

# PROPUESTA COMUNICACIONAL DIRIGIDA A PERSONAL PROFESIONAL Y TÉCNICO EN SALUD, PARA SER APLICADA A MADRES, PADRES Y ENCARGADOS DE PERSONAS ADOLESCENTES

*Kenia Quesada Mena*<sup>1</sup>

## Resumen:

Una propuesta comunicacional de orientación aplicable a madres, padres o personas encargadas de adolescentes, es lo que contiene el fundamento de este artículo.

Asimismo, considerando el interés de los y las profesionales, técnicos y técnicas en salud de contar con herramientas teórico metodológicas que les permita formar a las familias a nivel intergeneracional, es que, se presenta este documento dirigido u orientado a tal necesidad, como una forma de comunicación que podría aportar a modo de material de apoyo para ser trabajado con familiares, encargados o encargadas de personas que atraviesan el proceso adolescente, buscando una mayor comprensión de esta población y una adecuada calidad de vida para todos y todas.

## Abstract

This proposal wants to be a tool for health workers who wants to teach parents about communication with teenagers.

Considering the needs in this matter, we offer this article like a methodological and theoretical tool that can be used as a guide in order to improve communication between generations.

## Introducción

Formar en adolescencia desde una propuesta paradigmática positiva, que excluya visiones tendientes al encasillamiento de visiones dicotómicas (salud-enfermedad), representa un importante avance en la posibilidad de comprensión, promoción, prevención, atención y rehabilitación, de la salud integral del y la adolescente, su familia y la sociedad en general. Resulta apremiante como medida de salud pública una visión integradora de la



concepción de las adolescencias, en donde, se parta de que las personas adolescentes, son sujetos de derechos y responsabilidades, seres humanos integrales que atraviesan un momento vital de desarrollo más, dentro del proceso incesante de crecimiento humano, en donde, la constante del cambio se inscribe. Como tal, las adolescencias poseen sus particularidades o tareas específicas del desarrollo, que se interrelacionan con lo genético, lo histórico, lo sociocultural, lo individual, y lo económico político. Elementos estos últimos, que permiten un carácter integrador de concepción de el y la adolescente desde los diversos componentes bio-psico-socio-culturales.

A continuación, con el fin entonces, de contribuir a la formación y desmitificación de la adolescencia, por una parte, y por otra, partiendo del compromiso profesional, y del supuesto de la determinación que poseen las interrelaciones asertivas entre las personas, es que se invita a cumplir el

<sup>1</sup>Psicóloga del Programa de Atención Integral a la Adolescencia. Línea Telefónica: "Cuenta Conmigo". C.C.S.S. [kenyqm@costarricense.cr](mailto:kenyqm@costarricense.cr)

derecho a la calidad de vida y a la información en beneficio de las personas adolescentes, al apoyar a sus madres, padres, encargados, y encargadas.

### Presentación de la propuesta:

#### ***MADRES, PADRES Y ENCARGADOS HABLEMOS DE NUESTROS Y NUESTRAS ADOLESCENTES :***

---

Conociéndose desde lo cotidiano de los servicios de atención en salud integral a las personas, la necesidad de los padres, madres, encargados o encargadas, de aprender y quizá comprender a los y las adolescentes, es que, se presenta un recorrido con relación a este momento de desarrollo, desde las conductas esperables.

Es común escuchar a la gente decir que los padres y madres tienen la responsabilidad de educar a sus hijos e hijas de una manera eficaz, sin embargo, se parte de que el padre y la madre “nace aprendido”, y eso, NO es cierto. Los padres y madres, de acuerdo al momento de desarrollo en el que se encuentre su hijo o hija necesitan informarse de aquellas posibles conductas que puede presentar el o la menor; y darse la oportunidad de pensar en las reacciones que esas conductas le pueden provocar, lo cual, le permitiría prepararse para afrontar esa importante responsabilidad y hacer de la labor una tarea placentera.

