

## ADOLESCENCIA: PARA LOS CIENTÍFICOS, AHORA DURA DE LOS 10 A LOS 24 AÑOS



*Se posterga la independencia de los padres, el acceso al trabajo y la paternidad; un editorial de la revista Lancet Child and Adolescent Health afirma que esa edad se ajusta más a la realidad actual Crédito: Ricardo Pristupluk*

### Nora Bär

06 de febrero de 2018

"Viene a verme Ivanna, de 24 años, a la que conozco desde su primer mes de vida. Esboza una sonrisa cómplice y me ataja: 'Ya sé, no me digas nada, pero solo vos podés entender lo que me pasa'".

A Cristina Catsicaris, médica pediatra del Servicio de Adolescencia del Hospital Italiano, el pedido no la sorprende. Es más: ya es una escena habitual en su consultorio.

"Otro paciente, Lucas, tiene 23. Soy su médica de cabecera desde que nació. Tiene una enfermedad crónica y me pide consulta tras consulta que por favor lo siga atendiendo. No se siente cómodo con los médicos 'de adultos', que lo tratan de 'usted' y a los que tiene que esperar junto con gente mayor".

Todo indica que esta experiencia no es excepcional. De hecho, un reciente editorial de la revista Lancet Child and Adolescent Health propone que la adolescencia dure hasta los 24, cinco años más de lo que se consideraba.

"La adolescencia es la etapa que se extiende entre la infancia y la adultez, y su definición siempre se prestó a discusiones -escriben Susan Sawyer y colegas en la publicación científica-. La transición ahora ocupa una parte mayor de la vida (...) y es esencial una definición más inclusiva para trazar adecuadamente las leyes, políticas sociales y sistemas de servicios".

Según los especialistas, la menarca (primera menstruación) se adelantó cuatro años en los últimos 150 años y en China, se presentó seis meses antes por década, en promedio, en el último cuarto de siglo. Por otro lado, ciertos procesos de desarrollo cognitivo continúan más allá de los 20. Hasta ahora, la OMS consideraba que la adolescencia llegaba hasta los 19.

Marcia Braier, jefa de docencia e investigación del Hospital Tobar García, está muy de acuerdo con esta idea. "Esto se observa más en las grandes ciudades -opina-. Los chicos maduran más tarde, se independizan más tarde, dependen de los padres, especialmente en las clases medias".

Pero no todos coinciden. Hay quienes se preguntan si en lugar de adaptarnos a los tiempos que corren estamos "infantilizando" a los jóvenes.

Para Irene Melamed, especialista en adolescencia de la Sociedad Argentina de Pediatría y vicepresidenta de la Sociedad Argentina de Salud Integral de la Adolescencia (Sasia), "la propuesta no deja de ser auspiciosa y abre puertas para pensar el tema en profundidad. Hay argumentos a favor, como estar en mejores condiciones de abordar la transición de la adolescencia a la adultez. Pero también hay que alertar sobre la posibilidad de que se postergue la edad de tomar decisiones razonadas propias de un adulto".

"Al ver este artículo mi primer pensamiento fue '¡Oh, no! Ya les estaba costando a los jóvenes ganar autonomía y ahora los queremos seguir llamando adolescentes' -exclama Catsicaris-. Seguramente es necesario redefinir necesidades de salud del grupo de 'jóvenes adultos'. Pero pensar en seguir llamándolos adolescentes me parece que fuerza aún más la justificación de permanencia en un momento del ciclo vital de la familia humana que ya no les corresponde".

Algo de esto es lo que observa Silvia (no es su verdadero nombre), que tiene 31 y es artista. "Vivimos en un mundo infantilizado -opina-. Todo te lleva a pensar que cuanto más chico sos, mejor. Ser grande es aburrido. No solo en lo físico. La gente es cada vez más renuente al compromiso. Por ejemplo, una amiga de 27 años está embarazada de su segundo hijo y todos nos horrorizamos: ¿menos de 30 y con dos hijos? Porque lo usual es cruzarse con gente que dice: 'Tengo 40, pero todavía estoy explorando mi ser, quiero salir y divertirme'..."

En rigor, la "adolescencia" desafía una definición única: no es igual la de un chico que va a la escuela y vive con sus padres que la de los que no tienen adultos que los cuiden ni modelos para copiar, que están más en la calle que en la escuela.

