

La salud en la adolescencia

Claudia Unikel-Santoncini

Instituto Nacional de Psiquiatría "Ramón de la Fuente Muñiz",
Secretaría de Salud, Distrito Federal, México.

Correo electrónico: unikels@imp.edu.mx

La población de México está compuesta mayoritariamente por niños y jóvenes, lo cual significa un reto para la sociedad actual, en tanto es importante proporcionar condiciones de salud y educación adecuadas para que los adolescentes alcancen un desarrollo óptimo y una vida satisfactoria y productiva. En este volumen se abordan temas relacionados con la salud de los adolescentes que resultan relevantes para ampliar el conocimiento de esta etapa de la vida, y que permiten reflexionar sobre las acciones que se pueden seguir para mejorar la condición de vida de los adolescentes.

Mexican population is comprised mostly of children and adolescents, which implies a challenge for society now days, as it is important to provide appropriate health and educational conditions for adolescents to reach an optimal development, and a satisfactory and productive life. In this volume some health issues regarding adolescents health are analyzed, that turn to be relevant for amplifying our knowledge about this age phase and that let us meditate about the actions that can be taken to ameliorate adolescents life.

Antiguamente, los niños entraban al mundo de los adultos cuando maduraban físicamente o cuando comenzaban el aprendizaje de un oficio, como ocurre todavía en algunas zonas rurales. En la actualidad, el final de la etapa adolescente no tiene un límite claro, en primer lugar la pubertad sucede más pronto que entonces y, en segundo lugar, la sociedad contemporánea requiere un periodo más prolongado para la educación, lo cual pospone la adultez. En algunas culturas la entrada en la edad adulta se define con ritos particulares que se llevan a cabo a edades determinadas, o se relaciona con algún evento como la menarca en la mujer. Sin embargo, las sociedades industrializadas modernas tienden a ser ambiguas al respecto, de forma que suelen basarse en parámetros legales como obtener la cartilla militar o la licencia de manejo, o cuando se alcanza la autosuficiencia económica, cuando se elige una carrera, se vive en pareja o se funda una familia.

La adolescencia es la transición en el desarrollo entre la infancia y la edad adulta, es una fase dinámica en el continuo de la vida, en la cual tienen lugar profundos cambios tanto físicos, fisiológicos y bioquímicos, como psicológicos. En términos generales se considera que la adolescencia inicia a la edad de 12 o 13 años y termina entre los 18 y 22 años. Es un proceso que comienza con la pubertad que lleva a la madurez sexual, es decir, cuando el individuo es capaz de reproducirse. Durante la pubertad maduran las funciones reproductoras, crecen los órganos sexuales y aparecen las características sexuales secundarias, proceso que toma alrededor de cuatro años, comenzando dos años antes en las niñas que en los niños.

La población de México está compuesta por una gran proporción de niños y jóvenes. En 2005, 31.5 % de la población se encontraba entre cero y 14 años, y 27 % entre 15 y 29 años, siendo el país con mayor número de jóvenes en América Latina.¹ En los hombres, el grupo más numeroso de población se encuentra entre cinco y 14 años (11.2 %) y en las mujeres entre 15 y 19 años (5.7 %) y entre 20 y 24 años (5.2 %),² siendo los adolescentes el segundo grupo de población más amplio en el país después de los niños.

La adolescencia es una etapa de la vida en la que se registran bajas tasas de mortalidad y de enfermedades crónico-degenerativas, principal causa de muerte entre los mexicanos. La mortalidad adolescente sigue siendo esencialmente masculina, debido a tres causas principales: accidentes, homicidios y suicidios, aunque en las mujeres los accidentes también son la primera causa de muerte. En los adolescentes de uno y otro sexo entre 10 y 14 años, la principal causa de muerte es el accidente automovilístico y de tránsito, seguido de las agresiones y suicidios; mientras que en los adolescentes entre 15 y 19 años, las agresiones y suicidios seguidos de los accidentes de vehículo y tránsito.³ En las mujeres, las complicaciones relacionadas con la maternidad ocupan el segundo lugar, y a continuación los tumores malignos.

También es importante mencionar que existen factores de riesgo asociados al estilo de vida del adolescente, a su ambiente sociocultural y a los cambios psíquicos propios de la edad, mismos que incrementan la vulnerabilidad para adquirir adicciones, problemas relacionados con las relaciones sexuales sin protección y con la figura y peso corporal.