Como un breve repaso, a continuación se ofrece lo siguiente:

#### **¿QUÉ ES LA ADOLESCENCIA?**

Si a usted como madre, padre, encargado o encargada de adolescentes, se le pidiera dar una definición de lo que piensa que es, sin duda que ofrecería una muy válida, porque la estaría construyendo a partir de

la vivencia propia y de la experiencia con sus hijos e hijas adolescentes.

Ante esto, se le desea proponer que ...  
Unamos saberes.

El Programa de Atención Integral a la Adolescencia, habla de ésta, como un momento de vida específico en las



personas, que posee importantes cambios a nivel físico, psicológico y social. Señala, que es *parte de un proceso contínuo, dinámico y permanente de crecimiento y desarrollo.*

Se considera adolescente, a la persona que se encuentra entre los **10 y los 19 años y once meses** de edad. Estudiosos y estudiosas del tema, hablan de que para entender mejor al adolescente resulta provechoso considerar algunas características que se presentan por edades.

Por ejemplo, a pesar de que cada persona cambia a su propio ritmo y posibilidades, se habla de las siguiente etapas:

#### **Adolescencia temprana**



✓ De 10 a 13 años.

✓ Presenta cambios en su comportamiento, *cambios que se empiezan a notar en su forma de actuar, pensar y sentir.*

✓ *El aislamiento es esperable*, es la forma en que el o la adolescente puede



empezar a definir su intimidad, su necesidad de autonomía, y ante los cambios

hormonales dados, surge una “energía sexual” que empieza a conocer, sentir y experimentar; la masturbación o autoerotización, es el acto que le permite liberar dichas tensiones.

✓ La conducta masturbatoria, se ha recomendado, no clasificarla como buena o mala, por medio de ésta, se brinda afecto y placer a sí mismo o misma. Es la primera expresión de placer sexual y curiosidad, que le permite prepararse para la intimidad. *¿Cuándo se podría tomar en una actividad no sana?* Cuando usted empieza a notar que de manera frecuente el o la menor dejan de hacer otras actividades de su vida diaria (estudiar, salir o conversar con amigos o amigas, por ejemplo), prefiriendo pasar largos ratos encerrado en el cuarto, en el baño de la casa, cuando, usted empieza a percibir que la energía de el o la joven es baja y usted ha notado algunas conductas sexualizadas en esos espacios.

Antes, se ha descartado cualquier otra posibilidad de que el o la menor presenten una depresión, tristeza u algún otro trastorno. De lo contrario, si se trata de una actividad que realiza, sin tan siquiera usted enterarse (aunque en alguna oportunidad por accidente sucediera), querrá decir, que el o la adolescente están respondiendo al propio desarrollo psicosexual que atraviesa.

Valga decir que, existen otros factores sociales que podrían provocar que el o la adolescente no presente la respuesta masturbatoria; por ejemplo, concepciones religiosas (las cuales, son respetables, y se consideran como una posición más de libre elección, partiendo de que bajo ninguna circunstancia el ser humano debe someterse a daño físico o emocional ante actos que no realice bajo su propia decisión).

Lo cierto es, que para este período, su hijo o hija necesita que usted le diga lo mucho que le ama y que usted está ahí, para cuando necesite hablar o tenga inquietudes.

En la medida de que usted comprenda y acepte que su hijo o hija está creciendo, será más sencillo poderle ayudar y entender en su desarrollo.

Recuerde cuando usted era adolescente:  
¿Qué inquietudes tenía? ¿Cómo las resolvió?,  
¿Qué apoyos recibió?  
No se preocupe, tómese su tiempo, que le esperamos para que usted pueda recordar tranquilamente....

Continuando, se a de indicar, que ante los diferentes cambios, para el y la adolescente, sus pares (amigos) resultan personas de gran apoyo, confianza e identificación; percibe que ellos y ellas “¡Lo ó la entienden mejor!” que, “Están pasando situaciones parecidas!”. En este sentido, los espacios para compartir con sus semejantes les resultan muy atractivos y necesarios.

