez MA. Frecuencia en el uso de videojuegos y rendimiento académico. II Congreso Internacional de Comunicación. Salamanca 2010. Disponible en: <http://campus.usal.es/~comunicacion3punto0/comunicaciones/022.pdf>.
 17. Rodríguez E (coordinadora). Jóvenes y videojuegos: Espacio, significación y conflictos (FAD). En: <http://www.injuve.mtas.es/injuve/contenidos.item.action?id=1355306986&me->

nuId=428194837. Edición electrónica. Edición papel. 2002.

Bibliografía recomendada

- Bienestar y protección infantil. Disponible en: http://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos-03SubSec/necesidades_infantiles.pdf. Un estudio de las necesidades de la infancia y adolescencia para lograr un buen trato que facilite el desarrollo del niño. Con la maestría y pedagogía de un profesor emérito, lleno de experiencia y dinamismo entre profesionales de la salud infantil. Publicación fácil de leer y muy asequible y recomendable a profesionales de la salud infantil con ganas de profundizar en los detalles de la buena puericultura.
- Alberdi I. La nueva familia española. Aunque publicada en 1999, tiene pleno vigor para conocer los cambios de la familia en España. Describe los valores que persisten y tiene una visión optimista de cómo se ha ido adaptando a los cambios sociológicos, feminismo incluido.
- http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno_completo.pdf. El Instituto Nacional de la Juventud (INJUVE)

realiza periódicamente encuestas muy bien diseñadas y dirigidas que nos aportan datos muy útiles en el conocimiento del entorno de los adolescentes, desde ocio y tiempo libre, actividades culturales hasta violencia. Imprescindible para actualizar conocimiento y evitar prejuicios.

- <http://www.ligaeducacion.org/documentos/investigaciones/adolescentes-de-hoy.pdf>. La liga española para la educación en colaboración con el Ministerio de Educación tiene esta publicación: “Adolescentes de hoy aspiraciones y modelos”, donde describe los valores escolares de nuestros adolescentes, así como sus aspiraciones que constituirán la base de su motivación.
- <http://www.injuve.es/sites/default/files/2013/46/publicaciones/Gu%C3%ADa%20de%20actuaci%C3%B3n%20contra%20el%20ciberacoso.pdf>. Guía de actuación contra el ciberacoso. Padres y educadores. Editado por Inteco y el Ministerio de Industria y Energía. Los autores son profesionales del campo de la salud y de la justicia, conocedores del daño que las nuevas tecnologías pueden producir, elaboran una guía de actuación cuando nos encontremos con algún caso relacionado con el ciberacoso. Imprescindible en la consulta de adolescente.

Caso clínico

Acude a consulta programada de recién nacido, una adolescente de 15 años (Ana). Vive en Casa de Acogida de Madres Adolescentes y viene acompañada de una empleada de la casa.

Natural de un pueblo de una provincia próxima. Ana quedó embarazada a los 14 años de un chico con el que salía desde dos meses antes, estudiando 2º de ESO en IES Público. Ocultó su embarazo hasta el 3er mes. Su novio la ofreció la posibilidad de abortar, pero tenía miedo.

Familia

Padre 45 años, obrero agrícola en paro. Alcoholismo en tratamiento. Separado desde hace 2 años. Apenas visita a la familia. Estudios elementales.

Madre 42 años, empleada en agencia de limpieza. Estudios elementales.

Hijos: 2/3. Hermano mayor de 18 años está en Garantía Social. Hermano de 12 en primaria en escuela pública.

Los padres proceden del mismo pueblo donde se conocieron. Separación hace dos años por alcoholismo paterno. No refiere violencia familiar. Problemas económicos.

Vivienda social de 80 m² en barrio periférico.

Tiene buena relación con la madre. No ve al padre desde hace más de un año y no quiere saber nada de él.

Abuelos paternos. Abuelo falleció de cáncer de pulmón y abuela vive sola en un pueblo.

Abuelo materno pensionista, hipertensión y artrosis. Abuela diabetes tipo II y obesidad en tratamiento. Viven solos. Ayudan a la familia.

Dinámica familiar

Los padres se casaron por embarazo cuando la madre tenía 24 años. Padre pasaba muchas horas fuera de casa. Ana recuerda a su madre sola y, en ocasiones, llorando.

El padre no colabora al mantenimiento familiar. La madre trabaja por turnos y recibe ayuda de los abuelos maternos.

Ana es la 2ª de 3 hermanos. Dice no llevarse bien con su familia, sobre todo, con su padre al que no ve desde hace más de un año. Conoció a un compañero en el instituto 2 años mayor (16 años), estudiante de 2º de ESO, con el que salía a menudo. Los fines de semana, volvía tarde a casa. No reconoce estar enamorada, aunque sí le gustaba.

El novio es el primer hijo y único hijo de una pareja que han convivido durante 10 años y en la actualidad separada. No ha tenido contacto con ambientes de drogas (cannabis ni similares), aunque solían hacer botellón los fines de semana, en alguna ocasión hasta emborracharse.

Tenían relaciones sexuales con frecuencia a petición de su “novio” la mayoría de las veces sin protección.

Cuando se enteró de su embarazo, acudió a su pediatra que la derivó a Servicios Sociales, los cuales la remiten a la Casa de Acogida de Madres Adolescentes para su cuidado.



Cuestionario de Acreditación

A continuación, se expone el cuestionario de acreditación con las preguntas de este tema de *Pediatría Integral*, que deberá contestar "on line" a través de la web: www.sepeap.org.

Para conseguir la acreditación de formación continuada del sistema de acreditación de los profesionales sanitarios de carácter único para todo el sistema nacional de salud, deberá contestar correctamente al 85% de las preguntas. Se podrán realizar los cuestionarios de acreditación de los diferentes números de la revista durante el periodo señalado en el cuestionario "on-line".

