

LA EDAD DE LA ADOLESCENCIA

Susan M Sawyer, Peter S Azzopardi, Dakshitha Wickremarathne, George C Patton

La adolescencia es la fase de la vida que se extiende entre la niñez y la adultez, y su definición ha planteado desde hace tiempo una interrogante. La adolescencia abarca elementos de crecimiento biológico y grandes transiciones de roles sociales, ambos de los cuales han cambiado en el siglo pasado. La pubertad temprana ha acelerado el inicio de la adolescencia en casi todas las poblaciones, mientras que la comprensión del crecimiento continuo ha elevado su edad del punto final hasta los 20 años. Paralelamente, el tiempo retrasado de las transiciones de roles, incluida la finalización de la educación, el matrimonio y la paternidad, continúa cambiando las percepciones populares de cuando comienza la edad adulta. Podría decirse que el período de transición de la infancia a la adultez ahora ocupa una mayor porción del curso de la vida que nunca antes en un momento en que las fuerzas sociales sin precedentes, incluyendo la comercialización y medios digitales, están afectando la salud y el bienestar en estos años. Una definición ampliada e inclusiva de la adolescencia es esencial para enmarcar las leyes, las políticas sociales y los sistemas de servicios de acuerdo con el desarrollo. Más bien de 10 a 19 años, una definición de 10-24 años corresponde más estrechamente al crecimiento adolescente y a los entendimientos popular de esta fase de la vida y facilitaría inversiones extendidas en una gama más amplia de configuraciones.

La palabra adolescencia deriva del latín *adolescere*-crecer. Sin embargo, definir la fase de la vida que se extiende entre la infancia y la edad adulta ha planteado hace mucho tiempo un interrogante. A comienzos del siglo XX, G Stanley Hall definió vagamente la adolescencia como el período de desarrollo que va desde los 14 a los 24 años en su tratado sobre la adolescencia.

Hace más de 50 años, la OMS propuso que la adolescencia abarcaba desde 10 a 20 años de edad, señalando que, aunque comenzando con la pubertad, el punto final estaba menos definido. La Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño define un niño como individuo de 0-18 años y, con el tiempo, la ONU ha llegado a definir formalmente la adolescencia como el período entre 10 y 19 años de edad.⁴ A través de diferentes países, culturas y contextos, esta definición continúa siendo recibida con sorpresa, tanto sobre cuando la adolescencia comienza (la noción de que una persona de 10 años es un niño, no un adolescente) y cuando termina (la creencia de que es un joven de 19 años la persona ya es un adulto).

Superpuesto con la adolescencia, el término juventud se volvió popular en el momento del Año Internacional de la Juventud de las NNUU, en 1985. Aunque la juventud es ahora típicamente definida como el período comprendido entre los 15 y los 24 años, la Declaración de Barcelona del congreso mundial asociado definió a los jóvenes como una categoría social, y los procedimientos del congreso fueron notables debido a la ausencia de definiciones de edad. La mayoría de las definiciones de los términos introducidos más recientemente como *adultez joven* y *adultez emergente* oscila entre los 18 y los 26 años de edad. Existiendo tal variación, no es de extrañar que el término más genérico de jóvenes se usa tan a menudo sin definición.

Otro desafío es planteado por las definiciones no mutuamente exclusivas para los años de desarrollo, particularmente la adolescencia, en la cual un individuo de 16 años es un niño, adolescente y joven al mismo tiempo (figura 1).⁹ Estas palabras transmiten muy diferentes significados: el niño sugiere dependiente, juventud señala independencia, y la adolescencia captura la noción de la persona en crecimiento que es capaz de tomar cada vez mayor responsabilidad, pero que aún necesita más protección que un adulto.

