

La adolescencia es un periodo de transición en el desarrollo

El objetivo principal de este artículo es entender los procesos que ocurren durante el periodo conocido como **pubertad**, el periodo de crecimiento y desarrollo humano que ocurre después de la infancia y antes de la edad adulta entre los 10 y los 19 años, un periodo de transición de desarrollo físico, cognitivo y psicosocial, y estos cambios ocurren con el inicio de la **pubertad**, el proceso que lleva a la maduración biológica incrustada en los genes de nuestra especie. Por tanto, el primer factor que determina el "estirón" en la pubertad es la herencia genética que recibimos de nuestros padres. Algunos indicadores de la correlación entre padres e hijos, como la altura y la edad de la primera menstruación, muestran la influencia de la genética en este proceso.

Asimismo, los cambios puberales comienzan antes en las mujeres, lo que sugiere una determinación genética. Sin embargo, esta influencia no determina totalmente los cambios que se producirán, sino que establece el marco y la tendencia general, que vendrá determinada por el papel de otros factores biológicos y/o medioambientales.

En primer lugar, las hormonas y el funcionamiento del sistema endocrino. Las hormonas son sustancias químicas liberadas en el torrente sanguíneo por las glándulas endocrinas que tienen un efecto regulador sobre diversos órganos y funciones corporales. En comparación con la infancia, el inicio de la pubertad conlleva un aumento algo acusado de los niveles de estas sustancias, lo que afecta directamente a diversos **cambios corporales**.

En cuanto a las hormonas sexuales, los andrógenos y los estrógenos son los principales tipos de hormonas en los hombres y las mujeres respectivamente (aunque ambos están presentes, lo están en diferentes concentraciones en ambos sexos). La testosterona es un andrógeno cuya mayor concentración en la sangre determina el desarrollo de los

genitales externos, el aumento del crecimiento y los cambios de voz en los varones, entre otros.

El estradiol es el estrógeno, que de la misma manera determina el desarrollo de los senos, el útero y los cambios esqueléticos como el agrandamiento de la pelvis. La función hormonal está determinada por el sistema endocrino, en el que existe una retroalimentación negativa entre las estructuras y glándulas del cerebro (hipotálamo e hipófisis) y diversas glándulas de otras partes del cuerpo (tiroides, glándulas suprarrenales y gónadas).

Este cambio suele producirse entre los 10 y los 12 años en el caso de las mujeres y entre los 11 y los 14 en el de los hombres. Durante este periodo, el ritmo de aumento de peso y crecimiento se acelera considerablemente y se producen importantes cambios físicos a tres niveles. En el primer nivel, la activación de las gonadotropinas en el lóbulo anterior de la hipófisis crea los estímulos fisiológicos necesarios para los cambios sexuales que se producen en este momento evolutivo, seguidos de la producción de óvulos y espermatozoides maduros como consecuencia directa de la secreción de estas hormonas y, en última instancia, el desarrollo de rasgos sexuales específicos.

En las niñas, se produce un redondeo de las caderas, el desarrollo de los pechos, la aparición del vello púbico y la menstruación. En los chicos, algunas de las características sexuales secundarias que indican el comienzo de la pubertad son la aparición de vello púbico, vello facial y un cambio en la voz.

La naturaleza de los cambios fisiológicos durante la pubertad incluye dos tipos de procesos, según su relación con la función reproductiva. Así, las principales características sexuales son cambios directamente relacionados con la reproducción, que afectan a órganos como los ovarios, el útero y la vagina en las niñas. Los niños también tienen próstata, vesículas seminales, testículos y pene. Los caracteres sexuales secundarios están

relacionados con el proceso de la pubertad, pero no están directamente relacionados con los órganos reproductores: en ambos sexos, aumento de peso, altura y fuerza (más pronunciado en los chicos), aparición de vello en el pubis y otras partes del cuerpo, cambios en la voz y en la piel. En las niñas, desarrollo de las glándulas mamarias y aumento de los huesos de la pelvis. En los niños, crecimiento del vello facial y aumento de los hombros.

La duración de la pubertad viene determinada por factores físicos y por el entorno de cada joven. La adolescencia se distingue como una fase de cambio físico y la pubertad como un proceso psicológico causado por estos cambios.

En este punto, los adolescentes tienen que enfrentarse a una crisis de identidad y convertirse en adultos separados con un sentido holístico de sí mismos y una función valiosa en la sociedad. Uno de los principales cambios que se producen es un cambio físico: los hombres pierden su voz de niño y se vuelven roncros y varoniles, o las chicas desarrollan pechos y caderas que atraen a muchos hombres, y así, debido a los cambios hormonales que sufren con los años. cambios que generan interés sexual.

Es bien sabido que la adolescencia es un periodo de profundos cambios en la vida de una persona. En cuanto al desarrollo cognitivo durante la adolescencia, debemos aclarar que el desarrollo cognitivo durante la adolescencia está relacionado con la capacidad intelectual, la percepción y el conocimiento de la misma manera que el desarrollo cognitivo antes de la infancia.

Los adolescentes comienzan a desarrollar lo que **Piaget** denominó niveles superiores de desarrollo cognitivo, como el pensamiento **operacional formal**, por lo que empiezan a utilizar más la lógica y a percibir las cosas de forma crítica en cierta medida.

La aparición de un pensamiento abstracto que les permite distinguir las ideas o los sentimientos de los casos concretos, un pensamiento que les permite cuestionar sus

creencias y actitudes, pero que también les lleva a cambiar la forma de percibir el mundo en determinadas situaciones, en las que los adolescentes pueden tener interpretaciones diferentes a las que antes estaban determinadas por las explicaciones que recibían.

