

ACTIVIDAD 3 Fecha de entrega: hasta miércoles 15/03/2021

Como fue anticipado, en la presente actividad cada estudiante debe realizar las consignas de la introducción y luego de ello, solamente las de los espacios curriculares que no fueron acreditados.

INTRODUCCIÓN:

A través de las actividades anteriores aprendimos qué es un FACTOR DE RIESGO, a través de lo planteado por la OMS. Discutimos acerca de si el adolescente formaba parte -o no- de un grupo vulnerable. Y establecimos que si, dada la etapa evolutiva, en la que se encuentra. La cual implica atravesar muchos cambios y procesos físicos, psíquicos y de su propio entorno social para establecerse y sentirse como un sujeto adulto. En relación a ello, en el libro Adolescencia y Salud, Mosso E., Penjerek, M.M. (2007), pág. 13, refieren que “El adolescente atraviesa por una crisis de identidad: debe adaptarse a las modificaciones corporales, al cambio y a la definición de su rol, asumir la difícil tarea de separarse de su familia y de hacerse un lugar en la sociedad.”

- 1- Como primer paso, leer la página que te presentamos aquí debajo, del libro “Salud y Adolescencia”, opciones para una vida saludable (Mosso y otros – 2015) y responder las siguientes preguntas:
 - a- Las noxas son un tipo particular de causas que nos llevan a enfermarnos. Explica cuáles son.
 - b- Piensa y detalla brevemente dentro de la clasificación de las llamadas noxas, cuáles pueden ser las que repercutan mayoritariamente sobre la salud de los adolescentes y por qué.

¿QUÉ OCURRE CUANDO NOS ENFERMAMOS?

Por contraposición a lo que definimos como estado de salud, se podría decir que la ruptura del estado de bienestar físico, mental o social nos expone a la enfermedad. La enfermedad es una manifestación generalmente observable en el individuo a través de una alteración orgánica y/o mental, cuyas causas pueden ser internas o externas (estas últimas llamadas noxas, que significa daño o perjuicio). La etiología es el estudio de las causas.

En el siguiente cuadro, se resumen los diferentes tipos de enfermedades según su etiología más frecuente.

ORIGEN	CAUSAS (etiología)	CLASIFICACIÓN	EJEMPLOS
Interno	Alteraciones genéticas, cromosómicas y hereditarias.	Enfermedades hereditarias. Enfermedades congénitas (algunas que se padecen desde el nacimiento).	Albinismo, algunas anemias, síndrome de Down.
Interno	Alteraciones del metabolismo celular o del funcionamiento normal de órganos, que pueden presentar fallas degenerativas.	Enfermedades metabólicas. Enfermedades degenerativas. Enfermedades funcionales inmunológicas, cardiológicas, etc.	Gota, hipercolesterolemia, diabetes. Artrosis, cáncer, infarto cardíaco o cerebral, insuficiencia renal
Externo	NOXAS sociales: crisis económicas, guerra, atentados, exclusión social. NOXAS culturales: modas, presión mediática.	Enfermedades mentales y enfermedades sociales. (También funcionales y nutricionales).	Estrés, síndrome del burn out, depresión, trastornos de personalidad, impotencia sexual Anorexia, vigorexia, adicciones, quemaduras solares.
Externo	NOXAS físicas: fuego, calor, frío, radiación ultravioleta, presión, descargas eléctricas, ruido, agentes mecánicos. NOXAS químicas: contaminantes ambientales del aire, agua, suelo, conservantes de alimentos, venenos	Enfermedades profesionales (consecuencia del tipo de trabajo). Enfermedades traumáticas. Enfermedades funcionales (metabólicas o degenerativas).	Saturnismo y otras intoxicaciones por metales pesados, hipoacusia, disfonía, quemaduras. Fracturas, luxaciones, heridas, contusiones Cáncer, alergias, erupciones en la piel, asma.
Externo	NOXAS biológicas: virus, bacterias, parásitos externos o internos unicelulares (protistas) o pluricelulares (hongos, gusanos planos, etc.).	Enfermedades infecciosas e infectocontagiosas, parasitarias. Enfermedades de transmisión sexual. Enfermedades de transmisión alimentaria.	Hepatitis, gripe, angina, sarampión, rubéola, mal de Chagas, lombriz solitaria (teniasis), pediculosis. SIDA, sífilis, herpes genital, hepatitis B, papiloma humano, gonorrea. Botulismo, síndrome urémico hemolítico, salmonelosis

SALUD Y ADOLESCENCIA

1- Leer el presente fragmento y luego, responder las preguntas que figuran debajo.