Este punto de vista describe la medida en que patrones de crecimiento biológico y transiciones de roles sociales que definen la adolescencia han cambiado con el tiempo. Nosotros debemos considerar qué tan bien la definición actual de la adolescencia se alinea con los patrones contemporáneos de crecimiento adolescente y entendimientos populares de esta fase de vida, porque cómo conceptualizamos y definimos esta fase de la vida influye en el alcance y enfoque de las leyes, políticas y programas destinados a proteger y empoderar a los adolescentes.

FASE DISTINTA DE LA MADURACIÓN BIOLÓGICA

El *Homo sapiens* evolucionó como una especie de maduración lenta con distintas fases de crecimiento, incluido un largo período de dependencia en la infancia, un período prolongado de crecimiento en la infancia y una fase juvenil prepuberal seguida por un retraso en la pubertad. La activación del eje neuroendocrino hipotalámico-pituitario-gonadal ha sido durante mucho tiempo considerado el evento biológico que marca el inicio de ambos pubertad y adolescencia, pero los patrones de crecimiento han cambiado con el tiempo. La pubertad ahora comienza más temprano, un cambio que se cree que refleja la mejora de la salud y la nutrición de la infancia. Si bien la edad de la menarca se ha reducido por 4 años en los últimos 150 años en los primeros industrializados países como el Reino Unido, estos cambios están ocurriendo más rápidamente en los países recientemente industrializados. En China, la edad media de la menarca se ha reducido en 4 · 5 meses por década en los últimos 25 años.

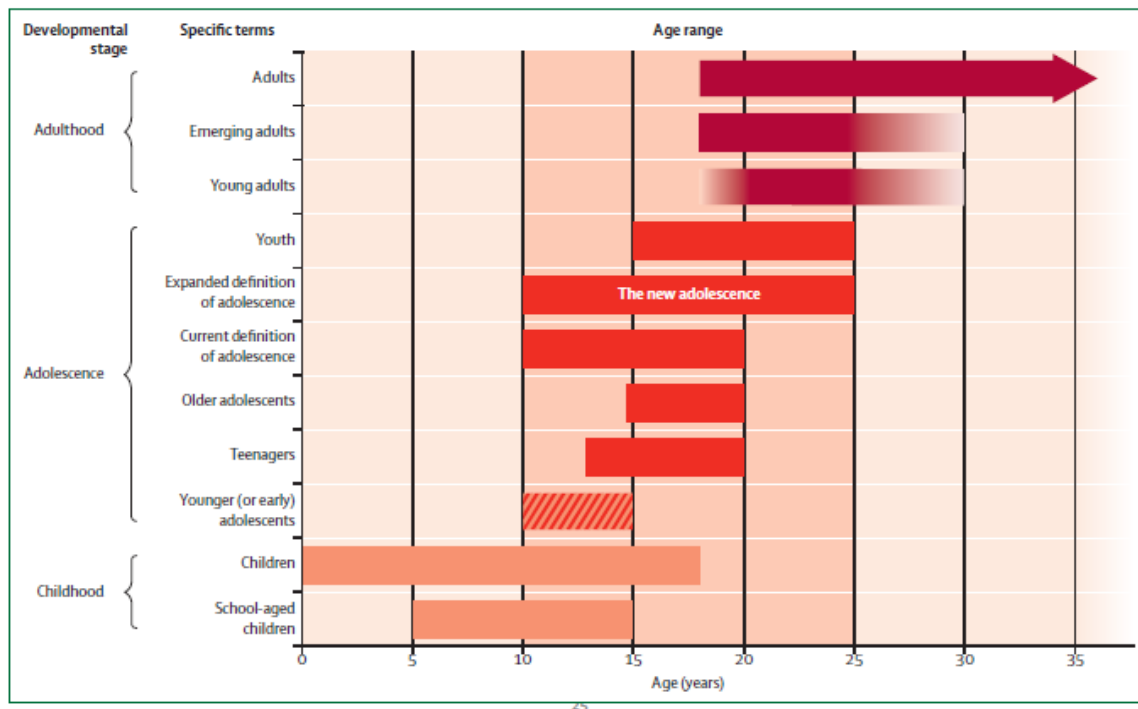


Figure 1: Commonly used age definitions of specific terms of relevance for adolescence that span or overlap with the developmental periods of childhood, adolescence, and adulthood

Colour shading highlights variation in the lower and upper age limits of the term. Stripes denote a term that sits within more than one developmental stage.