La abstracción le permite no sólo pensar en el presente, sino también proyectarse en el futuro. De este modo, conoce de antemano las consecuencias de sus actos.

La adolescencia es una etapa en la que hay muchas ideas y entusiasmo por realizarlas; una etapa de la vida en la que la imaginación ha avanzado mucho. Los jóvenes dejan de pensar en lo que es real y pasan a analizar lo que es posible y lo que es "factible".

A medida que se desarrolla el pensamiento cognitivo, los jóvenes adquieren la capacidad de pensar sistemáticamente, desde el razonamiento concreto hasta las operaciones lógicas formales. Sin embargo, no todos los jóvenes logran este tipo de pensamiento con la misma facilidad que otros, ya que sus mentes son en cierto modo inmaduras, y muchos son capaces de razonar de forma abstracta y hacer juicios morales complejos, mientras que otros no.

"Es difícil convencer a los adolescentes de que estas tareas les parecerán mucho más difíciles que el álgebra o la geometría.

-Edgar W. Howe

La búsqueda de la identidad aparece en escena durante la adolescencia, una **etapa del desarrollo psicosocial que Erikson** define como la formación de un autoconcepto holístico compuesto por metas, valores y creencias a las que uno se adhiere firmemente.

La adolescencia es una época en la que hay que averiguar quién se es y, como señala Erikson (1950), los intentos de los adolescentes por comprenderse a sí mismos no son "una especie de atrofia de la madurez", sino que forman parte de un proceso sano e importante que se basa en los logros de las etapas anteriores -la confianza en sí mismo, la

independencia, la iniciativa y la ética del trabajo- y sienta las bases para los retos de la edad adulta, por lo que siempre debe ser buena.

El adolescente desarrollará su **individualidad**, y para ello tendrá que experimentar y probar de todo hasta que se dé cuenta de lo que más le conviene, vivirá ciertos momentos que todos tenemos en algún momento de la vida, como querer vestirse como una persona pública, etc., hasta que encuentre algo con lo que realmente se sienta cómodo, descubriendo un estilo propio que se ajuste a su forma de pensar. Esto suele provocar un poco de desavenencia familiar, ya que empieza a actuar como él quiere y no como sus padres quieren que actúe; esto provocará las conocidas discusiones con sus padres, ya que tienden a no estar de acuerdo con los intentos del joven, por lo que los adolescentes suelen confiar más en sus amigos, ya que son los que les entienden mejor, ya que están pasando por lo mismo.

Lo importante de esta etapa es que en ella se produce el momento **de la cristalización de la identidad, donde el sujeto se juega** la conciencia de identidad o, por el contrario, la confusión de identidad, experimentando una crisis ante la conciencia de identidad, que reaviva el conflicto de las etapas anteriores. La respuesta a esta ambivalencia depende de la respuesta del sujeto a la pregunta "¿Quién soy yo?", a través de la cual podemos imaginar cómo es ser un adolescente. Los padres se enfrentarán al reto de afrontar nuevas situaciones en relación con sus hijos y seguir guiándolos de la mejor manera posible.

Viven una experiencia de duelo por el cuerpo infantil: el cuerpo adolescente experimenta cambios rápidos y significativos que a veces les parecen ajenos y externos, lo que les sitúa en el papel de observadores más que de actores; duelo por el papel y la identidad infantil; la pérdida del papel infantil les obliga a abandonar la dependencia y aceptar la responsabilidad; la pérdida de la identidad infantil debe ser sustituida por la

identidad adulta, en la que Este proceso genera sufrimiento, que implica una falta de identidad clara, duelo por los padres de la infancia. Abandonar las defensas, la imagen idealizada e ilusoria, aceptar las debilidades y la madurez.

La familia ha dejado de ser el espacio privilegiado para la afirmación de la competencia y la autoestima de los adolescentes, lo que plantea difíciles retos a las figuras parentales para lograr el mantenimiento y la expresión de la aceptación de sus hijos adolescentes en este nuevo entorno, siempre crucial para su desarrollo.

La sexualidad de los adolescentes se experimenta fuera de la familia; los nuevos roles se prueban y experimentan en los grupos de iguales y en la sociedad en general. Esto forma nuevas condiciones para el desarrollo social, ayuda a diferenciarse del grupo familiar y a lograr la autonomía.

Podemos concluir que la adolescencia representa una etapa especial en la que tienen lugar procesos de desarrollo clave, que dependen por primera vez de la propia capacidad para dirigir el proceso, rellenar las lagunas y volver a centrarse en la infancia y el presente. Los cambios físicos, hormonales, sexuales, emocionales e intelectuales desencadenan necesidades, riesgos y respuestas personales, sociales e interactivas. La formulación de la identidad tiene en cuenta los puntos fuertes y débiles de uno mismo y de su entorno.

Con el inicio de la adolescencia, las personas nacen en la sociedad más amplia y, por lo tanto, comienzan a desvincularse del sistema familiar, lo que lleva a un renacimiento de las relaciones. En el contexto de las necesidades, los recursos y las limitaciones que ofrece la sociedad en su momento histórico y político particular, se desarrollan procesos que proporcionan la base para la construcción de roles y actitudes ante la vida.

Una tarea importante es conciliar los elementos de identidad percibidos con las acciones apropiadas para el desarrollo y adquirir herramientas que faciliten la consolidación de un rol satisfactorio.

Bibliografía

<https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapas-adolescencia>

<https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/06/Pediatria-Integral-XXI->

[4 WEB.pdf#page=8](#)