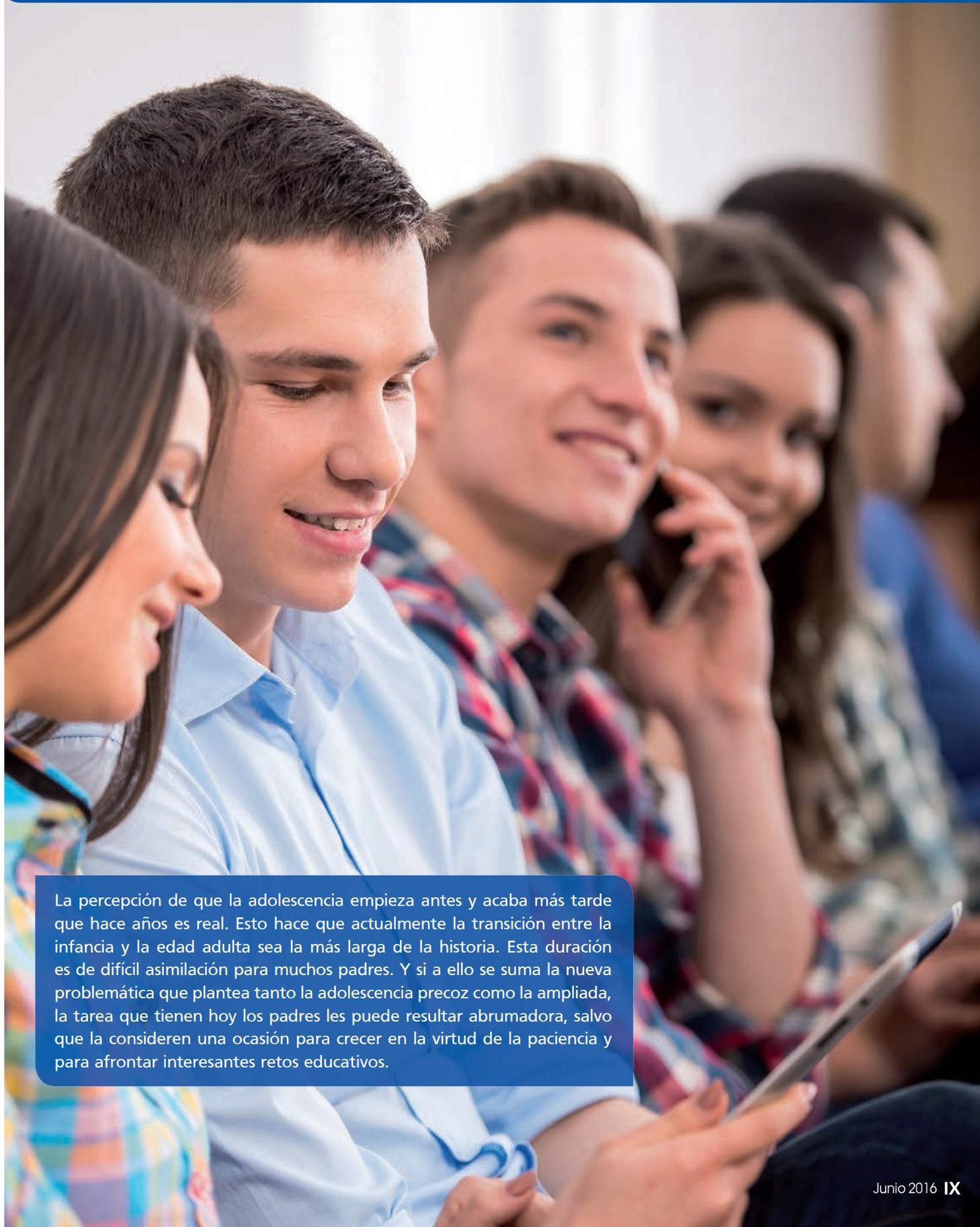


UNA ADOLESCENCIA CADA VEZ MÁS LARGA

Física y cognitiva



La percepción de que la adolescencia empieza antes y acaba más tarde que hace años es real. Esto hace que actualmente la transición entre la infancia y la edad adulta sea la más larga de la historia. Esta duración es de difícil asimilación para muchos padres. Y si a ello se suma la nueva problemática que plantea tanto la adolescencia precoz como la ampliada, la tarea que tienen hoy los padres les puede resultar abrumadora, salvo que la consideren una ocasión para crecer en la virtud de la paciencia y para afrontar interesantes retos educativos.