Tampoco hay cronologías estrictas que señalen su "fin". Según explica Melamed, aunque hay trabajos que hacen mención a cierta inmadurez del cerebro, así como a la necesidad de obtener respuestas inmediatas que los lleva a actuar impulsivamente, la toma de decisiones razonadas y meditadas por parte de los adolescentes se evidencia en muchos de ellos en etapas relativamente tempranas y se relaciona con el acompañamiento, el contexto y el sostén del mundo adulto.

"Existen múltiples concepciones de la adolescencia, algunas más biológicas, otras más sociológicas, otras más psicológicas -destaca Adolfo García, director científico del Laboratorio de Psicología Experimental y Neurociencias (LPEN) del Instituto de Neurociencia Cognitiva y Traslacional (Incyt, del Conicet, Ineco y la Fundación Favaloro)-. Según qué perspectiva se adopte, se podrá fundamentar un punto de corte más o menos extenso. En la segunda década de vida se dan cambios genéticos, hormonales, neuroanatómicos, neurofuncionales y socioculturales que se influyen recíprocamente para dar pie a patrones cognitivos y conductuales que rara vez se manifiestan en etapas previas y posteriores".

Hallazgos de los últimos años, explica el científico, indican que el volumen de la corteza prefrontal (que participa en procesos como la planificación, la evaluación del riesgo y la toma de decisiones) manifiesta un pico de incremento a partir de los 10 años, para luego decaer al acercarse los 20.

También a partir de los 10, y sobre todo alrededor de los 14, se advierten aumentos significativos en la conectividad de diversas redes cerebrales, como la que, entre otras cosas, regula procesos atencionales, o la llamada red por defecto (que se activa cuando uno no piensa en nada en particular, pero también cuando realiza diversos procesos de imaginación y memoria). Varios trabajos enmarcados en las llamadas neurociencias del desarrollo sugieren que al menos algunos de estos cambios se asociarían con patrones de impulsividad y exposición a situaciones riesgosas.

"Un trabajo reciente publicado en *Nature* -agrega García- sugiere que durante la segunda década se identifican las mayores tasas de inicio de varios trastornos psiquiátricos. Sin embargo, investigaciones previas muestran que muchos patrones de alteración cerebral y conductual se asocian con experiencias perniciosas en la infancia temprana (por ejemplo, privación social y aislamiento). Más allá de esto, detrás de conceptos como 'adolescencia',

'infancia' y 'pubertad' existe una enorme variabilidad individual, que en general escapa de las similitudes gruesas que surgen de las investigaciones neurocientíficas".

Uno de los hitos que marcan el ingreso a la adultez es la voluntad de irse a vivir solos y formar su propia familia. Pero en la mayoría de los casos no es fácil. "Mis padres me dieron la oportunidad de estudiar sin trabajar -cuenta Lucila Callejón, egresada de la carrera de Letras de la UBA, pero que a los 33 todavía vive en la casa paterna-. Antes de los 24 ni loca se me hubiera cruzado por la cabeza irme a vivir sola. Después conocí a mi novio y cuando te vas acercando a los 30 vas madurando. Ahora, en dos meses, nos vamos a nuestra propia casa".

A Ezequiel Maiz (29), que trabaja en computación, muchas veces se le planteó la idea de irse a vivir con algún amigo o solo, pero por una u otra razón no se concretó. Reconoce que en la casa de sus padres se siente cómodo. "Antes de los 24 no me hubiera ido -dice-. Ahora me siento en condiciones. Hay un cambio mental y de madurez: no soy el mismo".

En lo que concuerdan los especialistas es en que se impone una discusión sobre la problemática sanitaria de esta etapa. "Las clasificaciones son importantes, ya que tienen implicancias biológicas, médicas, legales y de salud pública -subraya Catsicaris-. Hay que darle un lugar a este grupo de entre 19 y 24, ya que tienen el mayor riesgo de muerte prematura por causas prevenibles, sobre todos los hombres. En especial los chicos más pobres, que pasan sin escalas a la adultez a través de la maternidad o paternidad temprana, el trabajo muchas veces en negro e ilegal. Pero quizá no sería apropiado seguir llamándolos adolescentes".

Y concluye Braier: "No estaría mal evaluar si un adolescente puede emanciparse a los 18".

Por: [Nora Bär](#)