La pubertad consiste en una serie de cascadas hormonales distintas pero interconectadas que consisten en adrenarquia (la activación de las hormonas de estrés suprarrenal que comienza entre 6 y 9 años de edad), el crecimiento acelerado, y gonadarche (cuando las gonadotropinas pituitarias desencadenan cambios gonadales). En poblaciones bien alimentadas, el tiempo de la velocidad máxima de altura se produce alrededor de los 11 años en las niñas y 13 años en niños.¹⁴ 50% de las niñas tienen evidencia de telarquia (crecimiento del botón mamario) a la edad de 10 años, y la menarca (una fase tardía de la maduración puberal en las niñas) se produce alrededor 12-13 años de edad. Los que creen que a los 10 años de edad los individuos son todavía niños, por supuesto, son correctos, pero el momento de la maduración biológica indica claramente la entrada en la adolescencia

El crecimiento y el desarrollo biológicos han tenido históricamente menos influencia en la percepción de cuando la adolescencia finaliza que cuando comienza. Esto es algo sorprendente porque la maduración física continúa en el tercer década de la vida. Por ejemplo, erupción de los terceros molares (Las llamadas muelas del juicio) generalmente ocurre a mediados de los 20 años, similar a la edad de osificación de la cabeza de la clavícula. Los estudios del desarrollo cerebral han dado ímpetu a la visión de que la biología también podría ayudar a enmarcar el punto final de la adolescencia. Aunque el volumen cerebral, especialización funcional regional, y plegamiento cortical son en gran medida similar a los de los adultos a mediados de la infancia, los procesos que apuntalan conexiones neuronales más rápidas-poda sináptica, arborización dendrítica y mielinización: continúe en los años 20. Mientras la materia blanca parece madurar jerárquicamente: los sistemas sensoriomotor básico y del tronco cerebral maduran antes que los sistemas ejecutivos, mientras que las áreas que apoyan la integración de ejecutivos y los sistemas emocionales no están completamente maduros hasta finales de los años 20.

Después de pasar de la infancia a la niñez, el volumen de la materia gris disminuye a lo largo de la segunda y tercera décadas de vida. Refinamientos en la estructura del cerebro y función continúan a lo largo de la tercera década, en paralelo al procesamiento cognitivo complejo y socioemocional, regulación que influye fuertemente en la toma de decisiones, afiliación entre pares, comportamiento y bienestar. Por lo tanto, aunque la maduración del razonamiento lógico se considera completa a partir de la edad de 16 años, el desarrollo de una mayor regulación afectiva, relaciones sociales y funcionamiento ejecutivo continúan por lo menos otra década.

La integración de estas perspectivas sugiere que la adolescencia podría conceptualizarse como una fase de crecimiento cerebral que comienza antes de los signos visibles de la pubertad (alrededor 6-8 años de edad) y continúa por otras dos décadas.

