

Adolescencia y salud

Liliana Mosso

María Marta Penjerek



EDITORIAL
MAIPUE

Índice

Capítulo 1: Ser adolescente	11
¿Qué se entiende por adolescencia?	11
Etapas de la adolescencia	14
Los cambios corporales: la pubertad	14
Las complicaciones de estrenar un cuerpo nuevo	14
En qué consisten los cambios corporales	17
Las causas biológicas de estos cambios:	18
(No somos tan simples como pensamos...)	18
Crecimiento y duelos	20
Duelo por el cuerpo de la infancia	20
Duelo por la identidad infantil	21
Duelo por los padres de la infancia	22
El adolescente y el mundo social	22
Adolescencia e historia	23
¿Cuáles fueron las ventajas?	24
Capítulo 2: El adolescente y la salud	31
La salud como construcción social	31
Salud y enfermedad	31
¿Qué es la salud?	34
Del consumo al consumismo	36
El bienestar del individuo	37
Medicina popular y tradicional	37
Vale más prevenir	39
Promoción de la salud como parte de la prevención primaria	39
¿Por qué hablar de salud con los adolescentes?	41
I) ¿Qué dicen las estadísticas?	41
II) La vulnerabilidad del adolescente	42
III) El desafío de abordar al adolescente	43
No todos somos iguales	43
¿Qué ocurre cuando nos enfermamos?	44
La adolescencia en salud	45
La salud como construcción social	46
Pensar y actuar sobre salud dentro de la comunidad	47
El trabajo en red	48
Las redes sociales	49
Mobilizar al adolescente para un proyecto escolar	52
¿Una misión imposible?	52
Una anécdota verídica:	52
Proyectos de intervención comunitaria: aprendizaje-servicio solidario:	53
¿Qué se entiende por proyecto de aprendizaje-servicio?	53
El proceso para realizar un proyecto de aprendizaje-servicio	57
Sólo hay que animarse... ..	57
Capítulo 3: Salud mental	61
¿De qué hablamos cuando pensamos en jóvenes en situación de riesgo?	62
Enfermedades mentales y conductas de riesgo: ¿Es o se hace?	65
I) Clasificación de las Neurosis infantiles	65
BULLYING o acoso moral “en la escuela me tienen de punto”	68
¿Cómo se puede ayudar a las víctimas de este tipo de acoso?	71

En la casa:	71
En la escuela:	71
Violencia y jóvenes en riesgo	71
Violencia y medios de comunicación	72
Suicidio y adolescencia	75
Hablemos de números	76
II-Clasificación de las Psicosis	77
III-Trastornos por estrés postraumático:	78
IV-Otros trastornos: Déficit de atención con hiperactividad	79
El adolescente y los otros: los grupos	81
“Las barras y los amigos”	82
Tribus urbanas	82

Capítulo 4: El adolescente frente a las adicciones 85

Ser adicto: una forma de esclavitud	85
¿Cómo se llega a este estado?	86
¿Quién tiene la “culpa”?	88
El alcohol como puerta de entrada	89
¿A qué llamamos droga?	90
La transición desde el uso a la dependencia y las posibilidades de rehabilitación	91
La adicción: una enfermedad en aumento	92
Pero... ¿qué es la autoestima?	93
El lugar de la drogas en la sociedad	93
Otras formas de clasificación de las drogas	94
A.- Por su origen	94
B.- Por su forma de uso	94
C.- Por sus efectos	95
Cómo se afecta la transmisión del impulso nervioso entre neuronas a partir de la acción de la droga	99
Una vez más... la solución es prevenir	101
Reducción de daños - Una alternativa posible	101
Los responsables de esta labor de prevención son todos los ámbitos sociales:	102

Capítulo 5: El adolescente y el descubrimiento de la sexualidad..... 105

El sexo y los asuntos humanos	105
¿Para qué existe el sexo? La naturaleza tiene la respuesta	107
¿Cuáles son las ventajas del sexo?	108
Cuando las células reproductoras se unen: el “sabor” del encuentro	111
Sexualidad humana	112
¿Actos sexuales o relaciones sexuales?	113
La gran maratón del espermatozoide: el que gana, fecunda	113
Comienza el viaje	114
Una nueva ruta	115
Y por fin ... la fecundación	116
¿Cómo llega el óvulo hasta el lugar donde será fecundado?	117
Las primeras manifestaciones de la madurez reproductiva	119
La maravilla de la vida: la gestación de un nuevo ser	119
El viaje hacia el útero: la incubadora de carne y hueso	119
Poco a poco aparece la forma humana	121
¿Cuáles son los primeros síntomas de embarazo?	121
El momento del parto	121
Sexualidad responsable	124
Cómo se vive la sexualidad adulta	124
¿Sexo o género?	126