✓ Por otra parte, la autoestima (autoconcepto, autoimagen) en esta etapa, se dice que es FRÁGIL, lo cual hace que el o la adolescente presente diversidad de sentimientos, inseguridades y comportamientos, que van desde la expresión del enojo, hasta la expresión de la alegría de un momento a otro. Lo cual podría provocar que usted como padre o madre en algunas oportunidades no logre explicarse el comportamiento de su hijo o hija.

A veces, incluso usted podría pensar que su hijo o hija se piensa OMNIPOTENTE (con posibilidades y capacidad de hacer, pensar y sentir todo sin riesgo alguno)...

que, por lo que dice y hace, usted se cuestiona: ¿Qué es lo que está pensando?

Ante esto, sería importante contarle que ese sentimiento de omnipotencia que usted ha visto quizá en su hijo o hija, es esperable para este momento. Se trata de un sentimiento que viene a compensar su sentir...

Como padres y madres de familia comprender este aspecto es importante... Su hijo o hija necesita comprensión, apoyo para que pueda HACER... y SER ...

Deténgase nuevamente...

Recuerde su época adolescente aún más, recuerde cuales eran sus anhelos, expectativas, pensamientos, sentimientos. ¿Qué hubiera querido usted de sus padres?

En definitiva, no siempre se cumplen todos los deseos y expectativas, ¿Cierto? Con esto, se quisiera “hombro a hombro” alertarle de la posibilidad de querer que sus hijos o hijas vivan lo que usted hubiera querido ver cumplido. Recuerde que, no necesariamente sus expectativas son las mismas que las de sus hijos e hijas. ¿Qué complejo, cierto? Sin embargo, el comprender y aceptar este hecho, ya es un gran paso... Desde ya, felicidades por considerarlo.

Quizá su misión como padre y madre es ESTAR, mantener algunos límites establecidos en su hogar y NEGOCIAR otros. Y por supuesto estar atento o atenta a que su hijo o hija no caiga en conductas de riesgo (uso de drogas; prácticas inadecuadas de deportes que requieren precauciones; relaciones sexuales genitales tempranas; etc.) ya que el o la adolescente ante la sensación de confusión

no le resulta sencillo hablar de lo que le sucede, por lo cual, recurre frecuentemente más bien, a actuarlo.

Para su hija o hijo, USTED ES NECESARIO Y NECESARIA... USTED SIGUE SIENDO SU PROTECTOR O PROTECTORA, SU MODELO Y SU REFERENTE MAS INMEDIATO O CERCANO.

Para esta etapa la sexualidad cobra un sentido primordial. Se sabe que socialmente la sexualidad es un TABÚ<sup>2</sup>, por ello, es importante que usted tenga la apertura para poder hablar con su hijo o hija al respecto. Háblele de las inquietudes que el o ella presente. De esta forma, usted se asegura de no estar señalándole cómo debe concebir su sexualidad desde lo que usted considera que es o debe ser. Si fuese necesario, infórmese y busque asesoría en el tema.

#### **Adolescencia media :**

- ✓ De los 13 a los 16 años.
- ✓ La sexualidad ocupa un lugar importante, surge lo que algunas personas estudiosas del tema llaman: *la orientación incierta a la sexualidad*, en la que, se pueden mantener las actividades masturbatorias, la atención hacia sus amigos y amigas continúa; por lo general, de acuerdo al sexo, se da una identificación significativa con un o una amiga, con la que se comparten largos espacios, llenados con chistes, conversaciones, cuentos, quizá de única importancia para ellos o ellas.

---

<sup>2</sup> Tema del que no se puede hablar, y si se toca es desde la visión permitida.

- ✓ Surgen en el o la adolescente muchas preguntas, por ejemplo: “¿Quién me gusta?”, “¿Con quién me quiero relacionar?”, “¿Cómo me quiero comportar?”.

La familia empieza a notar cómo el o la adolescente empieza a vestirse diferente, a comportarse diferente, a querer estar más tiempo con sus amigos y amigas y a estar a solas escuchando música, por ejemplo.