Transiciones de roles sociales

Históricamente el final de la adolescencia estaba en gran parte definido por las transiciones de roles sociales, especialmente los relacionados con el matrimonio y la crianza de los hijos. En los Estados Unidos, la edad media del matrimonio alcanza un punto más bajo en la década de 1960 de 22 años para los hombres blancos y 19 años para las mujeres blancas. Desde entonces, la edad del matrimonio ha aumentado sustancialmente en todos, salvo en los países más pobres. En China, por ejemplo, la edad media para el matrimonio aumento de 20- 2 años en 1970 a 23-9 años en 2010, al igual igual que la edad media del primer nacimiento, que aumentó 5 años en el mismo periodo, de 21.7 a 26.2 años en 2010. Los patrones de matrimonio temprano también han cambiado. Por ejemplo, en Indonesia, en 2002, la proporción de las mujeres que se habían casado antes de los 15 años cambiaron de 23% en mujeres de 50-54 años de edad a 4% en personas de 20-24 años. En muchos países europeos, la edad del primer matrimonio ahora excede los 30 años, la convivencia en vez del matrimonio (incluidas las relaciones entre personas del mismo sexo) es cada vez más normativo, y la progresión previa de transiciones de la educación al empleo, el matrimonio y la crianza ha sido interrumpida. La extensión hacia arriba en la edad que anteriormente denotaban edad adulta ahora se alcanzan, como la asociación, crianza de los hijos e independencia económica, refleja el cambiar las expectativas de educación y capacitación antes del empleo, una mayor participación de las mujeres en la fuerza de trabajo, una mayor disponibilidad y cambios en las normas sociales en torno a la anticoncepción y dificultades en transición a la independencia económica. Aparentemente en todos los países, en diferentes grados, la fase de semidependencia que caracteriza a la adolescencia como una construcción social se ha expandido.

Grandes expectativas

La extensión de las transiciones de roles a la adultez hacia arriba en el tiempo ha sido seguida por cambios en los entornos en los cuales el adolescente está madurando. El mundo social en el que los adolescentes están creciendo es más urbanizado, móvil y conectado en red que alguna vez antes. A pesar de los beneficios de estar conectados socialmente con sus pares, las influencias de los compañeros son cada vez más amplificadas por las redes sociales y explotadas por la industria en formas que socavan la salud y el bienestar. Estas poderosas influencias moldean la salud y los estilos de vida en los 20, lo que refleja la necesidad de pensar diferente sobre el enfoque de las estrategias regulatorias para la edad. Una visión de la adolescencia como una fase de desarrollo para adquirir los activos para una salud y bienestar posterior resuena con los esfuerzos de los adolescentes que están formando activamente sus entornos a través de contribuciones como agentes de

cambio y tomadores de decisiones dentro de las comunidades. Políticas que están diseñadas para promover el compromiso y las alianzas con adolescentes hasta la tercera década de la vida son esenciales para adolescentes para ganar los activos sociales, emocionales, culturales y económicos que enriquecerán sus vidas posteriores y los de sus hijos.

Sin embargo, diferentes puntos de vista de la adolescencia significan que a los 15 años pueden ser lo suficientemente mayores como para casarse en un país pero demasiado joven para dejar la escuela en otro. Aunque muchos privilegios legales para adultos comienzan a los 18 años, la adopción de roles y responsabilidades en general ocurre más tarde. Las leyes se han utilizado para proteger y empoderar a los adolescentes, pero la justificación para diferentes leyes a diferentes edades no siempre son aparentes. Históricamente, muchas leyes fueron promulgadas principalmente para salvaguardar niños vulnerables, como las leyes que denotan la edad mínima para el empleo, el servicio militar y el matrimonio. De acuerdo con la edad del razonamiento lógico maduro, varias leyes en diferentes países dan derechos y privilegios de la edad adulta a los ciudadanos mucho antes de los 18 años, como cuando las personas pueden consultar un médico sin el consentimiento de sus padres. Otras leyes restringen por completo los derechos a los mayores de 18 años, como los derechos con respecto a la compra de alcohol o licencia para conducir.

En 2016, Nueva Zelanda cambió su sistema de protección infantil para reconocer su deber de protección a las personas mayores de 18 años para dejar la atención como resultado de su vulnerabilidad. En lugar del final abrupto del cuidado a los 18 años, los adolescentes reciben subvenciones durante un periodo de transición de 18 a 25 años, como las familias generalmente hacen. Las leyes pueden promover el compromiso cívico y en 2016 Japón redujo la edad para votar de 20 a 18 años con esa intención. Algunos comentaristas japoneses instaron a reducciones en otras leyes, como alcohol que es legal a partir de los 20 años, llamando acerca de la consistencia de la edad adulta. Más bien que coherencia, un enfoque de desarrollo de la legislación diferenciaría los objetivos: a los adolescentes contra daños (en los cuales la edad legal podría ser mayor) de aquellos que promuevan la participación y empoderamiento (en que la edad puede ser menor). Dada la seguridad de votar, por ejemplo, Japón actuaría bien replicando la legislación en Escocia que redujo la edad de votación a 16 años.

