

# UN ADOLESCENTE EN LA CONSULTA

An aerial photograph of Havana, Cuba, showing a dense urban landscape with numerous multi-story buildings. The city is situated along the coast, with the blue ocean visible in the background. The sky is clear with some light clouds. The text 'UN ADOLESCENTE EN LA CONSULTA' is overlaid in large yellow letters at the top of the image.

DR. MARIO J. CASAS LÓPEZ  
HOSPITAL "WILLIAM SOLER" LA HABANA, CUBA

# Adolescencia:

Etapa de cambios, donde sufren rápidas variaciones del tamaño, la forma, fisiología corporal y social. Son las hormonas las responsables conjuntamente con las estructuras sociales, de la transición a la edad adulta. Es una etapa en que los requerimientos nutricionales como psicoafectivos son mayores, para una inserción social normal.

El desarrollo físico y cognoscitivo ocurren ya sea que el adolescente lo desee o no.

# Adolescencia, otro concepto



La adolescencia es un lapso de edad que va desde los 10 a los 20 años, con variaciones culturales e individuales. Desde el punto de vista biológico se inicia cuando aparecen los caracteres sexuales secundarios y la capacidad de reproducción, y termina con el cierre de los cartílagos epifisarios y del crecimiento. (OMS 2001)



# **ESTADISTICAS DE PACIENTES ADOLESCENTES ATENDIDOS EN EL HOSPITAL W.S AÑO 2016**

- ▶ **Consultas 37652**
- ▶ **Urgencias 11888**



# La población de Adolescentes en el país es del 49 %

MASCULINOS 25%

FEMENINOS 24%

# Algunos municipios y su población de adolescentes

- ▶ 10 de octubre.....10,3%
- ▶ Arroyo Naranjo.....9,4%
- ▶ Boyeros.....8,4%

# MORBILIDAD

- ▶ Consultas mas asistidas por adolescentes:  
*Dermatologia*  
*Endocrinologia*
- ▶ Urgencias: Infecciones Respiratorias  
Accidentes: Quemaduras,  
transito, caidas de alturas, ahogamientos.

# TIPOS DE ENTREVISTAS (CONFLICTIVAS)

- Paciente hablador
- Paciente enojado o agresivo
- Paciente silencioso
- Paciente Lloroso



# Conocimientos necesarios para la atención del adolescente

Crecimiento y desarrollo

Desarrollo Psicosocial

Estadios de Tanner

Sexualidad

Nutrición

# Exàmen Físico

- Explicar.
- Cuidar del pudor.
- Evitar comentarios al respecto de su intimidad.
- Verbalizar durante el exàmen físico.
- Contestar las preguntas de forma sencilla y directa.
- Se recomienda una tercera persona durante el exàmen físico.





Las Percepciones de la infancia y la adolescencia, así como la manera en que sus derechos son protegidos, tienen sus raíces en realidades culturales y políticas que varían de un país a otro.

Los adolescentes no conforman un grupo homogéneo: lo que tienen en común es la edad. Viven en circunstancias diferentes y tienen necesidades diversas (Einstein 1995, Branculli 1998)

# El Desarrollo psicológico consta de:

La maduración física , el crecimiento corporal general que incluye la capacidad de reproducción .

*La maduración cognoscitiva* : una nueva capacidad para pensar de manera lógica conceptual y futurista.

*El desarrollo psicosocial*: una comprensión mayor de uno mismo en relación a otros.

# Proceso de aprendizaje

La identidad.

La intimidad.

La integridad.

La independencia psicològica.

La independencia fìsica.



# ETAPAS DEL CRECIMIENTO Y DESARROLLO PSICOLOGICO.

ADOLESCENCIA TEMPRANA

ADOLESCENCIA MEDIA

ADOLESCENCIA TARDÍA

# Adolescencia Temprana

(10 a 13 años)

## Independencia:

Menor interés en los padres. Intensa amistad con adolescentes del mismo sexo.

## Identidad:

Aumentan las habilidades cognitivas y fantasías, estado de turbulencia, falta de control de impulsos, metas vocacionales irreales.

## Imagen.

Preocupación por los cambios puberales. Incertidumbre por su apariencia.

# Adolescencia Media. (14 a 16 años)

## Independencia:

Maxima interrelación con los pares y conflictos con los padres.

Aumenta la experimentación.

## Identidad:

Conformidad con los valores de los pares.

Sentimiento de invulnerabilidad. Conductas omnipotentes generadoras de riesgos.

## Imagen:

Preocupación por la apariencia, deseo de poner el cuerpo más atractivo, fascinación por la moda

# Adolescencia Tardía (de 17 a 19 años)

## Independencia:

Emocionalmente próximo a los padres, a sus valores, las relaciones íntimas son prioritarias, el grupo de pares se vuelve menos importante.

## Identidad:

Desarrollo de un sistema de valores, metas vocacionales reales, identidad personal y social con capacidad de intimar.

## Imagen:

Aceptación de la imagen corporal.

# **CONDUCTA ALIMENTARIA DE LOS ADOLESCENTES**

**La nutrición adecuada en este período entraña también dificultades por ser independientes y también por seguir patrones de alimentación inadecuados; se generan: LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA**

# El crecimiento y el estilo de vida aumentan las demandas de energía:

- ▶ Saltan las comidas.
- ▶ Comen fuera de casa.
- ▶ Aumentan el comer entre las comidas.
- ▶ Comen o preparan comidas rápidas.