- ✓ En algunos momentos podría presentar mal humor o gran emocionalidad, en otros momentos podría disfrutar muchísimo de las conversaciones con “doble sentido”, ya que, su pensamiento ha desarrollado áreas de abstracción, ya no se queda en lo concreto sino que puede inferir y deducir. O sea, cuando piensa en una situación tiene la posibilidad al igual que lo hace usted de analizar varias alternativas. Claro está, que su hijo o hija “se está entrenando” y trabajando en “hacerse más grande”, por ello, es que no se podría exigir que a pesar de su mayor capacidad recién adquirida, sus pensamientos sean acertados y muy atinados.

Recuerde que su hijo o hija está en proceso de crecimiento...



- ✓ Otro aspecto importante, es el interés por una pareja, los enamoramientos suelen ser intensos, poco duraderos, y aunque, para ellos y ellas muy reales, no son necesariamente ciertos y perdurables en el tiempo. En una semana o dos pueden sentirse profundamente enamorados o enamoradas, y es común escuchar: “nunca había sido tan feliz”, “sin él o ella, la vida no tiene sentido”, “él o ella

lo es todo para mí”, “quiero que sea lunes para verlo o verla en el “Cole nuevamente”...

- ✓ Algunos y algunas adolescentes se ven confrontados con mayor fuerza a significativos cambios hormonales que provocan trastornos somáticos, emocionales y de conducta, por ejemplo, la aparición de acné, los trastornos menstruales. Estas situaciones hacen de este período algo más complicado por lo que el apoyo de los padres y madres es fundamental y en algunos casos, la intervención de profesionales de la salud.

- ✓ Además de la apertura hacia la pareja, en la mayoría de los casos heterosexual, pueden suceder dos situaciones a considerar: la primera de ellas que en la exploración que el o la adolescente realiza de sus necesidades, deseos y gustos, tenga conductas homosexuales pasajeras que le permiten contribuir a la definición de su identidad sexual y orientación sexual. En otros casos, dichas conductas pueden ser el resultado de la libre, propia elección y preferencia de su hijo o hija. La diversidad sexual, aunque resulta un tema socialmente evadido, existe, por lo que, para su hijo o hija el apoyo, el respeto a sus derechos de libre determinación y no discriminación, le resultará fundamentales en su desarrollo como ser humano. Actualmente existen organizaciones que le pueden ayudar a usted como padre o madre a comprender y manejar de una manera acertada dicha situación<sup>3</sup> (si fuera necesario).

## Adolescencia tardía

<sup>3</sup> El CIPACDH, es un organismo no gubernamental, que cuenta con una línea telefónica de apoyo con el siguiente número telefónico: 800- 227- 22- 27. Además de ofrecer talleres y actividades para toda la familia.

- ✓ De los 16 a 20 años.
- ✓ Se espera para este momento (sin que deba ser determinante) que el y la adolescente haya aclarado algunas de sus confusiones e inseguridades, se esperaría que la identidad sexual está más consolidada, por tanto, los noviazgos son más duraderos, sus amigos y amigas resultan importantes pero no son los únicos importantes, continúa “explorando el mundo que está afuera de la puerta de la casa” y definiendo ¿Quién y qué quiere ser?...
- ✓ El proyecto de vida cobra un papel relevante. El y la adolescente se concentra en hacer aquello que lo o la conduzca a lo que está proyectando para su vida. Piensa en una carrera profesional, en un trabajo, o en algún tipo de preparación que le permita pronto ser autosuficiente.
- ✓ Para la o el adolescente, los padres ESTAN, SON IMPORTANTES, sin embargo, él o ella se encuentra muy ocupado o ocupada definiendo y haciendo, por lo que la misión de los padres es la de continuar ACOMPAÑANDO, definiendo, sosteniendo, razonando y negociando límites. Se trata de un acompañamiento tal y como lo hicieron cuando su hijo o hija empezó a dar sus primeros pasos.
- ✓ Esto no significa que el o la adolescente tiene sólo derechos; ¡No!... también tiene obligaciones.
- ✓ Es importante entender que esta realidad adolescente que estamos señalando NO es la única, si bien es cierto, que se esperaría que muchas de estas características, estén presentes en esta etapa de vida adolescente, es necesario saber que no es igual la adolescencia de un o una joven de un estrato económico bajo, que uno medio

o alto. No es la misma adolescencia para una o un joven de área rural que una o un joven del área urbana. Por eso es que, se habla de “las adolescencias”.