“(...) La anorexia y la bulimia no son enfermedades exclusivamente femeninas. Los hombres también las padecen. Si bien su incidencia es mayor en las mujeres, en los últimos tiempos vemos aparecer trastornos alimentarios en los hombres. Pero no se trata de cualquier padecimiento, las personas que desarrollan una anorexia o una bulimia mantienen una relación particular con su cuerpo, que, por lo general, está determinada por las vivencias de los primeros años de vida en relación con las características de su medio familiar. También influyen en estas problemáticas las presiones sociales y los modelos de éxito transmitidos a través de los medios de comunicación de masas, como la tele, grafitis callejeros y revistas de moda. Ser flaco y tener un físico escultural pasó a ser un paradigma de éxito social. Y muchos persiguen este ideal sin medir los riesgos: todo empieza con una dieta que se vuelve crónica y que puede desembocar en anorexia o bulimia. El anoréxico tiene temor a engordar. Lo que saben los psicólogos es que detrás de ese temor patológico se esconden conflictos inconscientes que deben tratarse en profundidad. Y, cuando decimos que se trata de un temor patológico, nos referimos a que ese temor es exagerado y no obedece a una causa lógica. En realidad el temor es a otra cosa, que deberá develarse en un tratamiento psicológico adecuado a cada paciente. Es importante detectar cuanto antes estos síntomas, ya que si la enfermedad avanza la persona puede llegar a estados de inanición y hasta la muerte.” (Fragmento de *Adolescencia y Salud*. Mosso y otros – 2015).

¿Qué es la anorexia nerviosa? Es una enfermedad que consiste en una pérdida voluntaria de peso y un intenso temor a engordar. Para comprender esta patología no hay que sacarla de su marco de desarrollo. Se produce en determinados ambientes familiares, presentando una fachada de ausencia de conflictos.

Los principales síntomas de la anorexia son:

*Rechazo a mantener el peso corporal por encima del mínimo adecuado para la estatura, llegando a situaciones de delgadez extrema * Miedo intenso a engordar, incluso cuando el peso es muy bajo * Sensación de estar gordo en general o en algunas partes del cuerpo, como nalgas, muslos, abdomen. Tienen una percepción de su cuerpo que no es real. Aunque estén realmente delgados, su espejo les dice que siguen estando gordos * Aparecen otro tipo de problemas físicos que acompañan a la desnutrición, en el caso de las mujeres, la retirada o el retraso de la menstruación * Ejercicio físico excesivo * Conducta alimentaria extraña: come de pie, corta los alimentos en pequeños trozos * Incremento de las horas de estudios y disminución de las de sueño.

Todo ello puede producir una serie de consecuencias físicas y de comportamiento: -Pérdida de peso alarmante. -Amenorrea (pérdida de menstruación) -Aparición de vello -Intolerancia al frío -Tensión baja, arritmias -Aislamiento social -Irritabilidad -Pánico a ganar peso.

¿Qué es la bulimia? Es un trastorno mental que se caracteriza por episodios de voracidad: comer grandes cantidades de comida en un corto espacio de tiempo en forma de «atracones», a los que siguen siempre conductas tendientes a evitar el aumento de peso. Sus síntomas más corrientes son:

* Preocupación obsesiva por la comida, con deseos irresistibles e incontrolables de comer generalmente a escondidas * Vómitos autoprovocados * Menstruaciones irregulares* Abuso de laxantes * Peso normal o ligero sobrepeso * Miedo a subir de peso.

Todo ello puede producir una serie de consecuencias físicas y del comportamiento:

- Lesiones en las manos por los vómitos autoprovocados.
- Vómitos y diarreas incontrolables.
- Subidas y bajadas de peso.
- Depresiones y amenaza de suicidio.
- Aislamiento social.
- Falta de autoestima.

(Fragmento adaptado de Recalde M.M en “*Salud y Adolescencia*”, Págs. 199-200. Aula Taller - 2011)

2-

- Establece cuáles de las noxas mencionadas en el cuadro del punto 1 de la introducción, podrían influir en un adolescente para que se de la aparición de algún tipo de trastorno alimentario y por qué. Explica.**
- Explicar qué factores intervienen para el desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria.**
- ¿Qué complicaciones clínicas se pueden generar en la anorexia?**

- d- ¿Cuáles son las principales características y consecuencias de la Bulimia?
- e- ¿Cuáles son las principales características y consecuencias de la vigorexia? (busca en internet)
- f- Leer el presente fragmento y luego, establece cuáles de las noxas mencionadas en el cuadro del punto 1 de la introducción podrían influir en un adolescente para que se de la aparición de algún tipo de consumo problemático y por qué. Explica.

“... Las personas convivimos cotidianamente con distintas sustancias como el tabaco, el alcohol, y los alimentos, los cuales están presentes en nuestro hogar, en la escuela, los kioscos y los boliches. Estas sustancias no son buenas o malas en sí mismas. El uso que se les dé, es el que las convertirá en perjudiciales o beneficiosas para nuestro organismo. Existen diversas formas de definir las adicciones. A continuación leeremos dos de ellas para luego intentar arribar a una conceptualización que nos permita un mejor entendimiento. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la adicción es un: «Estado de intoxicación crónica y periódica originada por el consumo repetido de una droga, natural o sintética, caracterizada por: una compulsión a continuar consumiendo por cualquier medio, una tendencia al aumento de la dosis, una dependencia psíquica y generalmente física de los efectos, consecuencias perjudiciales para el individuo y la sociedad». (Serie de Informes Técnicos, ONU, números 116 y 117, 1957).” (Fragmento adaptado de Recalde M.M en “Salud y Adolescencia”, Pág. 217. Aula Taller – 2011).

