

Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

ENSAYO DE SALUD Y ADOLESCENCIA

Presenta: Andryck Jossue Montoya Solano

Materia: Crecimiento y Desarrollo Biológico

Medicina Humana 7to A

Dra. Kikey Lara Martínez

Comitán de Domínguez Chiapas

04/06/2020

INTRODUCCION

La salud en la adolescencia es un tema de suma importancia en estos tiempos ya que tienen que cuidar muchos aspectos los puntos más importantes que se pueden mencionar en este apartado son las enfermedades de transmisión sexual, drogadicción, alcoholismo, embarazos no deseados, trastornos de la alimentación, entre otras. Los hábitos saludables, incluyendo una alimentación nutritiva y la actividad, ayudan a tener una vida saludable. En esta etapa el adolescente es más propenso a realizar actividades que repercutan en su salud debido a su entorno, a los cambios que sufre en esta etapa, economía, entre otros factores de riesgo que pudiese tener. Por los motivos mencionados, es necesario conocer los puntos importantes que serán tratados a continuación.

SALUD Y ADOLESCENCIA

Sabemos que los adolescentes deberían tener una vida saludable. Sin embargo, existen muchos riesgos que los llevan a accidentes, suicidios, violencia, embarazos no deseados y enfermedades prevenibles o tratables. Muchas enfermedades graves de la edad adulta comienzan en la adolescencia. Por ejemplo, el tabaquismo, las enfermedades de transmisión sexual, entre ellas el VIH, y los malos hábitos alimentarios y de ejercicio, son causas de enfermedad o muerte prematura en fases posteriores de la vida (OMS, 2006). La OMS estima que 70% de las muertes prematuras en el adulto se deben a conductas iniciadas en la adolescencia. Entonces, la adolescencia constituye un momento clave para la incorporación de hábitos que, a futuro, determinarán una adultez más sana.

Esta etapa de la vida presenta particularidades distintivas a otros grupos etarios en cuanto a su desarrollo, evolución y también, en el enfermar. Y, por lo tanto, existen ciertas circunstancias que afectan la salud de manera diferente. Teniendo en cuenta esto podemos aclarar que los problemas pueden ser prevenidos si se reconocen a tiempo y evitar complicaciones a futuro.

La violencia es una de las causas más frecuentes de las defunciones entre los adolescentes, sobre todo en los varones. La forma de abordar este problema es multifactorial y depende de diversos factores. Sin duda alguna la educación familiar, sobre todo, en los primeros años de vida; la enseñanza desde esta etapa de evitar situaciones de riesgo como el consumo de alcohol o elementos peligrosos como un arma de fuego, son las mejores estrategias. La atención empática y afectiva de los adolescentes que atraviesan una situación de violencia, ayuda a mitigar las consecuencias negativas derivadas de la violencia que pueden afectar tanto la salud física como psicológica.

Otro problema a tratar es el uso inadecuado del alcohol y de drogas ilícitas, en este caso es una de las causas de los problemas antes mencionados. La prohibición de la publicidad de las bebidas alcohólicas y del fomento de su consumo es una de las estrategias más importantes para abordar este problema, como así también, la regulación del acceso a las mismas. En este caso también, un sistema de salud que actúe desde la prevención y promoción y una atención eficaz en los casos necesarios, es sin duda, fundamental.

La gran mayoría de personas que consumen tabaco hoy en día comenzaron a hacerlo cuando eran adolescentes. Prohibir la venta de productos de tabaco a menores, subir el precio de esos productos gravándolos con impuestos más altos, prohibir la publicidad del tabaco y garantizar la existencia de entornos libres de humo es sumamente importante. A nivel mundial, al menos uno de cada diez adolescentes (de 13 a 15 años) consume tabaco, y en algunas regiones esa cifra es mucho mayor. En algunos países de ingresos altos, parece que está disminuyendo el consumo de cigarrillos entre los adolescentes más jóvenes.

La nutrición es muy importante en la adolescencia debido a los cambios que ocurre en esta etapa, una nutrición adecuada constituye la base para el desarrollo de una vida saludable (Salud, 2015). Muchos niños y niñas llegan a la adolescencia con distintos grados de desnutrición y esto es más notable en niños de clases sociales pobres, lo que a su vez incrementa el riesgo de padecer otras enfermedades asociadas. Por otra parte, el sobrepeso y la obesidad también

presentan serios riesgos para la salud de los adolescentes. En la actualidad, se observa un incremento preocupante de estos problemas alimentarios que surgen a partir del sedentarismo y el consumo excesivo de comida rica en grasas y en hidratos de carbono, aumentando el riesgo de desarrollar patologías que antes eran patrimonio de los adultos, como la diabetes, la hipertensión arterial o las dislipemias. En el lado opuesto esto se presenta más en clases sociales media-alta. Una nutrición adecuada y una educación nutricional saludable desde los primeros años de vida, junto a la garantía del acceso a los alimentos son las herramientas necesarias para disminuir los problemas derivados de la malnutrición.