- ✓ En el caso de las y los adolescentes que por diversas razones han tenido la posibilidad de estudiar, existen posiciones de investigadores e investigadoras que señalan que es posible la *moratoria*, o sea, la existencia social de “un permiso” en el o la adolescente, que prolonga el no asumir algunas responsabilidades adultas a nivel económico y social esperables, para poder terminar su período de preparación académica (caso específico de quienes han contado afectiva y/o económicamente con familiares o encargados que le apoyan en esta labor).

- ✓ Pero, es importante, no se ha de confundir la postergación de acciones debido al alcance de un proyecto beneficioso, como en este caso de preparación académica para la vida, con el no querer asumir responsabilidades y obligaciones.

- ✓ Este último punto, obedecería al cumplimiento de un mito o falsa creencia de la adolescencia, en el que se le dan y apoyan únicamente los “derechos” o permisos desde una posición equivocada de “dejar hacer” porque “es adolescente” o bien, por ideas paternas de “querer que su niño o niña no crezca”. O bien, desde las mismas exigencias de nuestro actual medio social.

- ✓ En este momento, en nuestro país, se considera que incluyendo los 34 años de edad, el y la adolescente, el y la adulta joven, está amparada por la ley de la persona joven, teniendo esto, importantes beneficios. Sin embargo, como padres, madres y encargados, han

de tener claro hasta donde se hace un beneficio o se colabora con una oportunidad de crecimiento y hasta donde, se hace un daño irreparable a la persona al no enseñarle a asumir responsabilidades, a acatar límites que le permitan un mayor autocontrol, y como tal, a no traspasar la tenue línea que divide la adolescencia de la adultez, o mejor aún, de la vida asumida con responsabilidades y derechos.

✓ Por otro lado, cuando se habla de conductas esperables en el o la adolescente, es necesario considerar que existen comportamientos no esperables, y esto, obedece naturalmente a la condición humana, a la diversidad existente y a las diferentes situaciones de vida. Es así, que puede darse el caso de que algunas personas adolescentes presenten dificultades biológicas, psicológicas o sociales que provoque algún tipo de conducta no esperable, tal como, desordenes o trastornos psicológicos: depresión, trastorno bipolar, desorden obsesivo-compulsivo, psicosis, para mencionar algunos. Ante esto, se necesitaría hablar más en específico de lo que acá se ha señalado.

✓ Entendido lo anterior, y hablando acá de adolescencia esperable, ya hasta este momento usted como padre, madre o persona encargada ha de comprender que: el adolescente es un ser humano que se encuentra en un momento de desarrollo de vida, al igual que usted, únicamente que con características y particularidades diferentes.

Ante esto, se le propone a usted, que conversemos acerca de algunas falsas creencias del momento adolescente, que como tales únicamente provocan confusiones, ideas equivocadas y por tanto, acciones equivocadas, afectando la calidad de vida de estas personas a nivel de respeto, dignidad, salud, por ejemplo.

Veamos algunos de estos mitos o falsas creencias:

Algunas personas hablan de el o la adolescente como aquella persona que es rebelde, inadaptable, mal humorado, malhumorada, o vagabundo, vagabunda y antisocial; como usted habrá visto, muchas veces aunque es una posición de pensamiento que existe es injusta para la persona adolescente, ya que le etiqueta y discrimina, eliminando derechos, deberes y potencialidades. ¿Le parece justo? ¿Cómo cree usted que se comportaría y se sentiría si se le dijera que usted es una persona rebelde y problemática? ¿Quizá terminaría haciéndolo de verdad, para que al menos, se le reconozca desde ahí...? ¿Qué opina? Deténgase y piénselo ...