Cómo se vive la sexualidad durante la adolescencia	126
Sexualidad y psicoanálisis	127
Las zonas erógenas	128
¿Y el complejo de Edipo?	129
¿Cómo se resuelve el Complejo de Edipo y qué relación guarda con la masturbación?	130
Pero... ¿qué pasa con la niña?	130
¿Qué sucede en la pubertad?	130
¿Homosexualidad o heterosexualidad?	131
Masturbación	132
La “primera vez”	132
La primera vez: el miedo al dolor	134
Anticoncepción y prevención de enfermedades de transmisión sexual	134
“Para la cartera de la dama y el bolsillo del caballero...”	135
Métodos anticonceptivos:	135
Métodos anticonceptivos naturales:	135
Métodos no naturales reversibles sin barrera:	137
Métodos no naturales reversibles con barrera	138
Métodos no naturales sin barrera irreversibles (quirúrgicos)	140
Enfermedades o infecciones de transmisión sexual (ETS O ITS)	141
La prevención para mantener la salud sexual	146
Maternidad en la adolescencia, embarazo adolescente ¿jugar a las muñecas o proyecto de vida? ...	148
¿Qué puede hacer la escuela?	149
Los temas difíciles relacionados con el sexo	150
a) La violencia y el abuso sexual	150
¿Qué hacer ante estos casos?	151
Reconocer las “señales de alarma”	151
b) Explotación sexual comercial	152
c) Otras desviaciones sexuales	152
d) El aborto	153

Capítulo 6: El adolescente y el cuidado del cuerpo 157

Nuestra imagen frente a los demás	157
Los modelos a imitar: chicas y chicos “top”	159
Reconocerse en un nuevo cuerpo	161
Cuando la moda sí incomoda: situaciones peligrosas	163
A) Los trastornos alimentarios	163
Jugando con la vida	163
Cuando el cuerpo dice “¡basta!” La hospitalización	167
El alimento como combustible de la maquinaria humana	167
Cómo se obtiene energía a partir del alimento:	167
Aprender a comer correctamente	169
Enfermedades nutricionales y ligadas a la alimentación	172
B) Autoagresiones corporales: tatuajes y piercings	175
Los riesgos de traspasar los límites de la piel	175
Tatuajes	175
Piercings	177
Cómo se pueden transmitir el sida y otras enfermedades a través de tatuajes y piercings: el funcionamiento del sistema inmune.	177

Capítulo 7: Adolescencia y discapacidad. Discriminación 179

El término discapacidad	180
¿A qué nos referimos cuando hablamos de discapacidad?	180
¿De qué depende esta significación?	181

Diferentes miradas sobre la discapacidad:	182
Clasificación de las discapacidades	183
Tipos de parálisis	183
¿Qué es el síndrome de Down?	185
Consideraciones:	186
Signos y síntomas	186
¿Es posible el tratamiento?	186
Cuidados	186
Hacia una mirada más humanizante	188
Educación especial ¿Integración o desintegración?	189
Discapacidad y adolescencia ¿Cómo transcurre este pasaje?	191
¿Sienten las mismas cosas?	191
Masturbación y discapacidad	192
¿Los discapacitados tienen relaciones sexuales?	193
¿Qué sucede con las chicas?	194
Discriminación	195
Discriminar ¿es bueno o es malo?	195

Capítulo 8: El adolescente frente al mundo del trabajo 197

Desarrollo histórico de las condiciones de trabajo	198
¿Mundo educativo, mundo laboral? ¿Qué pasa con la escuela?	200
El trabajo institucional de los alumnos	201
...Y hablando de elecciones: la Orientación Vocacional Ocupacional	202
Adolescencia y proyectos de vida saludables	202
Los menores y el mundo del trabajo	203
Formación para el trabajo y Políticas públicas	205
Educación especial y Formación profesional	205
La legislación	206
Información útil:	206
Los riesgos laborales	206
Clasificación de factores de riesgo en un determinado ámbito laboral (Manuel Parra)	208
La importancia de la creación y aplicación de normas para disminuir los riesgos	209
Análisis de riesgos:	209
Demanda de esfuerzo físico y mental:	210
La prevención de riesgos laborales	210
Currículum Vitae	211

Capítulo 9: La salud de todos 213

La salud como problemática global	214
La salud en el país	214
El ciclo económico de la enfermedad	215
Atención primaria de la salud y descentralización	216
Modalidad de trabajo en la atención primaria de la salud	217
La importancia del diagnóstico en los problemas sanitarios	219
Índices que reflejan la dinámica demográfica vinculada con situaciones de salud	219
Indicadores que incluyen variables no demográficas que permiten hacer predicciones y proyecciones relacionadas con la salud:	220
Monitoreo de factores de riesgo	220
Formas de propagación de una enfermedad	222
Patologías regionales o endemias argentinas:	224
Métodos de trabajo en epidemiología	225
Bibliografía	229