

Tabla 1: Hay adolescentes, no hay adolescencia

Los riesgos de la generalización de la condición de adolescente

Andrés, de 16 años, acude a la consulta del médico de familia acompañado por su madre por presentar una amigdalitis aguda. Después de realizada la exploración, el diagnóstico y explicado el tratamiento, la madre, de manera inesperada, comenta lo siguiente en la consulta: "Doctor, algo tenemos que hacer con este crío, porque está en casa que no hay quién lo aguante. Siempre se había portado muy bien, no daba problemas, pero llevamos una temporada que está imposible; se mete con su hermano, no me hace caso, cuando menos te lo esperas salta de mal humor, hasta le chilla a su abuela sin venir a cuento. No sé, algo le está pasando y nos va a volver locos a todos. Y el caso es que él sigue haciéndose responsable de sus cosas".

El médico hace una entrevista a Andrés, con la madre en la consulta, explorando si tiene que preocuparse por los síntomas que describe la madre, o bien se trata de una consecuencia de un periodo de adaptación sin más relevancia inicial. Pregunta acerca de los resultados escolares, el abandono de responsabilidades en casa y/o fuera de ellas, el estado de ánimo, si aparece una tendencia al aislamiento o la soledad, y la posible aparición de conductas violentas. También pregunta de manera superficial, con la madre presente, si tiene algún problema importante.

Al finalizar esta primera valoración, entre las respuestas recibidas por el joven, la impresión subjetiva que obtiene como resultado del lenguaje emocional y paraverbal de Andrés durante la entrevista y la participación de la madre que confirma la versión de su hijo, saca la impresión de que, en principio, no parece un proceso patológico y lo que sucede es un proceso de adaptación propio de la adolescencia.

El médico cierra la entrevista de la siguiente manera, mirando a la madre: "Mira, no te tienes que preocupar, esto que le pasa a Andrés es lo normal. Está en su edad difícil, está cambiando, y ya verás como se le pasa. Te acuerdas cuándo tu hijo mayor. Pues es lo mismo, las tonterías propias de la época. Además, esto es el pan nuestro de cada día, hoy en día los jóvenes son de otra manera y pasan estas cosas".

Y continúa con tono cordial el médico: "Y tú ya sabes Andrés, a seguir bien en casa y si ves que tienes algún problema vienes y me lo cuentas".

Como es fácil comprender, Andrés no sale motivado de la consulta para contarle nada a su médico de familia; diríamos que más bien al contrario. Aunque no entremos a considerar la pertinencia o no de haber mantenido toda la entrevista con la madre presente, pues en un primer momento nos puede servir para realizar una valoración inicial y para contrastar la coincidencia de las versiones, han sucedido algunos elementos que han roto la comunicación entre Andrés y su médico:

- El problema de Andrés es el de todos los chicos de su edad.
- La comparación con la vivencia de la madre con el hermano mayor.
- La minimización del problema como interpretación que hace el médico sin conocer la importancia que tiene para el joven.
- El médico cierra la entrevista dirigiéndose a la madre y dándole la interpretación a ella.
- Se produce la impresión de que el centro de la entrevista es resolver las contradicciones que tienen que soportar los adultos de la familia.

Por tanto, a pesar del ofrecimiento sincero que el médico realiza al joven para que vuelva a la consulta ante cualquier problema, el resultado más probable es que no se haya sentido acogido ni que perciba que se ha creado un clima de confianza para volver. El médico ha jugado el rol de los adultos, no de un agente de salud que se muestra cercano a las inquietudes de Andrés.

Tabla 2: Etapas de crecimiento y desarrollo psicológico

Etapas	Independencia	Identidad	Imagen
Adolescencia temprana (10-13 años)	Menos interés en los padres, intensa amistad con adolescentes del mismo sexo. Ponen a prueba la autoridad. Necesitan intimidad.	Aumentan las habilidades cognitivas y el mundo de la fantasía. Estado de turbulencia. Falta control de impulsos, metas vocacionales irreales.	Preocupación por los cambios puberales. Incertidumbre acerca de la apariencia.
Adolescencia media (14-17 años)	Periodo de máxima interrelación con los compañeros (pares) y de conflicto con los padres. Aumento de la experiencia sexual.	Conformidad con los valores de los compañeros. Sentimiento de invulnerabilidad. Conductas omnipotentes generadoras de riesgo.	Preocupación por la apariencia. Deseo de poseer un cuerpo más atractivo y fascinación por la moda.
Adolescencia tardía (18-21 años)	Emocionalmente próximo a los padres, a sus valores. Las relaciones íntimas son prioritarias. El grupo de compañeros es menos importante.	Desarrollo de un sistema de valores. Metas vocacionales reales. Identidad personal y social con capacidad de intimar.	Aceptación de la imagen corporal.