Por otra parte, a quienes dicen que los y las adolescentes son jóvenes que están en una etapa de cambio y por eso son diferentes y entonces los terminan justificando en todas aquellas conductas que presentan y que no necesariamente tendrían porqué darse, por ejemplo, el desgane hacia el estudio, el no aseo personal, tratos agresivos. Usted sabe que: “lo mucho satura”, por ello, es que le recordamos que la balanza entre los derechos, reconocimientos y obligaciones han de ser justos y equilibrados.



La adolescencia se ha dicho, es un momento vital, que como tal tiene cambios. Todo cambio provoca incertidumbre, precisamente porque es: ¡Enfrentarse a “algo nuevo”! . Pero lejos de hacer daño, es una oportunidad de crecimiento de vida, de desarrollo humano, tan válido como el que usted desea constantemente para sí mismo o misma.

**¿ Cuáles son estos cambios?**

Para mencionar algunos cambios físicos, psicológicos y emocionales, se ha de señalar, que la adolescencia está definida por las tareas a realizar en este período (de las que hablaremos posterior a esto) y el resto de aspectos obedecen al período de la pubertad. ¿Qué es la pubertad? Es la transformación marcada por los cambios físicos que presenta la persona adolescente.

A continuación, revisemos en concreto algunos de los cambios:

- ❖ *Rápidas transformaciones corporales* que son asimilados por el o la adolescente y su familia de forma progresiva (las extremidades crecen primero y con estos cambios el o la adolescente debe acostumbrarse al manejo de las nuevas dimensiones de espacio. No se extraña si ve a su hijo o hija tropezar o quebrar algo, recuerde que está acostumbrándose a su “nuevo cuerpo”)
- ❖ *En el caso de la mujer*, la pubertad aparece con la menarquia o primera menstruación, hay una diferenciación cada vez más marcada de los caracteres sexuales primarios (vello púbico, vello en las axilas, distribución de las grasas. *En el hombre*, igualmente se dan cambios a nivel de crecimiento del pene, aparición de vello púbico así como en otras áreas del cuerpo hay aparición de vello, hay crecimiento testicular y de escroto.
- ❖ Lo anterior, conlleva a que paso a paso se de un *aumento de los impulsos genitales*, y es entonces, cuando en la mayoría de los casos se da la *actividad masturbatoria*, que desde la posición de algunas ciencias, permite que el o la adolescente exploren su propio

cuerpo (como ya se trató de explicar).

- ❖ También, se da una forma de *“duelo” por las pérdidas de su (hace poco tiempo) cuerpo infantil, de la imagen de padres* (ahora se pregunta: ¿hasta donde tienen la razón?, ¿cuál es mi función en la familia? ¿Qué me parece razonable?)
- ❖ *Desarrollo de un pensamiento abstracto*. El o la adolescente se cuestiona sus comportamientos dentro de la familia, con sus amigos y amigas, y con la gente en general. Se cuestiona las situaciones que se presentan, y en general, se pregunta por el ¿por qué? de las cosas y de manera errada o asertiva empieza a definir una posición propia y no se queda únicamente con la opinión de sus padres o familia.
- ❖ *Redefinición de la relación con los padres y con otras figuras de autoridad*; precisamente, porque siente y cree en la posibilidad de su propia toma de decisiones, además, de su necesidad de autonomía.
- ❖ Ampliación de su visión de mundo. Además de la familia el o la adolescente se interesa por “ver y vivir lo que está más allá de la puerta de su casa”, o sea, el mundo externo a su hogar.
- ❖ Importancia al grupo de pares (amigos o amigas). En su cuestionamiento de “las cosas” empieza a presentar oposiciones de comportamiento con relación a su familia, busca la identificación con sus amigos y amigas y construir con ellos y ellas conocimiento.



❖ Elaboración de la identidad: ¿quién soy, qué voy a ser con respecto a los demás y a mí mismo o misma?

❖ *Revisión de la identidad sexual y orientación sexual.* En su “despertar” a la sexualidad, se cuestiona lo que le gusta y quién le gusta.