# Malos hábitos frecuentes

- ▶ El 30% de las calorías las derivan grasas.
- ▶ No desayunan (20%).
- ▶ No comen al mediodía (22%).
- ▶ Comen bocadillos abundantes desde las 3pm hasta que se acuesta (50%)



Los cambios relacionados con la sexualidad, generan aumento en las necesidades de nutrientes, como en el embarazo o en las menstruantes.

Los cambios en la composición corporal tienen un ritmo variable según el individuo, por ello el incremento de las necesidades nutricionales está más relacionado con la edad biológica que con la cronológica y en mayor grado en los varones (Matulena 1996, Dwyer 1994).

# Requerimientos nutricionales

Los requerimientos nutricionales están influenciados por:  
Aumento de los Estrógenos y Progesterona en las niñas, y Tetosterona en los niños.

Aumento de los andrógenos anabólicos adrenales, con el consecuente cambios en el crecimiento lineal, el peso y la composición corporal.

Aumento de las necesidades de energía , y su expresión genética reflejada en una maduración temprana media o tardía.

# Diferencias de crecimiento según sexo

Parámetros	Hembras	Varones
Talla	<p>Pico de crecimiento lineal hasta la menarquía.</p> <p>Crecimiento lento hasta 7 años después de la menarquía</p>	<p>Pico de crecimiento mayor hasta la adrenarquía</p>
Edad(pico-año)	11.5-13.5	13.5-15.4
Composición corporal	<p>Aumenta la proporción de tejido graso</p> <p>Incremento de la masa magra hasta un 28%</p>	<p>Disminuye el tejido adiposo</p> <p>Aumento de la masa magra hasta un 85%</p>
Masa eritrocitaria y volemia	menor	mayor

# Recomendaciones nutricionales.

Femeninas en la Menarquia

2550 Kcal.

Masculinos en el momento del estirón puberal

3400kcal.

Disminuir la cantidad de calorías, hasta 500kcal y hasta los 19 años.

# FACTORES QUE REGULAN EL CRECIMIENTO

Medio Ambiente  
Factores Nutricionales  
Elementos estructurales  
Metabolismo  
Potencial de crecimiento orgánico.  
CRECIMIENTO



**El aporte nutricional recomendado, a partir de los 10 años de edad, se diferencia según el sexo, dada la influencia que tiene este en los patrones de actividad física y composición corporal, y las funciones orgánicas**



**Las recomendaciones van a variar en condiciones de:**

**Ejercicios físicos.**

**Condiciones Climáticas.**

**Embarazo.**

**Uso y abuso de drogas.**

**Stress.**

# MACRO Y MICRONUTRIENTES INDISPENSABLES EN LA ADOLESCENCIA

## Proteínas:

Varones 1,3 a 2,3g/kg o 0,3g por talla en cm

Hembras 1,3 a 2,1g/kg o 0,28g por talla en cm

## Hierro

Calcio 1200mg/d a 1500mg/d

Zinc 15mg diarios

## Vitaminas:

A, C, Complejo B

# Enfermedades Asociadas a este periodo

- Anemias: Por déficit de hierro y agravamiento de las anemias crónicas diagnosticadas en la infancia.
- Caries dentales.
- Acné
- Enfermedades tumorales.
- Colagenosis.
- Enfermedades Metabólicas:
  - Diabetes, Hipo e Hipertiroidismo.
  - Enfermedades del Sistema digestivo Colitis Ulcerativa.
  - Úlcera, Enfermedad de Crohn, Enfermedades cardio- pulmonares:
  - Asma, Hipertensión, Carditis Reumática, Tuberculosis.
- Nefropatías Crónicas.
- Accidentes.
- Trastornos de la conducta alimentaria.
- Depresión y otros síntomas psiquiátricos.

# Test psicológicos recomendados.

Test Proyectivos:

Simon.

Rorschard.

Rotter

16pf

Inventario que tocan diferentes areas.

HTTP.

# Resultados encontrados en test psicológicos:

## Obesos:

- Ansiedad marcada
- No hay correspondencia en la imagen interna con la -externa.
- Baja autoestima.
- Baja tolerancia a la frustración.
- Disminución de la asimilación.
- Disminución de la concentración.

# Resultados de los tests psicològicos.

## Desnutridos y Delgados:

- Ansiedad
- Preocupaciòn por su imagen.
- Stress de la familia y social
- Baja tolerancia a la frustraciòn.
- Baja autoestima.

La malnutrición en las primeras etapas de la vida es conjuntamente con otros factores la causa de que el futuro adolescente no desarrolle todas sus potencialidades y/o de sus discapacidades.

Por ende:

*Es mucho mejor y mas barato prevenir, que rehabilitar, y mas aún que inhabilitar.*

A photograph of a sunset over a city silhouette. The sun is a bright yellow circle in the center of the frame, surrounded by a hazy, orange and yellow sky. The city below is in silhouette, with various buildings and structures visible against the dark background. A solid green rectangle is located in the top right corner of the image.

**Muchas Gracias**  
**[mcasasl@infomed.sld.cu](mailto:mcasasl@infomed.sld.cu)**  
**Dr Mario J. Casas Lòpez**