El éxito en la vida para la negociación del alto desempleo, cambiar los mercados laborales y las nuevas tecnologías pueden ser facilitado por adolescentes ganando actitudes y habilidades que apoyan la adaptabilidad, el espíritu empresarial y la resiliencia. En el siglo pasado, la educación pública en países de altos ingresos, era obligatoria hasta los 14-16 años de edad. Sin embargo, los sistemas educativos se están expandiendo rápidamente hacia arriba en todos los lugares, a pesar que aún continúan las diferenciales en los años promedio de educación en países de altos ingresos, países de ingresos medianos y de bajos ingresos. En los países que son miembros de la Organización para la Economía Cooperación y Desarrollo, la proporción promedio de 25-34 años de edad con educación terciaria aumentó de 25 · 9% en 2000, a 43 · 1% en 2016.³⁵ Valores comunitarios que apoyan el abandono escolar temprano, ya sea debido a matrimonio para niñas o empleo inseguro para niños, son inconsistentes con las opiniones de la adolescencia como el tiempo para obtener el necesario apoyo educativo y social activos para el futuro empleo, el empoderamiento, la salud y el bienestar.⁶ Dado el aumento de los años de educación que se requieren para ingresar a la economía moderna, una definición de la adolescencia que termina a los 19 años de edad es igualmente inconsistente con estos puntos de vista.

Una escolarización más prolongada significa que los adolescentes confían en sus familias por períodos más largos. Muchos países que tienen la escolarización obligatoria ampliada no ha tenido una aumento proporcional en la edad a la que las familias pobres con hijos dependientes puede obtener apoyo financiero. En países de bajos y medianos ingresos, transferencias de efectivo para los estudiantes y las familias tienen la intención de restablecer el equilibrio entre los costos de la educación y el ingreso no percibido del empleo adolescente a favor de continuar escolarización, especialmente para niñas en riesgo de matrimonio precoz. La política de bienestar también necesita mantener el ritmo. En Australia, las personas de 16-21 años que están sin trabajo son menos apoyadas por los beneficios de desempleo del gobierno que adultos mayores. Aunque está destinado a fomentar la educación y entrenamiento, el beneficio es solo dos tercios de salario mínimo; los adolescentes sin apoyo familiar pueden rápidamente volverse extremadamente vulnerables.

La carga de la enfermedad y los riesgos para la salud cambian rápidamente a través de la pubertad hasta mediados de los 20, personificado por necesidades emergentes de salud sexual, salud mental y servicios de abuso de sustancias. Estos cambios ponen particular responsabilidad en el sistema de atención de la salud, que todavía no ha visto la adolescencia como un período importante en el que crecimiento y desarrollo pueden ser promovidos, acciones preventivas pueden ser instituidas y condiciones de salud crónicas manejadas. Prácticas clínicas específicas y modelos de financiación están obligados a entregar cobertura de salud universal para adolescentes. Con demasiada frecuencia, prácticas y políticas de salud, incluidos los modelos de financiación, refuerzan el papel de los padres como guardianes o, alternativamente, esperan que los adolescentes sean totalmente independientes. En los países de altos ingresos, el seguro de la salud que cubre a personas de entre 18 y 24 años sobre políticas familiares es consistente con el beneficio de las familias que continúan apoyando a los adolescentes que no pueden pagar un seguro de salud. Sin embargo, se necesita más atención para garantizar verdaderamente la confidencialidad, y muchas pólizas de seguro solo cubren adolescentes que estudian a tiempo completo. La fragmentación de los servicios de salud, como la separación de salud mental y salud sexual de otros sistemas de salud, como se ve en muchas partes del mundo, limita la entrega de la atención integral que los adolescentes necesitan. Es agradable que las sociedades pediátricas nacionales estén cada vez más levantando su límite de edad superior, ya que demasiadas sociedades todavía definen su umbral de edad superior alrededor de la pubertad. Pocos extienden este límite tan alto como la Academia Americana de Pediatría, que, con un límite de edad superior de 21 años, está mejor alineada con las opiniones de la adolescencia como momento crucial para maximizar el crecimiento saludable y desarrollo. La expansión de la adolescencia hacia arriba en edad daría un impulso muy necesario a los organismos de acreditación que aún deben garantizar que estos puntos de vista influyan en las prioridades de capacitación contemporáneas y evaluación prácticas de salud primaria y servicios especializados.