❖ *Búsqueda de autonomía e independencia.* Empieza a crear cosas para sí y desde sí mismo o misma. Necesita tener espacios propios en los que pueda encontrar privacidad.

❖ *Planteamiento de expectativas y proyectos futuros.* “Quiero ser...” “Voy a estudiar...” “Voy a trabajar en...”

Estas son las características más importantes del momento de vida adolescente. El cual, implica comportamientos diferentes en el o la adolescente, en su familia y en su entorno.

Pensando en ustedes como madres, padres, encargados o encargadas, es comprensible que señalen lo complejo de poder actuar de manera adecuada con sus hijos e hijas. Realmente, no es sencillo, sin embargo, la posibilidad de poder informarse, conocer o bien, modificar algunos saberes, se considera que le puede contribuir.

Por lo general, surge preocupación en la familia de el y la adolescente, cuando empieza a notar aislamiento, o acercamientos e identificaciones extremas con personas de su edad o con ídolos, comportamientos sexuales inclinados a atraer, establecimiento de parejas, en fin, comportamientos que se comprenden, no dejan de sorprender a la familia de aquel o

aquella niña o niño hace apenas un año atrás...<sup>4</sup>

Como pueden notar, si bien es cierto que el y la adolescente deja poco a poco de tener comportamientos infantiles, los nuevos comportamientos buscan una respuesta a la pregunta:

**¿Quién soy? ¿Qué o quién me gusta? ¿Cómo quiero ser?**

Y... junto a estas preguntas el desarrollo continúa, su labor de acompañar y apoyar como padre o madre sigue siendo primordial... mientras tanto, el o la menor tratan de ir resolviendo las tareas que surgen necesarias por cumplir ...

La comprensión, la paciencia, el discernimiento, la búsqueda de ayuda (si es necesario), la información, son algunos aspectos que le pueden colaborar, para que su ejercicio materno o paterno en este momento de vida de su hijo o hija sean de crecimiento y calidad de vida para ambas partes.

Estimados y estimadas madres y personas encargadas de adolescentes, ha sido un gusto poderle acompañar en este recorrido...

Se le desea lo mejor, para usted, las y los suyos ...

*HASTA PRONTO ...*

---

<sup>4</sup> El Programa de Atención Integral a la Adolescencia, de la C.C.S.S. cuenta con un servicio telefónico de orientación, consejería, apoyo e intervención en crisis para adolescentes, madres, padres y personas encargadas de adolescentes. El número telefónico gratuito es: **800-22-44-911.**

Ojala, que el tema le permita :

Reflexionar y construir juntos y juntas y mejor bienestar individual, familiar y social para todas y todos, en donde la incomprensión deje de ser parte de lo cotidiano y por el contrario se de paso a la sabiduría fundamentada en la paciencia, conocimiento, respeto, la no discriminación, revisión y cumplimiento de los derechos

***Recuerde:***

---

NINGÚN ADOLESCENTE ES IGUAL  
A OTRO. PUEDEN TENER  
COMPORTAMIENTOS SIMILARES,  
SIN EMBARGO, CADA SER  
HUMANO TIENE SU PROPIO  
TIEMPO Y ESPACIO PARA  
CRECER...

