

La Juventud y los Comportamientos de Riesgo para la Salud

Pilar Brañas Fernández

Unidad de Adolescentes. Hospital Universitario Niño Jesús. Madrid

Los cambios rápidos y profundos de la sociedad actual afectan al desarrollo de las personas. Al existir múltiples opciones para elegir, muy diversas entre sí y a la vez todas válidas, originan situaciones de estrés psicológico e inestabilidad emocional que favorece, en muchas ocasiones, la adopción de actitudes y comportamientos que ofrecen un atractivo inmediato sin pensar las consecuencias futuras.

Palabras clave: Comportamiento, Riesgo, Salud.

La juventud es un periodo de tiempo de la vida humana situado entre la infancia y la edad adulta, es un estado que entraña energía, vigor corporal y grandes capacidades, el mejor momento físico de las personas. Utilizamos también el término **adolescencia** para referirnos a esta etapa, aunque según la definición de la O.M.S, la adolescencia equivale a la segunda década de la vida y la juventud se extiende desde los 15 a los 24 años.

La adolescencia es un proceso de desarrollo y maduración psicosocial, que se manifiesta con mayor fuerza en los países occidentales por estar extraordinariamente ligado a la civilización, de forma que no ha existido siempre, ni en todas las culturas.

Los cambios rápidos y profundos de la sociedad actual afectan al desarrollo de las personas. Al existir múltiples opciones para elegir, muy diversas entre sí y a la vez todas válidas, originan situaciones de estrés psicológico e inestabilidad emocional que favorece, en muchas ocasiones, la

adopción de actitudes y comportamientos que ofrecen un atractivo inmediato sin pensar en las consecuencias futuras.

En el último siglo debido a la mejora en las condiciones de vida, se han controlado gran parte de las causas de morbimortalidad en todas las edades. No ha sido así en la adolescencia donde es la única etapa en la que prevalece una importante tasa de patología relacionada con el estilo de vida.

CAMBIOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

Un hecho relevante es la aceleración de la pubertad y el crecimiento en el último siglo, de forma que en el momento actual, se observa una maduración física temprana que no se acompaña de la suficiente madurez intelectual y la capacidad para toma decisiones

responsables. En esta importante etapa de la vida se producen cambios a dos niveles:

1.- Aspecto físico

2.- Psicosocial

¿Qué es un adolescente de riesgo?

Es aquel que tiene un estilo de vida en el que predomina un comportamiento nocivo, responsable de la creación de problemas de salud en la segunda década. Son conductas que surgen de la interacción entre el proceso de maduración biopsicosocial del adolescente y su ambiente. Los individuos sin experiencia se embarcan en formas de vivir que de antemano parecen beneficiosas, sin entender ni pensar en las consecuencias inmediatas o a largo plazo.

Existen factores predisponentes y desencadenantes, que están tanto en el individuo como en el entorno social, que favorecen estas conductas. Según sean positivos o negativos aumentan o disminuyen la vulnerabilidad al riesgo.

Hay tres tipos de componentes:

- a): Factores
- b): Conductas
- c): Situaciones

Frente a los factores de riesgo se encuentran los factores protectores. Actúan modificando la acción que los factores de riesgo ejercen sobre los individuos. Disminuyen o aminoran los efectos negativos y permiten un desarrollo positivo en presencia de circunstancias de adversidad.

En 1983 Rutter utilizó el término **resiliencia** para explicar la diferente respuesta que presentaban las personas ante las situaciones de infortunio de sus vidas. Significa fortaleza o invulnerabilidad, es un conjunto de factores de protección, una cualidad que se va desarrollando mediante experiencias anteriores endurecedoras, para lo cual es necesario que éstas se resuelven con éxito.

Grupos particulares de riesgo

Existen determinadas circunstancias que están asociadas a un mayor riesgo en los adolescentes, independientemente del comportamiento que éstos decidan seguir

- Las **familias destruidas**
- Situaciones de **fracaso escolar**,
- **Enfermedades crónicas** o discapacidades psicosociales porque limitan la maduración y las expectativas de futuro.
- **Los inmigrantes**
- **Malos tratos y abuso sexual** por la repercusión directa de los mismos a corto y largo plazo.
- **Prácticas sexuales de riesgo**

Comportamientos de riesgo para la salud

HABITO DE FUMAR

CONSUMO DE ALCOHOL

CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

CONDUCCIÓN TEMERARIA DE VEHÍCULOS

ACTIVIDAD SEXUAL TEMPRANA

HABITOS DIETETICOS INADECUADOS

Valoración en la clínica

Con frecuencia se plantea distinguir las conductas transicionales, normales, que se manifiestan con gran turbulencia, de aquellas otras que comprometen seriamente la salud.

Para ello tendremos presente:

Efectos sobre la salud física

La motivación para la conducta

Repercusión en la maduración psicosocial

Qué información tienen sobre la influencia de su comportamiento en la salud física y mental.

Factores predisponentes, desencadenantes y consecuencias sobre la familia.

Entrevista psicosocial para descubrir grandes o pequeños riesgos. medio social, escuela o trabajo.

Con los datos obtenidos en la entrevista, estableceremos el diagnóstico de:

- normalidad,
- adolescente de bajo riesgo
- adolescente de alto riesgo

Finalmente, decidiremos si está indicada la prevención o el tratamiento especializado.

Prevención

Es importante que todas las personas que están en contacto con los jóvenes estimulen la creación de valores. Tienen un gran poder de motivación y sirven para distinguir lo principal de lo accesorio. La figura del educador, tiene un papel relevante.

Debe reunir unas características básicas. Trabajar los aspectos positivos y desechar los negativos, inculcar estilos de vida saludables.

¿ A quien va dirigida?

A los adolescentes que no presentan conductas peligrosas para la salud o si las tienen, son de bajo riesgo por poseer factores protectores altos y buen desarrollo psicosocial.

Tratamiento

Está indicado cuando existe un problema médico o psicosocial derivado de un comportamiento habitual nocivo. Si además existe una escalada en otras actividades de riesgo, consecuencias adversas sobre la salud y fracaso en el desarrollo del joven, la situación es grave. Debe ser enviado a lugares especializados que dispongan de equipos interdisciplinarios y experiencia.