Un desafío importante es dar forma a un sistema de recopilación de datos global comparable e integral para adolescentes que el mosaico disponible. Durante la era de los Objetivos de Desarrollo del Milenio, enfoques globales para controlar la salud de los adolescentes eran ad hoc, consistiendo de varias encuestas que no fueron diseñadas para medir los principales contribuyentes a la carga de morbilidad de los adolescentes y fueron muy variables en edad (figura 2). Pocas encuestas extiende el límite de edad para evaluar incluso el más aspectos fundamentales del crecimiento y la nutrición a principios la adolescencia, y hay déficits igualmente grandes en edad más alta de las encuestas de los niños que aparentemente miden salud adolescente. Algunas encuestas para adultos incluyen adolescentes de hasta 15 años de edad, pero con demasiada frecuencia no presente datos desglosados por edad. Quizás influenciado por comités de ética, que requieren un consentimiento complejo procesos para menores legales, muchos de relevancia mundial las encuestas solo reclutan adolescentes de 18 años o más, como la encuesta mundial de salud mental. Algunas encuestas que en parte incluyen adolescentes informan desglosados por edad datos (p. ej., 20-24 años versus edades mayores en encuestas de adultos, o 10-14 años en comparación con edades más jóvenes en encuestas de niños), pero tales enfoques se practican de forma inconsistente.

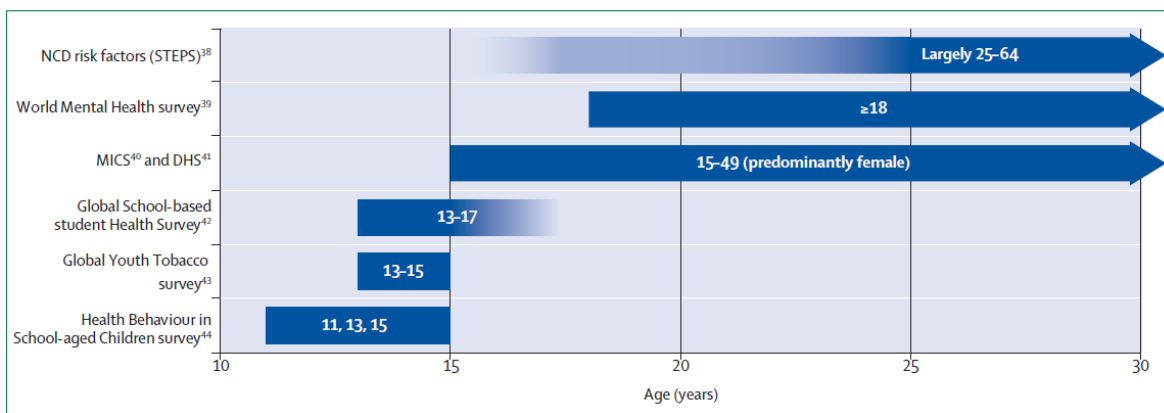


Figure 2: Age ranges of globally relevant adolescent health surveys
 Colour shading highlights where there is variation in the lower and upper ages used in the surveys. NCD=non-communicable disease. STEPS=STEPwise approach to Surveillance. MICS=Multiple Indicator Cluster Survey. DHS=Demographic and Health Survey.