Como bien se sabe, durante la adolescencia se producen cambios biológicos, psicológicos y sociales que contribuyen a la construcción de la identidad sexual y a la posibilidad de reproducirse. Y dado esto hay una posibilidad alta de que se presenten problemas como embarazos no deseados o también infecciones de transmisión sexual. La incidencia de ITS en los adolescentes se debe a diferentes factores como pueden ser el inicio de relaciones sexuales sin protección eficaz, percepción de invulnerabilidad, uso de sustancias tóxicas, falta de una adecuada educación sexual, entre otras. En el caso de la infección por VIH, no solo representa un riesgo para la vida del adolescente y del niño, sino también, para su desarrollo; muchos niños y adolescentes han perdido a sus padres a causa de esta pandemia, generando además padecimientos emocionales .

El embarazo adolescente es un problema de Salud Pública que encierra un conjunto de cuestiones que derivan en esta situación. Entre estas problemáticas se puede mencionar la situación de familias disfuncionales e incontinentes, situaciones de abuso y en muchos casos, de violaciones, maltrato y violencia de género, falta de acceso a la salud y, por ende, de acceso a los métodos anticonceptivos más allá del conocimiento de su existencia, abandono escolar lo que implica no acceder a la educación sexual integral, falta de modelos paternos y maternos a seguir, falta de proyectos de vida y la creencia que la realización personal pasa por la de ser madres, sin haber tenido la posibilidad de conocer otras oportunidades, como así también la búsqueda de un status quo en la comunidad en el que se cree que éste radica en la maternidad precoz. Uno de los motivos por el que es considerado un problema de salud pública, es porque el embarazo no deseado puede conducir a situaciones límites en una adolescente que, al no poder enfrentarlas, recurra a u aborto inseguro para superarlo, poniendo en serio riesgo su vida. El acceso a la educación sexual integral, al sistema de salud y a los diferentes métodos anticonceptivos y adecuar el marco legal existente son algunas medidas que tienden a disminuir el problema.

Un punto no menos importante es la salud mental de los adolescentes ya que La depresión es la tercera causa principal de morbilidad y discapacidad entre los adolescentes y el suicidio es la tercera causa de defunción entre adolescentes mayores de entre 15 y 19 años. La violencia, la pobreza, la humillación y el sentimiento de desvalorización pueden aumentar el riesgo de padecer problemas de salud mental. Propiciar el desarrollo de aptitudes para la vida en los niños y adolescentes y ofrecerles apoyo psicosocial en la escuela y otros entornos de la comunidad son medidas que pueden ayudar a promover su salud mental. También desempeñan una función importante los programas que brindan apoyo para fortalecer los lazos entre los adolescentes y

sus familiares. Si surgen problemas, deben ser detectados y manejados por trabajadores sanitarios competentes y con empatía.

CONCLUSION

Como observamos en este ensayo nos damos cuenta que la etapa de la adolescencia además de ser una parte importante la vida del ser humano ya que pasa por lo distintos cambios físicos, psicológicos, emocionales, entre otros que ya hemos visto, también es una etapa donde se puede prevenir muchas patologías que el adulto presenta. Una correcta educación de parte del padre, profesores, personales de salud acerca de los diferentes temas ayuda a que el adolescente pueda desarrollarse saludablemente y que no repercuta en un futuro. Como se trato anteriormente en esta etapa es donde el adolescente realiza actividades que se ven muy relacionadas con su salud por eso se debe hacer hincapié en la prevención y promoción de la salud en la adolescencia.

BIBLIOGRAFIA

OMS. (s.f.). *Organizacion Mundial de la Salud*. Obtenido de Organizacion Mundial de la Salud:
https://www.who.int/topics/adolescent_health/es/

Salud, S. d. (2015). *NORMA Oficial Mexicana NOM-047-SSA2-2015, Para la atención a la salud del Grupo Etario de 10 a 19 años de edad*. Mexico.

Organización Panamericana de la Salud .Salud del Adolescente .OPS/OMS Washington.1995.P.

Krauskopf, D. (1994) *Adolescencia y Educación*. Segunda Edición Editorial EUNED. San José