**Reflexiones finales con respecto a la propuesta planteada:**

- ✓ En nuestro trabajo como formadores familiares desde el sector salud, representa un compromiso profesional, ético y humano, el ingeniar metodologías que permitan aproximaciones a las realidades de las personas, las cuales, puedan contribuir a una mayor calidad de vida.
- ✓ Existen diversidad de metodologías y teorías bajo las cuales, se podría sustentar el conocimiento de manera empírica (comprobable y verificable). Indistintamente, del enfoque utilizado, en tanto, inscrito en lo científico, el abanico de posibilidades para contribuir al cambio es amplia; lo importante, es poder acceder y apoyar desde nuestra tarea como promotores en salud a las diversas realidades de nuestras familias costarricenses.
- ✓ Como agentes formadores es necesario considerar para la transmisión de la información, las diferencias humanas, o sea, en este caso particular, la comunicación con los padres, madres o encargados ha de ser afín, al nivel de escolaridad de la población meta, a la condición socioeconómica, al área geográfica a la que pertenezcan. Señalando únicamente algunos elementos a considerar..
- ✓ Esta presentación está adecuada a profesionales y personas técnicas en salud, la cual, pretende únicamente ejemplificar. Se requiere para trabajar con la población meta de manera directa, la adecuación necesaria; de tal modo que, se trate de una propuesta comprensible, clara y capaz de transmitir conocimiento y apoyo.
- ✓ Tomados en cuenta los aspectos anteriores, es fundamental, no menospreciar la capacidad de comprensión de las personas. La operacionalización de lo que se expresa permite adecuar las ideas de forma comprensible; que con su adecuada explicación pueden ser utilizadas. Es responsabilidad del profesional, técnica o técnico, realizar esta labor.
- ✓ Las adolescencias, representan un momento de vida cargado de grandes tareas, contribuir a confrontar la realidad y a desmitificar las creencias irracionales al respecto, es apoyar a fomentar quizá, una aproximación al cambio y un acercamiento estilos de vida saludables, fundamentados en el respeto y la dignidad, independientemente del grupo

etéreo al que pertenezca un ser humano.

- ✓ En aras de lo anterior, el desarrollo de metodologías comunicacionales que cumplan con dicho objetivo, han de fundamentarse en la paciencia, el respeto a las diferencias ideológicas, en la promoción y ejemplo de respeto hacia las diversidades de género, intergeneracionales, de derechos y obligaciones, por ejemplo. En la presentación de alternativas para que las personas escojan, ofreciendo apertura, precisamente a las diferencias idiosincrásicas.
- ✓ Se espera que esta presentación represente una herramienta propositiva que contribuya en su valiosa labor formadora.

### **Bibliografía**

Craig, Grace (1992). Desarrollo Psicológico. Tercera Edición. México, D.F.: Prentice-Hall Hispanoamericana.

Cubero, C. (1991). Desarrollo psicológico normal del adolescente. En: Adolescencia y Salud. San José, Costa Rica: PAIA- C.C.S.S.

Chávez, M; Chichilla, I; Mata, A.; Picado, M. (2005). Formación Familiar Contexto, Autonomía y Conocimientos. Programa de la Mano. Sección Salud del Niño y la Niña. C.C.S.S. Manuscrito no publicado.

Doub, G. y Morgan, V. (1990). Técnicas Prácticas para la sobrevivencia de las Familias Saludables: Libro de Trabajo del Bienestar de la Familia. . Editorial Bienestar de la Familia. San José, California.

Fallas, H; y Valverde, O. (2000). Sexualidad y Salud Sexual y Reproductiva en la Adolescencia. Módulo de Capacitación para personal en salud. Programa de Atención Integral a la adolescencia. Departamento de Medicina Preventiva de la Caja Costarricense del Seguro Social. Editado por: Fondo de Población de las Naciones Unidas

Family Care Internacional. ( 2000). “El Enfoque de la Salud Sexual y reproductiva basado en los derechos”. En: Fichas informativas sobre salud sexual y reproductiva. (s.e.)

Krauskopf, D. ; Calvo, J.; Gutiérrez, A. y Miranda, D. (1991) “Adolescencia en Costa Rica: Necesidades de Atención de su Salud y Sexualidad”. En: Adolescencia y Salud. Tercera Antología. San José. PAIA - C.C.S.S.

Rodríguez, J; Garita, C; Díaz, M; Sequeira, M; Valverde, O. (2002). Bases Programáticas. Programa de Atención Integral a la Adolescencia. C.C.S.S.

### **Referencia de recomendación para consulta:**

<http://www.ed.gov/espanol/parents/academic/adolescencia/partx8.htm>

Recursos -- Cómo ayudar a su hijo con la temprana adolescencia. Instituciones que sirven a hispanos Iniciativa para la Excelencia en la Educación de los ... a su hijo durante los primeros años de la adolescencia Publicaciones de interés para los padres.