A los padres les estimulará saber que la adolescencia no es una crisis de tipo patológico, una enfermedad, sino una necesaria crisis de crecimiento físico y psicosocial en la que se ponen los cimientos de la personalidad. Es una fase en la que se dan hechos tan trascendentales como el nacimiento de la intimidad y el desarrollo de la identidad personal. Por ello es hora ya de desechar mitos como 'rebeldes sin causa', 'la edad difícil', 'la edad ingrata'; son títulos de libros que plagian los lamentos de algunos padres pesimistas o poco informados. No tiene sentido 'defenderse' de los adolescentes.

Tras el descubrimiento del 'yo', el adolescente vuelve la mirada hacia su naciente mundo interior para conocer e intentar comprender lo que sucede allí. Es 'un yo hacia adentro'. El 'yo' del niño, en cambio, surge simplemente por contraposición a lo que hay fuera de él; es 'un yo hacia afuera'. A diferencia del niño, el adolescente necesita espacios de silencio y de soledad para estar en sí mismo (ensimismamiento).

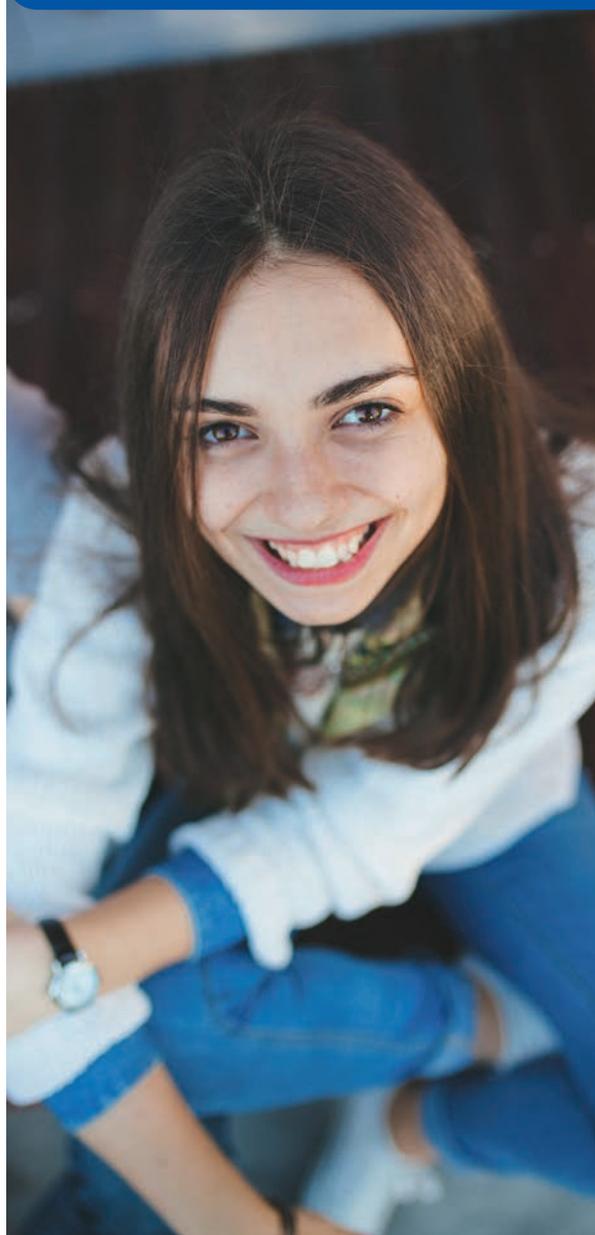
1. CON RESPECTO A LA PRECOCIDAD

En las últimas décadas están aumentando mucho los casos de pubertad precoz, que se presenta uno o dos años antes de lo normal. Afecta diez veces más a las chicas que a los chicos. En España, este hecho lo ha confirmado la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap). En Estados Unidos, el número de adolescentes precoces es aún mayor.

Actualmente, se observan muchos casos de precocidad en la aparición de los primeros síntomas de la pubertad. Hace años apenas ocurría. La pubertad se considera precoz cuando se manifiesta dos años antes de lo normal (antes de los nueve años en los chicos y de los ocho en las chicas). Se trata de un adelanto del desarrollo biológico que no se corresponde con un simultáneo adelanto del desarrollo psicosocial. Hay una mente infantil en un cuerpo

Muchos adolescentes están perdiendo la capacidad de rebelarse para caer en actitudes conformistas. Y esto es muy preocupante. De un rebelde equivocado se puede esperar mucho más que de un conformista.