La nueva era de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la Estrategia Mundial para la Salud de la Mujer, el Niño y el Adolescente brinda una oportunidad oportuna para enfrentar seriamente el desafío de implementar inversiones multisectoriales para adolescentes. Dada la creciente demanda de adultos en el lugar de trabajo y la vida familiar, hay muchas razones para maximizar la inversión en la transición de la infancia a la adultez, que ha demostrado rendimientos económicos, sociales y de salud sustanciales.⁴⁷ Sin embargo, la forma en que conceptualizamos esta transición en última instancia enmarca el alcance y la duración de las inversiones de la sociedad.

Las definiciones de edad son siempre arbitrarias y los enfoques cronológicos a la definición de la adolescencia continuará siendo moldeado por la cultura y el contexto. Sin embargo, la pubertad marca un punto importante de discontinuidad, con la siguiente fase de crecimiento y maduración neurocognitiva continuando por 20 años de edad. Atado al aplazamiento ampliamente extendido de las transiciones de roles a la edad adulta, nuestra corriente la definición de adolescencia es excesivamente restringida. Las edades de 10-24 años se adaptan mejor al desarrollo de adolescentes hoy en día.

Hay algunas desventajas potenciales. Dado el reciente foco de la política de salud global en 10-19 años de edad, los decisores políticos en países de bajos y medianos ingresos podrían argumentar que ampliar la definición de edad de adolescencia a 24 años corre el riesgo de diluir ya el insuficiente enfoque de política y fondos. Sin embargo, el sistema fragmentario existente está mal coordinado y no trata adecuadamente las necesidades de cualquier banda de edad adolescente. Una definición más integral de la adolescencia facilitaría una mayor eficiencia y coordinación y permite centrarse en las transiciones cruciales más allá de educación secundaria, incluyendo la capacitación y el empleo. Preocupaciones sobre no expandir la definición debido a la proporción de niños de 10-19 años que ya son padres también parecen fuera de lugar. Más bien, extender la definición de la adolescencia podría permitir a las niñas, en particular, cumplir mejor sus oportunidades de vida mediante la promoción de oportunidades para educación, empoderamiento y empleo futuro.

Tal vez el mayor riesgo para expandir la franja de edad de la adolescencia sería si los adolescentes son vistos como incapaces de pleno compromiso en la sociedad y de asumir roles responsables. Tal punto de vista orrería el riesgo de privar a los adolescentes de derechos y menoscaba sus derechos a participar en la sociedad. Un énfasis en la adolescencia como una fase única de energía y creatividad, así como de alguna vulnerabilidad, permitiría a la sociedad valorar las contribuciones de los adolescentes y garantizar que las inversiones se hacen para apoyar su crecimiento saludable y desarrollo.

Los patrones contemporáneos de desarrollo humano han cambiado el período de desarrollo de la adolescencia en todo el mundo. Las nociones antiguas y las vistas estáticas corren el riesgo de limitar la duración de las inversiones en el alcance total de las políticas y programas que pueden maximizar el crecimiento adolescente, salud y Bienestar. Cuando se les dan las oportunidades y recursos para aprender, explorar, crear y descubrir, la adolescencia puede ser una fase de vida transformadora para adquirir los activos esenciales para el funcionamiento futuro de los adultos del mañana. La Comisión Lancet sobre Adolescent Health and Wellbeing sugirió que "esta generación de adolescentes y adultos jóvenes puede transformar todos nuestros futuros". Evitando un enfoque estrecho, una visión ampliada de la adolescencia ayudará a garantizar que ellos tienen el tiempo y los recursos para hacerlo.