Tabla 3: Objetivos de las primeras entrevistas con el adolescente

Ejemplo de barreras que encuentran los jóvenes en las consultas

Ejemplo: María, 16 años. Acude al centro de Atención Primaria porque la noche anterior se le rompió el preservativo. En el mostrador le preguntan por qué viene de urgencias; en la sala de espera se encuentra a la vecina de su abuela; ha de esperar durante 45 minutos porque el médico lleva mucho retraso; el médico de cabecera es el mismo que visita a su abuela a domicilio porque tiene una demencia y su madre está muy contenta con él; al entrar en la consulta el médico le dice que prefiere que se coja cita y no que venga de urgencias porque tiene mucho trabajo...

Pregunta: ¿Llegará María a pedirle una post-coital a su médico de familia o acudirá de urgencias o ... se quedará embarazada?

Tabla 4: Objetivos de las primeras entrevistas con el adolescente

Tareas que han de incorporarse en los primeros encuentros

1. Orientar la entrevista para conseguir una relación de confianza con el adolescente para próximas visitas.
2. Aprovechar la consulta para explorar otras áreas de salud, sobre todo las relacionadas con las conductas de riesgo más frecuentes en los jóvenes: consumo de alcohol, conducción de motos y automóviles, consumo de tabaco, integración social, proyecto vital, etc.
3. Informar sobre la cartera de servicios de la que dispone en el centro de salud y cómo puede acceder a estos servicios de la manera más cómoda y en menos tiempo.
4. Utilizar todas la visitas para realizar actividades de educación para la salud, orientadas especialmente hacia las conductas de mayor riesgo que hayamos identificado.

Tabla 5: Cómo mejorar la confianza con el adolescente

Un ejemplo de entrevista

Eva, de 17 años, acude a nuestra consulta con síntomas de una sinusitis. Es la primera vez que viene sola, pues en las últimas ocasiones que lo hacía, por cierto no más de una vez al año, lo hacía acompañada por su madre.

Estas son algunas preguntas que, además de realizar una exploración, intentan transmitir confianza:

Mensaje de continuidad de cuidados:

- Puedo ver en tu historia que hace más de un año que no venías a la consulta, ¿has tenido algún problema de salud en este tiempo?
- Ya sabes que cuando tengas alguna cuestión de salud que te preocupe o cuando veas que no te encuentras bien, no lo dudes, te acercas por aquí.

Nos preocupamos por las consecuencias que le está produciendo la sinusitis:

- ¿Te está limitando tu actividad diaria las molestias de la sinusitis?
- Te tenían preocupada las molestias, o no le dabas demasiada importancia?
- Como sabes, el tratamiento lo tendrás para varios días, ¿crees que necesitarás algún día encontrarte mejor?, ¿necesitarás más dosis de calmantes?

Trabajamos la empatía:

- Llevas ya bastantes días con los mismos síntomas, habrás tenido algunos días difíciles, ¿no?
- No sé, con las clases, la gimnasia, exámenes, tengo la sensación de que has tenido momentos complicados.

Tabla 6: Modelo de las cinco áreas de Brown y Henderson

Cuestiones básicas a formular en cada una de las áreas

Salud física	Historia médica habitual.
Hogar/familia	¿Con qué personas vives?
Escuela/trabajo	Edad y grado de escolarización. ¿Cómo son tus notas de este año comparadas con las del año pasado?
Amigos	¿Quién es tu mejor amigo? ¿Alguno de tus amigos consume alcohol o drogas habitualmente?
Vida afectiva	¿Tienes novio/a? ¿Habéis tenido relaciones sexuales?

Tabla 7: Modelo de García Tornel

Exploración de los factores

Familia

- Relación con los padres.
- Relación con los hermanos.
- Grado de satisfacción.

Amistades

- Actividades.
- Deportes.
- Tipo de relaciones.

Colegio/trabajo

- Rendimiento.
- Grado de satisfacción.

Tóxicos

- Experimentación-abusos.
- Tabaco.
- Alcohol.
- Otras drogas.

Objetivos

- Estudio.
- Trabajo.
- Ideales.
- Ilusiones.

Riesgos

- Deportes.
- Moto, coche.
- Ambientes violentos.
- Medicaciones.
- Abuso sexual.
- Régimen dietético.

Estima

- Aceptación personal.
- Autoestima.
- Valoración de propia imagen.

Sexualidad

- Información.
- Identidad.
- Actividad.
- Preocupaciones.