La adolescencia es una fase en la que se dan hechos tan trascendentales como el nacimiento de la intimidad y el desarrollo de la identidad personal. Por ello es hora ya de desechar mitos como 'rebeldes sin causa', 'la edad difícil', 'la edad ingrata'; son títulos de libros que plagian los lamentos de algunos padres pesimistas o poco informados. No tiene sentido 'defenderse' de los adolescentes.



Haber alcanzado la madurez (cierto grado y en algún aspecto) significa haber evaluado correctamente la vida y dar a cada situación la importancia que realmente tiene. Ello conlleva fidelidad a los compromisos, responsabilidad, coherencia y tolerancia a las frustraciones.

adulto. Es una pubertad anormalmente temprana que, en algunos casos ha sido considerada –erróneamente– como una enfermedad.

1.1. Los síntomas

El inesperado desarrollo físico se aprecia en dos síntomas prematuros: los 'estirones' de la estatura y la aparición de los caracteres sexuales secundarios. Estos últimos son signos físicos y fisiológicos de maduración sexual que distinguen entre los dos sexos de una especie, pero sin ser parte del sistema reproductor. En el varón: aumento de la masa muscular, vello facial, voz más grave; en la mujer: senos más grandes, caderas más anchas, vello púbico en la zona genital.

1.2. Las causas

La precocidad es efecto de una confluencia de posibles causas sistematizadas en diferentes teorías. Las más señaladas por pediatras y endocrinos son el sobrepeso y la obesidad. La acumulación de tejido graso y el mayor índice de insulina predisponen a la pubertad precoz.

Otras probables causas son factores neuroendocrinos y hormonales con una activación prematura de las hormonas sexuales y del crecimiento; cambios en el cerebro, entre ellos tumores que segregan la hormona GCH; y exposición a sustancias tóxicas ambientales. Se cree que con la lactancia materna hay menos casos de precocidad.

1.3. Las posibles consecuencias

La pubertad precoz interrumpe de forma brusca la segunda infancia (seis a nueve años), por lo que altera el desarrollo evolutivo y constituye un factor de riesgo. Tanto al niño como a sus padres les resulta muy difícil atribuir una identidad al púber precoz.

Los padres que ignoran que su hijo sigue siendo psíquicamente un niño, le suelen conceder una

autonomía que no es capaz de asumir y de administrar. Además, pueden crearse unas expectativas irreales sobre su rendimiento. Esas dos actitudes paternas predisponen al hijo a situaciones de fracaso de las que se siente culpable, con el consiguiente descenso de su autoestima y trastornos psicológicos, entre ellos estrés y ansiedad.

No menos preocupante es la relación del adolescente precoz con sus compañeros de aula, que le suelen ver como 'diferente'; esto también afecta a su autoestima. A ello hay que añadir el riesgo de que se detenga el crecimiento, lo que suele originar estaturas adultas más reducidas de lo que se esperaba.

La prevención es fundamental, con el fin de detectar cuanto antes posibles síntomas de precocidad. Es muy importante controlar la alimentación desde la primera infancia. El tratamiento suele consistir en medicinas para detener la secreción de hormonas sexuales, junto a una posible cirugía para extirpar un hipotético tumor productor de ese tipo de hormonas.

2. ADOLESCENCIA AMPLIADA

Estos casos son mucho más visibles y numerosos que los de la adolescencia precoz. En principio, la adolescencia termina tras cumplir su misión de etapa de transición evolutiva entre la infancia y la adultez. El mejor indicador de su terminación no es la edad cronológica, sino la madurez que permite pasar de la conducta dependiente y por imitación a la conducta autónoma y original.

Últimamente, sobre todo en países del mundo industrializado occidental, se está produciendo el fenómeno de la adolescencia ampliada. En algunos casos se debe al temor de los chicos a hacerse mayores y asumir roles adultos (Síndrome de Peter Pan); en otros, a la prolongación de la dependencia ligada al alargamiento excesivo de la fase de formación a causa del desempleo juvenil.

Algunos hijos han rebasado los 30 años y siguen en casa de sus padres. Hay casos en los que no es un comportamiento anómalo o censurable. Por ejemplo, el hijo trabaja pero sigue en casa para

Algunas actitudes paternas suelen retrasar la maduración de los hijos: la sobreprotección, el autoritarismo, el permisivismo, la indiferencia y la obsesión por su autoestima.

acompañar y ayudar a unos padres muy mayores o enfermos. Pero en la mayoría de los casos se debe al miedo a la vida independiente y a vivir peor que en la casa paterna (con menos comodidades).