La adolescencia es la etapa en la cual muchos jóvenes entran en contacto con sustancias como el alcohol, el tabaco y otras drogas, principalmente con el afán de experimentar, pero puede ser la puerta de entrada para el desarrollo de adicciones. Datos de la Ensanut-2006 mostraron que 17.7 % de los adolescentes consume alcohol (21.4 % de los varones y 13.9 % de las mujeres); 21 % de los hombres refiere un consumo semanal de al menos cinco copas por ocasión, el doble del porcentaje informado en las mujeres. En el consumo de tabaco se observa una relación positiva con la edad, ya que si bien se registra un porcentaje de 4.6 % de adolescentes entre 13 y 15 años que consumen tabaco, el porcentaje se quintuplica entre los de 16 y 19 años, y en las mujeres se cuadruplica (2.4 versus 9.5 %).²

La capacidad de reproducción representa un riesgo relacionado con la conducta sexual, que puede desembocar en infecciones de transmisión sexual y embarazos no planeados (63.5 % de hombres y 38 % de mujeres adolescentes utilizan condón en su primera relación sexual, Ensanut-2006). La mayoría de los problemas de salud de las mujeres adolescentes gira en torno a la sexualidad y el embarazo, aunque en años recientes se han incrementado los índices de consumo de tabaco y otras drogas. El embarazo en la adolescencia representa riesgos nutricios maternos y neonatales debido a la inmadurez fisiológica y a los factores socioeconómicos.⁴

Por otro lado, y principalmente en las mujeres, el incremento en la estatura y el peso que ocurre en esta fase del desarrollo puede ser motivo de preocupación provocando como consecuencia la restricción en la alimentación y en algunos casos extremos, anorexia o bulimia nervosa. Las mujeres adolescentes son más propensas a la depresión que los hombres de la misma edad, generalmente por causas relacionadas con su apariencia física. Según datos representativos de estudiantes de la ciudad de México, se considera que 9.6 % de las mujeres y 3.4 % de los hombres tienen posibles trastornos de la conducta alimentaria.⁵

México dispone en este momento con una disminución de la población en etapa infantil y un aumento del grupo poblacional de jóvenes en edad productiva para el desarrollo social y económico, lo cual proporciona una oportunidad con duración de aproximadamente tres décadas, hasta que nuevamente se incre-

mente la población económicamente dependiente. Para aprovechar esta oportunidad, es importante tomar las medidas pertinentes para mejorar las condiciones socioeconómicas de la población adolescente, mediante la mejora en su salud, educación, oportunidades de trabajo y salario. Representa un reto para las generaciones de adultos que en el presente tienen como meta mejorar las condiciones de vida de los adolescentes, por lo que es de suma importancia dedicar esfuerzos a la investigación e implementación de estrategias para atacar las causas prevenibles de muerte y brindar un enfoque de promoción de la salud, orientado a fortalecer las habilidades en lugar de las deficiencias.

Este número de *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, enfocado a la salud de los adolescentes, es un reflejo de la preocupación de diversos grupos de investigadores que en diferentes zonas del país están dedicados a la salud de este grupo poblacional tan importante, en manos de quien quedará el país en algunos años. Los temas abordados abarcan algunas de las problemáticas más importantes en este grupo etario, por lo que los resultados que aportan serán de gran utilidad para enriquecer nuestro conocimiento sobre el tema.

Referencias

1. Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática. Censo de población y vivienda 2005. Disponible en <http://www.inegi.org.mx/inegi/default.aspx?s=est&c=10202>.
2. Olaiz-Fernández G, Rivera-Dommarco J, Shamah-Levy T, Rojas R, Villalpando-Hernández S, Hernández-Ávila M, Sepúlveda-Amor J. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública; 2006.
3. Santos-Preciado JI, Villa-Barragán JP, García-Avilés MA, León-Álvarez G, Quezada-Bolaños S, Tapia-Conyer R. La transición epidemiológica de las y los adolescentes en México. *Salud Publica Mex* 2003;45:S140-S152.
4. Casanueva E, Roselló-Soberón E, Unikel C. Alimentación y nutrición del adolescente En: Casanueva E, Kaufer-Horwitz M, Pérez-Lizaur AB, Arroyo P, editores. *Nutriología médica*. Tercera edición. México: Médica Panamericana; 2008.
5. Unikel C, Bojórquez I, Villatoro JA, Fleiz C, Medina-Mora ME. Conductas alimentarias de riesgo en población estudiantil del Distrito Federal: tendencias 1997-2003. *Rev Invest Clin* 2006;58(1): 15-27.