Tabla 8: La propuesta de Cohen, *et al.*

Técnica de HEADSS

Hogar

- ¿Dónde vives?
- ¿Con quién vives? Háblame de ellos.
- ¿Te sientes seguro en casa?
- ¿Puedes hablar con confianza con las personas con las que convives?
- ¿Cuántas veces os habéis cambiado de casa?, ¿ha afectado esto a tus actividades escolares?
- ¿Cuántas veces comes a lo largo del día?, ¿con quién comes?
- ¿Tienes intimidad en casa?

Educación/empleo

- ¿Vas bien en el colegio?, ¿cuál es el último curso que has completado?
- ¿Qué notas sacas en la escuela?
- ¿Cuáles son tus asignaturas preferidas?
- ¿Te gusta el colegio?
- ¿Tienes amigos en clase?
- ¿Tienes algún problema en el colegio?, ¿de qué tipo y con quién?
- ¿Te han echado alguna vez del colegio?
- ¿Tienes trabajo?, ¿te gusta tu trabajo?
- ¿Ganas lo suficiente para cubrir tus necesidades?
- Si no trabaja ni está escolarizado: "¿Qué haces a lo largo del día?"

Actividades

- ¿Qué haces en tu tiempo libre?
- ¿Qué tipo de amigos tienes?
- ¿Sales con algún/a chico/a?

Drogas

- ¿Qué fuman tus compañeros?, ¿y tú?, ¿desde cuándo?
- ¿Soléis tomar cerveza cuando os juntáis?, ¿y vino?
- ¿Desde cuándo salís a tomar cañas?"

Sexualidad

- ¿Qué tal te van las cosas con tu novio/a?
- ¿Habéis tenido algún tipo de contacto sexual?
- ¿Qué habéis hecho para evitar el embarazo?
- ¿Hay alguna cuestión relacionada con el sexo que te preocupe?

Suicidio/depresión

- A veces la gente está tan desesperada que piensa que sería preferible estar muerto, ¿te ha sucedido esto a ti alguna vez?
- ¿Alguno de tus amigos ha intentado suicidarse alguna vez?
- ¿Has pensado tú en el suicidio?, ¿qué has pensado exactamente?
- ¿Has intentado suicidarte alguna vez?, ¿cómo?

Tabla 9: Cuestionario de la Sociedad Catalana de Medicina familiar y Comunitaria

Este cuestionario es administrado por un profesional sanitario, aprovechando una visita espontánea o programando una específica, después de resolver el motivo de consulta. En cualquier caso, sin la presencia de los padres y remarcando la confidencialidad. No podemos olvidar que se trata de mantener una conversación, no un interrogatorio.

Realización o revisión del genograma

- Recoger antecedentes familiares.
- Identificar convivientes y señalarlos.
- Explorar dinámicas familiares y posibles duelos.

Rendimiento escolar/laboral

- ¿Qué curso haces?, ¿has repetido?, ¿querrás seguir estudiando?
- ¿En qué trabajas? ¿te gusta tu trabajo?

Tabaco

- ¿Fumas diariamente?, ¿cuántos cigarrillos?
- ¿Has fumado en alguna ocasión?
- ¿Fuma alguien en tu casa?, ¿y en tu grupo de amigos?
- ¿Qué opinas del tabaco?

Alcohol

- ¿Tomas bebidas con alcohol?, ¿cuáles?
- ¿En casa?, ¿los fines de semana?
- ¿Qué piensas del alcohol?
- ¿Has ido en moto o en coche con alguien que haya bebido?

Otras drogas

- ¿Has tenido contacto con otras drogas?, ¿cuáles?
- ¿Conoces alguien que consuma?, ¿en tu grupo de amigos?
- ¿Quieres hacer alguna pregunta sobre estos temas?

Actividad física y tiempo libre

- ¿Practicas algún deporte?, ¿cuál?, ¿cuánto tiempo dedicas?
- ¿Qué haces los fines de semana?, ¿sales en grupo?
- ¿Tienes pareja?, ¿sales con alguien?

Actividad sexual

- ¿Has recibido información sobre anticonceptivos?, ¿en casa?, ¿en la escuela?
- ¿Cuáles conoces?
- ¿Y sobre enfermedades de transmisión sexual?, ¿cuáles te suenan?
- ¿Quieres hacer alguna pregunta sobre estos temas?

Alimentación

- ¿Haces o has hecho algún tipo de dieta?, ¿de qué tipo?
- ¿Conoces a alguien con problemas de anorexia o bulimia?, ¿qué opinas?

Salud mental

- ¿Cómo crees que va tu vida?
- ¿Con quién hablas cuando las cosas no van bien?
- ¿Te sientes muy deprimido con frecuencia?, ¿tanto como para haber pensado en suicidarte alguna vez?