PSICOLOGÍA

- 1- Cuando se habla de una crisis de identidad, para referirse a la que se experimenta durante el período de la adolescencia, no se trata de una patología, de algo grave, sino de un proceso que se da en todos los sujetos que se encuentran en dicha etapa, el cual es necesario para que se logre el desarrollo de la personalidad adulta.

Muchos autores hablan acerca de este momento de cambios con diferentes metáforas. Entre los psicólogos psicoanalistas, Francoise Doltó habla de la “metamorfosis de la langosta” comparando la adolescencia con la muda de algunos insectos quienes para poder crecer, deben cambiar la rígida cobertura externa. En ese proceso, al desprenderse de este caparazón, otro lo reemplaza, pero pasa un tiempo hasta que endurece y se adapta a su nueva medida. Es ese el momento en que puede convertirse en presa fácil de algún depredador. Para el insecto este riesgo es imprescindible para crecer. En esa misma línea Sigmund Freud, el padre del Psicoanálisis compara a la adolescencia con un “segundo nacimiento”. Y un conocido filósofo francés llamado Jean Jacques Rousseau sostenía que “la adolescencia es como un parto, en el primero nace un niño y en el segundo, en éste, un hombre o una mujer”.

- ¿En base a todo lo trabajado y tu propio criterio, por qué te parece que se plantean estas comparaciones entre la adolescencia y una metamorfosis, un parto o un nuevo nacimiento? Explica.
- 2- En base a la presentación que encontrarás en el presente link <https://es.slideshare.net/zapatodecuerina/duelos-en-la-adolescencia> responde:
- a- ¿En qué consiste el proceso psicológico llamado de duelo y para qué sirve?
 - b- Menciona y explica brevemente de qué tratan los tres tipos de duelo que atraviesan los adolescentes en su paso por dicha etapa.
- 3- María Inés Recalde (2015) plantea que existen algunas manifestaciones que dan cuenta de que un adolescente es sano mentalmente: (...) “Si bien la adolescencia, como etapa, presenta ciertas características generales (como los duelos, las crisis, el desasimiento o desprendimiento de la autoridad parental, la búsqueda de nuevos modelos y la construcción de una nueva identidad), también podemos identificar características particulares propias de cada sujeto, de cada persona, de acuerdo a su historia previa y a sus circunstancias presentes. Son manifestaciones de salud mental en los adolescentes, el agruparse, el compartir con otros, socializar, desarrollar metas comunes que permitan poner en juego gustos y deseos, tener buen humor frente a lo que se emprende y vivir con cierta estabilidad emocional. También es una muestra de salud mental durante esta etapa el ir armando un proyecto de vida”. (...)

- **Mencionar tres manifestaciones de las presentadas, que encuentres realizadas en vos mismo/a. O tres que sientas que debes intentar desarrollar. Explicar claramente, para que podamos comprenderte.**

4- En psicología hablamos de aparato psíquico para hacer referencia a lo mental. Ese aparato psíquico (lo que comúnmente se nombra como la mente), surge como una estructura de conflicto. Conflicto entre fuerzas internas propias de cada persona y algo externo que es la cultura, los límites impuestos por los otros, la realidad externa, que nos marca qué podemos hacer, qué no, etc.

En la adolescencia nuestro aparato psíquico se dice que no está del todo acabado y como sigue en formación debe enfrentar la toma de muchas decisiones.

Para la psicología y específicamente para el Psicoanálisis el conflicto no es algo siempre negativo, sino como mencionamos, algo propio del funcionamiento mental. Cada decisión que debemos tomar, desde algo muy importante como si seguir con una relación amorosa o no, hasta qué zapatillas me quiero poner hoy, nos enfrentan con un conflicto. Aunque obviamente hay muchos que si resultarán negativos.

Desde la Psicología, el **conflicto** es la coexistencia de motivaciones contradictorias e incompatibles entre sí, que van a influir sobre nuestras conductas, sobre cómo actuemos, qué decidamos en cada situación.

El conflicto es algo propio de la vida misma de la persona. El conflicto está presente siempre en todo proceso. A veces el conflicto puede actuar como un elemento que impulsa al desarrollo de la persona, aunque otras veces puede llevar a que la persona enferme.

- **Ahora que leíste esta pequeña introducción, explica con tus palabras qué cuestiones suceden en la adolescencia o que incluso te han sucedido a vos mismo/a pueden presentarte un conflicto, por el solo hecho de tener que tomar una decisión, elegir, decidir, etc. (mencionar como mínimo 5)**

5- A partir de la lectura del cuadro del punto 1 que figura en la introducción, menciona ¿qué tipo de noxas son las que podemos considerar afectando directamente la psiquis, el aparato psíquico, o sea, el aspecto psicológico en los adolescentes? Da un ejemplo de cada uno, diferente a los que figuran en el cuadro.