



# **ALGUNAS NOTAS SOBRE PUBERTAD Y ADOLESCENCIA**

**Material Interno del Programa del Adolescente. Centro Marie Langer**

**Autora: Ayelén Losada Cucco**

# ALGUNAS NOTAS SOBRE PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

**Autora: Ayelén Losada Cucco**

De todas las cosas que se pueden analizar al empezar a pensar en la Pubertad y la Adolescencia, deseo señalar algunos aspectos que sitúen una mirada y un punto de partida.

Lo primero que nos preguntamos al pensar en estas etapas vitales es cuándo empiezan y cuándo terminan; sin embargo, creo que no es tan importante la definición de las edades cronológicas, como la transmisión de la idea de **proceso**. La vida es un proceso de cambios que se pueden dividir más o menos en diversas etapas en función de las características de esos cambios.

El comienzo de la **Pubertad** lo marcan los ebullentes cambios fisiológicos con sus consecuencias biológicas (que, a su vez, conllevan cambios "psico y socio"... pero eso es lo que quiero comentar en el segundo punto). El final de la Pubertad viene marcado por la estabilización de esos cambios biológicos dando lugar al comienzo de la Adolescencia, que está marcada por cosas que están más en relación con lo "psico" y lo "socio" que con lo "bio".

Por tanto, esa idea de **proceso**, de que no hay una limitación exacta, de que lo importante es comprender los diferentes pasos del proceso y de saber y aceptar que cada uno/a puede tener diferentes ritmos sin ser mejor o peor, es lo que me parece importante transmitir. Creo que esa información-formación es más cercana a lo que los chicos y chicas de estas edades están necesitando.

Por otro lado, es importante resaltar la idea de que todo cambio biológico conlleva cambios que podríamos llamar psicológicos y sociales. Me refiero a que el hecho de que estén madurando los órganos sexuales de un ser humano, implica la adquisición de la capacidad de procrear y la posibilidad de una sexualidad genital más parecida a la de los adultos<sup>1</sup>; esto no deja indiferente a ese ser humano ni a los que tiene a su alrededor (padres, madres e iguales). Se deben dar procesos de asimilación y elaboración de esos cambios que muchas veces conllevan cambios de humor, miedos, tristeza, euforia, hacerse el pequeño por la penita de despedirse de que ya no es pequeño, querer ser más grande de lo que corresponde, etc.; están ensayando su nuevo lugar y cómo deben comportarse o lo que implica.

Además, comienza todo lo relacionado con el cuidado de la intimidad, la privacidad, y es algo necesario que a veces a los padres/madres no les gusta mucho porque sienten que ya no tienen tanto control sobre sus hijos e hijas, que ya no les cuentan todo, que ya no quieren estar con ellos. Pero entendiendo que todos estos comportamientos forman parte de un proceso no sólo natural, sino también necesario, se pueden elaborar y ayudar a elaborar a los chicos/as mucho mejor.

---

<sup>1</sup> En relación al uso del masculino y/o femenino de determinadas acepciones, para evitar la utilización de modos que perturben la lectura, se hace constar expresamente que cualquier término genérico referente a personas se debe entender en un sentido inclusivo para ambos géneros.

Respecto a lo que llamaba cambios "socio", me refiero a que, indudablemente, esto va a influir en cómo se relacionan con sus iguales; frente a los cambios, necesitan reafirmar que no son "raros". Se observan con pudor (de reojo en el vestuario) o con descaro (bajándole los pantalones al amigo), se comparan, se preguntan, se tocan. Comienzan los amores platónicos que son platónicos porque para poder entregarse a otro uno debe sentir cierta seguridad y confianza en sí mismo, por lo que a medida que va aumentando la confianza va disminuyendo el "platonismo" (por decirlo de alguna manera) y se pueden ir empezando a concretar las relaciones de un modo más real (en cualquier caso esto también es un proceso, en el que interjuegan muchos factores, lo que imposibilita la definición exacta de las edades de estos procesos).

Respecto a la **Adolescencia**, por resumir algunas ideas-guía, es una etapa marcada por la necesidad de resolver cosas importantes, la siguiente etapa será ya la juventud-adulthood y deben entrenarse y definirse para ella.

Podríamos decir que:

- Deben resolver el vínculo con los padres, hacer una ruptura importante de desidealización para poder definir sus propios intereses y reelaborar la relación en función de que dejen de ser padres de crianza para pasar a ser padres de referencia.
- Deben ir construyendo su lugar en el afuera. Ahora pasan más tiempo en la escuela, en la calle, con los amigos... y esto es necesario para tal fin. Además se encuentran con un mundo que les transmite ciertos ideales, muchas veces nuevos en comparación con los que transmitían los padres, y deben ir construyendo sus propias ideas autónomas. En este punto, es importante hacer un análisis de qué ideales se les transmiten desde la sociedad, porque normalmente suelen recibir ideas contradictorias que les dejan confundidos/as, o ideas de modelos imposibles (estéticos, de éxito, pasotas, descomprometidos...) que les generan altos grados de autoexigencia, les promueven la competitividad, los desconectan de sus propios sueños y los empujan a la dependencia y el consumo (que son necesarios para que los sistemas capitalistas se sostengan).
- Deben responder a la pregunta "¿Quién soy yo?", necesitan ir definiéndose como personas, comienzan las reflexiones filosóficas y los pensamientos trascendentales.
- En esa definición se están construyendo como chicos y como chicas, como hombres y mujeres, están poniendo en práctica qué es ser chico y qué es ser chica; en este punto, también influyen mucho los ideales que se les transmiten y vemos hoy en día cómo se rebelan contra la mujer tradicional, por ejemplo, pero no tienen modelos alternativos claros con los que identificarse, etc.
- Se da toda una parte importante de la sexualidad (digo una parte porque podemos decir que la sexualidad dura toda la vida, desde que uno nace, porque la entendemos en relación al placer y la satisfacción del deseo. El deseo de un bebé es tomar la teta y eso le



da placer, más adelante son otras las cosas que dan placer, pero las estrategias para satisfacerlo se aprenden desde pequeño). La característica importante que se da en esta etapa respecto a la sexualidad es que se hace "con otro", y esto es todo un aprendizaje, en el que también juegan un papel importante la seguridad, la confianza, la influencia de los ideales y roles que nos marcan (por ejemplo: si al chico le dicen que ser un macho es saberlo todo, le va a costar mucho más preguntar y suele pasar que, en las primeras relaciones, está más preocupado por qué dirán que por ver qué siente...); lo que también conlleva la definición de la identidad sexual.

- Deben ir "cocinando" a lo largo de toda la etapa todos estos ingredientes (bueno, y algunos más) para que al final puedan "cuajar" (como un flan) en un **proyecto** de vida (ni el único ni el definitivo, pero sí con la conciencia de que en la madurez hay que tener proyectos y poder llevarlos a cabo).
- En la mayoría de las sociedades, por lo menos las occidentales, el final de la adolescencia viene marcado por: 1. La conciencia de independencia económica. 2. La definición de intereses. 3. La definición de las relaciones (según esta definición podemos pensar que hoy tenemos adolescentes de más de 30 años... es todo un tema a reflexionar).