



F. Notario Herrero

Pediatra. Unidad de Pediatría y Adolescencia. Clínica Ntra. Sra. del Rosario. Grupo HLA. Albacete.
Presidente de la SEMA.

Adolescentes, padres y "series"

La mayoría de padres, bueno exactamente 3 de cada 4, reconocen que ver series y películas con sus hijos adolescentes facilita y genera temas de conversación. Pero entonces, ¿por qué la realidad no es esa? La mayoría de los adolescentes ven sus series favoritas completamente solos y ¿los padres?... Pues en compañía, por lo general de su pareja. Ojeamos la cuarta edición del estudio "El impacto de las pantallas en la vida familiar, familias y adolescentes tras el confinamiento", realizado por empantallados.com y GAD3, con apoyos de "Por un uso Love de la Tecnología" y la Comisión Europea. Muchas veces nos han confesado los padres "es que no sé de qué hablar con mis hijos adolescentes", pues bien... aprovechemos ese momento, podríamos decir educativo, que nos da pie a comentar muchos temas. Las tramas de las películas, de las series nos pueden servir como guía para entablar conversaciones con los hijos, quizá posteriormente en algún momento de distensión. José Martín Aguado, conductor del podcast de Empantallados, es docente y nos hace reflexionar sobre el tema. Los materiales que podemos encontrar en las distintas plataformas no son inocuos, transmiten valores, formas de pensar e incluso de enfocar la vida. La realidad a veces nos lleva por otros caminos: "A través de mi ventana" estrenada este mismo mes o "El juego del calamar" que nos alertan de contenidos bien tóxicos o violentos a los que están expuestos nuestros adolescentes. No os asustéis de llevar la delantera, proponed otros títulos; las plataformas audiovisuales ponen cada día a nuestra disposición millares de películas, para escoger los contenidos más idóneos. El ocio de los menores, igual que hacemos con otros aspectos de su educación, requiere información. Habrá que vencer la pereza, visualizar los temas que a nosotros no nos interesan demasiado, pero a ellos sí. Disfrutar del tiempo en su compañía es parte de su formación y las series son un gran punto de conexión con nuestro adolescente. Lo mejor de las series es que invitan al debate, al pensamiento, provocan emociones, les hacen reflexionar sobre la actualidad y les ayudan a comprender la etapa vital a la que se enfrentan.

Salud sexual e ITS en la adolescencia

El pasado día 14 de Febrero (San Valentín) se celebró el Día Europeo de la Salud Sexual; posiblemente habréis tenido ocasión de leer el documento que AEP, SEIP (Sociedad Española de Infectología Pediátrica) y nuestra SEMA, emitieron, recogiendo algunos aspectos a destacar, como el gran aumento de las infecciones de transmisión sexual entre los adolescentes: la clamidia, el gonococo, la sífilis han duplicado su incidencia convirtiéndose en las infecciones de transmisión sexual (ITS) más frecuentes en este grupo de edad; también en este mismo grupo no se ha conseguido un descenso en nuevos diagnósticos de VIH. Dejando a un lado el virus del papiloma humano (VPH), que es la infección más prevalente a nivel mundial, estimándose su prevalencia entre el 50% y el 60% a los dos primeros años del inicio de relaciones sexuales. Pero todo esto, ¿por qué?, ¿qué causas adivinamos tras estos datos? Pues como pediatras reconocemos que se habla poco de ITS y de salud sexual con los adolescentes, al tiempo que la edad de inicio de las relaciones sexuales disminuye cada vez más y aumenta el acceso a contenidos sexuales inapropiados. Como muy bien explica La Dra. Talía Sainz en este documento, "los adolescentes, que son más vulnerables e influenciados reciben referencias sexuales, que no favorecen una salud sexual global, donde se transmita el respeto a sí mismo y al otro y, por lo tanto, poder pensar en protegerse y proteger al otro de las ITS". En el mismo documento advertíamos desde la SEMA, que más del 50% de los adolescentes entre los 14 y 17 años suelen ver regularmente porno en móvil e internet; algo que les familiariza con las prácticas de riesgo y contribuye a una descontextualización de la sexualidad. Los adolescentes con más información que nunca, pero con una gran contradicción entre conocimientos y conducta. Las conductas sexuales de riesgo no solo provocan aumento de ITS, sino también embarazos, abusos y frustración en las relaciones. Los pediatras, debemos abrir la puerta a una consideración de la salud de un modo más amplio que incluya la salud sexual, incorporando preguntas en esta línea en nuestras entrevistas clínicas rutinarias.