El adolescente y su entorno: familia, amigos, escuela y medios

25. ¿Cuál de estas afirmaciones referidas a la adolescencia se aceptan como CIERTAS?

- a. Los medios de difusión transmiten una imagen negativa de la adolescencia.
- b. La Neurobiología ha descubierto que hay dos ventanas de aprendizaje, la primera infancia y la adolescencia.
- c. Según la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura, la influencia de los modelos sociales son muy potentes en la etapa adolescente.
- d. a y b son ciertas.
- e. a, b, y c son ciertas.

Respuesta correcta: e.

En efecto, durante la adolescencia son ciertas todas las afirmaciones según se ha demostrado.

26. Según el informe sobre la Familia Española 2016, ¿cuál de estas afirmaciones NO ES CORRECTA?

- a. La natalidad ha disminuido desde 1980.
- b. Es el país de Europa con más abortos.
- c. La tasa de rupturas de matrimonios está muy por encima de la media europea.
- d. El 90% de los hijos en las familias separadas tienen menos de 18 años.
- e. La población separada divorciada se ha duplicado en los últimos 10 años.

Respuesta correcta: b.

España no es el país de Europa con más abortos. El Reino Unido y Francia nos superan.

27. Sobre los conflictos familiares, ¿cuál crees que son CIERTAS?

- a. Están presentes en todas las familias.
- b. Suponen un malestar importante y puede alterar la paz familiar.
- c. Es un enfrentamiento de intereses.
- d. Son ciertas la a, b y c.
- e. Solo es cierta la a.

Respuesta correcta: d.

Todas esas características forman parte de los conflictos.

28. De estas afirmaciones, ¿cuál crees que se adapta más a la realidad escolar española?

- a. La enseñanza nunca debe ser personalizada.
- b. Un gran inconveniente es la falta de consenso político para elaborar leyes que duren en el tiempo.
- c. La permisividad social genera falta de respeto a la autoridad educativa.
- d. b y c.
- e. Ninguna es cierta.

Respuesta correcta: d.

Tanto la falta de consenso entre las opciones políticas y la poca valoración social a la figura del profesor son dos rasgos que nos caracterizan.

29. De todas las que enumeramos, ¿cuál crees que es la respuesta FALSA sobre las ventajas de los videojuegos?

- a. Mejoran los aspectos procedimentales del trabajo de los estudiantes.
- b. Son muy rígidos y no se pueden utilizar en diferentes asignaturas y de manera transversal.
- c. Proporcionan elementos para mejorar la autoestima de los alumnos.
- d. Es un material que está a dis-

posición, tanto de los alumnos como del profesorado.

- e. Los juegos educativos se presentan en los últimos tiempos como una alternativa a los videojuegos violentos.

Respuesta correcta: b.

Los videojuegos son muy flexibles, dado que se pueden utilizar en diferentes asignaturas y de manera transversal.

Caso clínico

30. Una adolescente de 15 años ha tenido un parto eutócico hace 2 meses y está dando de mamar a su hijo; acude en demanda de un DIU. Carece de antecedentes de interés. Refiere que no quiere anticoncepción oral, porque se le olvida y, además, engorda. No quiere otro método. Reglas regulares. No dismenorrea. IMC 28. ¿Qué le RECOMENDARÍA?

- a. Implante AC, porque el DIU no se debe poner a esa edad.
- b. Preservativo y dieta hipocalórica.
- c. Remitiría a Planificación F. Para el DIU, previa explicación de ventajas e inconvenientes.
- d. Inyectable de 3 meses (Depoprovera 150).
- e. Ninguna de las anteriores.

Respuesta correcta: c.

Esta adolescente es de alto riesgo de un nuevo embarazo, por lo que se debe remitir a un servicio de planificación familiar donde se proceda a una educación sexual, además de recomendar el mejor método adaptado a su nivel social y educativo.

31. Cuando tienes adolescentes en la consulta...

- a. No me siento cómodo con ellos, porque no tengo formación.

Dejamos las preguntas-respuestas con la explicación para que lo compruebe y después del visto bueno se separarán las respuestas para incluirlas en el test on-line.

- b. No me gustan y solo atiendo lo puramente médico.
- c. Mi actitud es de ayuda, interés y comprensión.
- d. Los derivo a especialistas en cuanto puedo.
- e. Ninguna de las actitudes citadas se dan en mi caso.

Respuesta correcta: c.

Aunque no tengamos formación. Nuestra actitud debe ser de ayuda, interés por conocer lo que le pasa y, al menos, comprender el motivo de consulta. En muchas ocasiones, basta con eso para atenderle.

32. Paciente de 16 años, que acude por 4ª vez en los últimos 6 meses, demandando anticoncepción de urgencia (ACU), acompañada de su novio de la misma edad. Refieren rotura de preservativo hace 24 horas. Habiendo eyaculación. FUR hace 5 días. ¿Qué recomendaría?

- a. No dar ACU, porque es la 4ª vez y es perjudicial para su salud.
- b. No dar ACU, porque el día del ciclo no tiene riesgo de embarazo.
- c. Dar ACU, comentar los fallos y prescribirle si lo desea AC hormonal combinado.
- d. Remitir a Planificación Familiar, sea vista por ginecólogo, solicitar análisis para valorar anticoncepción hormonal.
- e. Ninguna de las anteriores.

Respuesta correcta: c.

Negar la ACU de urgencia a esta adolescente supone riesgo de interrupción voluntaria del embarazo posterior, lo cual es peor. Es un caso típico de seguir en un centro de planificación familiar, donde se la oriente y eduque en sexualidad y, a ser posible, que acuda con su novio.