
Los problemas crecen

Publicado por Arriero - 26-09-2007 00:10:57

El niño ya no es un niño. Le ha salido barba, se le ha ensanchado la espalda y puede que sienta vergüenza de que le vean desnudo. A la niña le está creciendo el pecho, se le ensanchan las caderas y ha tenido la primera regla. Están aturridos ante cambios tan bruscos en tan poco tiempo y no pueden dejar de observarse y de compararse con los demás. Los padres simplemente podemos contribuir a que se acepten a sí mismos durante este proceso difícil.

La adolescencia es un período de tiempo, dentro del proceso de desarrollo de las personas, que se caracteriza por la transición entre la infancia y la vida adulta. El inicio de este proceso coincide con la pubertad, si bien adolescencia y pubertad no son dos términos equivalentes.

La pubertad se entiende como el proceso de cambios físicos que transforma el cuerpo infantil en cuerpo adulto durante la segunda década de la vida humana. El inicio de estos cambios da lugar a la adolescencia. A lo largo de la adolescencia, el niño o la niña realizarán una serie de adaptaciones psicológicas y sociológicas que modificarán sus pautas de conducta y de relación hasta convertirlas en adultas.

El fenómeno de la pubertad es el fenómeno adolescente más universal. Todos los niños y niñas, más pronto o más tarde, ven transformarse su cuerpo de niños en un cuerpo adulto de hombre o mujer. A una determinada edad se produce un aumento en la secreción de hormonas sexuales, andrógenos en los varones y estrógenos en las chicas, que desencadena el proceso de transformación.

Inicio de la pubertad

Lo primero que hay que señalar es que el momento de inicio del proceso de cambios físicos es muy variable entre unos y otros, sin que en ningún caso pueda considerarse patológico su mayor o menor precocidad. Sólo en el caso de un retraso significativo en relación con los intervalos de edad que se consideran normales justificaría una consulta médica.

En cualquier caso, hay una notable diferencia entre los dos sexos en cuanto al momento de inicio de la pubertad. Las edades en las que se producen los cambios suelen iniciarse en los chicos hacia los 12 o 13 años y terminan hacia los 16 o 18. En las chicas, en cambio, comienzan a los 10 u 11 años para finalizar hacia los 14 o 16.

Las causas de las diferencias, dentro del mismo sexo, en cuanto al momento de inicio y de finalización, no son muy conocidas aunque parecen estar implicados factores hereditarios, ambientales y alimenticios.

El desarrollo físico en las chicas

Las primeras manifestaciones son el redondeamiento de las caderas, el desarrollo del pecho, la aparición del vello púbico y el crecimiento acelerado.

En poco tiempo verán crecer los diferentes elementos de su cuerpo de forma poco armónica al producirse, por ejemplo, un crecimiento más rápido de las extremidades que del tronco. Por otro lado, como los cambios han empezado a producirse a una edad más temprana que en los chicos, parecerán mayores que éstos.

A continuación aparece el vello en las axilas, se ensortija el vello púbico y acontece la primera menstruación. A partir de este momento el crecimiento se ralentiza y acaba el proceso de cambios.

El desarrollo físico en los chicos

Se inicia con el desarrollo de los testículos que aumentan de volumen, la aparición del vello púbico lacio, crecimiento del pene y cambio de la voz.

Al poco tiempo aparece el vello de las axilas, el vello púbico se ensortija y se produce la primera eyaculación involuntaria. A la vez que ocurren estos cambios, se produce un fuerte crecimiento y aparecen las masas musculares. El crecimiento en los chicos también se produce de forma no armónica.

Finalmente, la progresiva aparición de la barba indica el final del proceso. El crecimiento se desacelera.

Consecuencias de los cambios físicos

Los cambios físicos que padece en la pubertad son el primer reto de adaptación al que ha de hacer frente el adolescente. En los años precedentes, el niño crecía en tamaño y en habilidades, pero no había un cambio sustantivo. Ahora todo parece cambiar y, además, de forma brusca. En poco tiempo, no reconocerá ni su propia cara, en la cual ve crecer su nariz, aumentar el vello... Su cuerpo parece estirarse y modelarse a su capricho mientras aparecen unos caracteres sexuales hasta ahora desconocidos.

Por fuerza, ante este espectáculo que ocurre en él mismo, no puede dejar de observarse y de compararse con los demás, en especial con aquellos que son estereotipos de la moda. Como consecuencia necesita realizar un doble esfuerzo: por una parte ha de familiarizarse con su nueva imagen, por otra ha de aceptarse a sí mismo. Y en medio de esta lucha encontramos a nuestro hijo o hija sumidos en la inseguridad que les produce el tener que reconocerse y aceptarse, analizando cada rizo de su cabello, cada detalle de su perfil e intentando parecerse a no se sabe quién.

Es un momento en el que son especialmente sensibles a cualquier tipo de crítica o ironía en relación a su aspecto físico. Es una época en que necesitan recibir mensajes de aceptación, de aprecio y de respeto.

Importancia del adelanto o retraso del inicio de la pubertad

En los chicos el adelanto suele desarrollar mayor confianza en sí mismos y mejor nivel de autoestima. Por el contrario, si su maduración es tardía, pueden desarrollar actitudes fanfarronas y estridentes que buscan llamar la atención, lo cual los hace impopulares.

Por el contrario en las chicas, la maduración temprana suele producir más bien cierta inseguridad, en ocasiones a causa de la presión sexual que reciben del entorno y escasa aceptación. La maduración tardía, en cambio, les suele aportar mayor seguridad, mayor aplomo y un alto grado de aceptación entre sus amigos.

Evidentemente nosotros no podremos influir en el adelanto o retraso del inicio de la pubertad de nuestros hijos, pero sí podremos, si conocemos lo que eso supone, apoyarlos en sus dificultades de adaptación o ayudarles a racionalizar algunos de sus sentimientos.

No nos será fácil ayudarle en estos cambios, pero si contribuimos a ofrecerle signos claros de aceptación y de cariño, aunque pueda parecer que los rechaza, seguramente estaremos contribuyendo a acrecentar su seguridad y confianza en sí mismo.

José María Lahoz García
Pedagogo (Orientador escolar y profesional),

Que difícil es educar. Que difícil es que nos escuchen.
Y es que posiblemente no depende del educador tanto como del educando.

=====

Re: Los problemas crecen

Publicado por El calatraveño - 26-09-2007 21:12:58

Que difícil es educar. Que difícil es que nos escuchen.

Y es que posiblemente no depende del educador tanto como del educando. NO LO SABES TU BIEN AMIGO ARRIERO
CADA CHAVAL ES UN MUNDO .SALUDOS.

=====

Re: Los problemas crecen

Publicado por Arriero - 26-09-2007 21:26:52

Respetos al máximo Calatraveño, a Noe le vas a contar lo que es llover.
A ver si un día me siento con ánimos y empiezo el melón.