Autolesiones y suicidio en adolescentes

La AEP ha creado un Grupo de Trabajo multidisciplinar de la Salud Mental en la Infancia y Adolescencia, integrado por pediatras de la Sociedad de Psiquiatría Infantil (SPI), la Sociedad Española de Urgencias Pediátricas (SEUP) y la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap), al que recientemente se ha añadido nuestra SEMA. En su primer comunicado, los pediatras llaman la atención sobre el aumento de secuelas psicológicas, como puede ser el incremento de la ideación suicida, la ansiedad, y la baja autoestima durante el tiempo de confinamiento, todas ellas en más de un 200 por ciento. Como decíamos: el confinamiento, la presión socioeconómica de las familias, el miedo a la evolución de la pandemia, el duelo por la pérdida de seres queridos y el incremento de actividades más sedentarias han favorecido el aumento importante de las autolesiones y de los intentos de suicidio, como hemos comentado.

Estas asociaciones en la esfera asistencial pediátrica denuncian, denunciamos, la ausencia de un Plan Nacional para la prevención del suicidio, aunque algunas comunidades autónomas como, por ejemplo, Madrid poseen el suyo propio. Un buen plan de prevención debería incluir a pediatras, médicos de familia que atienden a adolescentes y profesionales del ámbito socio-sanitario y educativo. Como señala la Dra. Azucena Díez (presidenta de la SPI-AEP), es muy importante que pediatras y médicos de familia, tengan los conocimientos básicos en la distinción de las autolesiones y su relación con intenciones suicidas para determinar su gravedad. Los centros educativos tienen un papel fundamental en la prevención, como reguladores en la conducta, con asignaturas que enseñen a los niños y adolescentes a expresar sus sentimientos y prevenir situaciones de posible acoso. En la familia, lo más importante es la comunicación, si bien en la adolescencia puede resultar más complicado. Acercarnos a sus temas de interés, no acosarles con preguntas inútiles y no dirigirse a ellos en tono culpabilizador, puede ser un primer paso. El Instituto de la Juventud (INJUVE) nos recuerda las tasas de prevalencia mundial de los trastornos emocionales, trastornos de ansiedad y trastornos depresivos en nuestros adolescentes. Nos unimos a la opinión de la Dra. Díez, cuando afirma que podemos dar a los adolescentes un mensaje de esperanza y de que "... no están solos, porque todo tiene solución, aunque no lo parezca."

Adolescentes, COVID-19 - Ómicron, el estado de la cuestión

A fecha de hoy, según datos del Ministerio de Sanidad en datos recogidos hasta el pasado 28 de Febrero, los adolescentes vacunados con pauta completa entre los 12 y 19 años son el 87,2%.

El comité de Medicamentos de Uso Humano (CHMP), de la Agencia Europea del Medicamento (EMA) ha avalado la dosis de refuerzo de la vacuna contra el Covid-19 de Pfizer a los adolescentes a partir de los 12 años de edad; vacuna ya autorizada en la UE como vacunación primaria de 2 dosis en este grupo de edad. Actualmente está autorizada una dosis de refuerzo a partir de los 18 años. Este dictamen del CHMP se remitirá a la Comisión Europea que emitirá la decisión final. Se esperan más datos de estudios y análisis de los adolescentes en los próximos meses, mientras la EMA vigilará y evaluará las pruebas, actualizando información del producto. En cualquier caso, la decisión sobre las dosis de refuerzo en los adolescentes y el momento de hacerlo corresponde a los distintos países europeos. La decisión deberá tener en cuenta factores como la propagación y la posible gravedad de la enfermedad en este franja etaria, el riesgo de efectos secundarios, otras medidas de protección y las restricciones. La aparición en España en diciembre de 2021, de la variante del Covid19-Ómicron, se convirtió en muy pocos días en la predominante, y se confirmó su mayor transmisibilidad y su menor impacto clínico, debido a su menor virulencia, pero también como resulta evidente, por la elevada cobertura vacunal en la población española. La AEP, recientemente (Febrero 2022), se ha posicionado en un documento sobre el "Cambio de paradigma en el manejo de la pandemia. Innovando en el concepto de la transmisión y priorizando la protección de los más vulnerables". Estudios pioneros para valorar el impacto en seguridad de la transmisibilidad, marcan las directrices epidemiológicas en un futuro muy próximo, el modelo escolar epidémico ha sido ejemplar en escolares, docentes y familias, siendo la vuelta a la presencialidad en las aulas un ejemplo para el resto del mundo. La normalización que propone el Grupo de Trabajo de la AEP para la Reapertura de la Escolarización, es la retirada progresiva de la obligatoriedad de la mascarilla en interiores para los distintos grupos de edad, siendo en el caso de los adolescentes a partir del mes de Abril de 2022, fomentando la vacunación, sobre todo en los niños, así como restringir la obligatoriedad de cuarentena solo a los positivos, eliminando otras recomendaciones actuales.