Para estos jóvenes, el hogar familiar es un refugio permanente. Esa situación les impide seguir madurando; dejan de buscar trabajo y no hacen vida familiar. Sus padres deben evitar ser cómplices de esa situación (por ingenuidad o por un amor mal entendido). Además, deben poner límites a ese modo de vida. No es extraño que expertos sociólogos, como Javier Elzo, hayan detectado que un amplio sector de la adolescencia y juventud española actual es la más inmadura de la historia.

2.1. Catalizadores de la maduración

La metáfora de la fruta –del verde al amarillo– es un recurso didáctico muy utilizado para explicar el proceso de maduración humana, que ocurre en la fase adolescente, pero matizando que una persona –a diferencia de la fruta– no alcanza la madurez completa en un determinado momento. Por otra parte, puede madurar en algunos aspectos y no en otros.

El acceso a la adultez requiere pasar por la adolescencia. En ella se parte de un estado de inmadurez psicológica para ir en busca de la madurez propia del adulto responsable. Comparada con la del niño, la inmadurez del adolescente no es –como suele creerse– un retroceso.

Haber alcanzado la madurez (cierto grado y en algún aspecto) significa haber evaluado correctamente la vida y dar a cada situación la importancia que realmente tiene. Ello conlleva fidelidad a los compromisos, responsabilidad, coherencia y tolerancia a las frustraciones.

Adolescentes de una misma edad pueden tener ritmos muy diferentes en su proceso de maduración. Una de las posibles causas de este hecho es la intervención de un catalizador (término procedente de las ciencias químicas que se usó posteriormente en psicología). El catalizador es una sustancia capaz de producir catálisis (proceso por el cual aumenta o disminuye la velocidad de una reacción química y, por extensión, psicológica).

Los catalizadores que intervienen en la maduración psicológica del adolescente son factores muy concretos que en algunos casos aceleran el proceso, mientras que en otros casos lo frenan. Los factores de aceleración hacen que el período de transición a la adultez se acorte. Uno de los más importantes es vivir experiencias enriquecedoras relacionadas con la vida de familia, la

amistad, el trabajo, la práctica del deporte, los viajes, el voluntariado, las situaciones límite.

Ese tipo de experiencias pueden influir mucho en la maduración personal, ya que permiten al adolescente el contacto directo con la realidad, así como decidir formas de comportamiento. Son una fuente de aprendizaje psicológico.

Algunas actitudes paternas suelen retrasar la maduración de los hijos: la sobreprotección, el autoritarismo, el permisivismo, la indiferencia y la obsesión por su autoestima. También que los hijos dejen de ser rebeldes para caer en el conformismo y pasotismo.

3. ¿DIFERENTES DE LOS DE ANTES?

La situación básica es siempre la misma: el adolescente quiere superar en poco tiempo la dependencia con respecto a los adultos. Eso no es posible hacerlo sin rebeldía (buena o mala). Los adolescentes de hoy suelen ser más precoces en el desarrollo físico y en la conducta social pero, en cambio, tardan más en entender y aceptar que la libertad debe usarse de forma responsable. Algunos confunden libertad con 'estar liberados' de todas las normas éticas de comportamiento. Estas normas son consideradas como 'prejuicios' y convencionalismos a extinguir. En consecuencia, valoran solamente la conducta espontánea.

Muchos adolescentes de hoy huyen de cualquier compromiso con alguien o con algo. Otros hacen en cada momento lo que les apetece o les conviene, sin preguntarse si moralmente está bien o mal. Estos comportamientos revelan inmadurez, y son una consecuencia del permisivismo que predomina en la sociedad actual. Por eso puede afirmarse que la sociedad permisiva de hoy (donde lo legal muchas veces es inmoral) retrasa la maduración de los adolescentes.

Como consecuencia de estas influencias, muchos adolescentes están perdiendo la capacidad de rebelarse para caer en actitudes conformistas. Y esto es muy preocupante. De un rebelde equivocado se puede esperar mucho más que de un conformista.



Gerardo CASTILLO CEBALLOS

Profesor emérito de la Facultad de Educación y Psicología de la Universidad de Navarra

Adolescencia: mitos y enigmas

Castillo, Gerardo
Desclée De Brouwer