

# El significado de la ADOLESCENCIA



**Autor: J.A. Pérez Quintero**  
**Edit. Punto Rojo Libros.**

Siempre es un buen acontecimiento cultural o científico que se publique un libro. Y más cuando se trata de un tema que nos ocupa y preocupa, tanto a los profesionales como a la sociedad civil en su conjunto.

La adolescencia es una etapa cada vez más prolongada, y con un significado social dominante. Ser adolescente forma parte del deseo compartido inconsciente de buscar la eterna juventud (la "adolescentización" social). En esta edad tienen puestas sus miradas las modas, porque es bonita, es atractiva, es sugerente y es cuando las personas están más dispuestas al placer y al disfrute de la vida. Todos quisiéramos ser adolescentes, y por eso los imitamos tanto.

Pero no es fácil ser adolescente en este momento, o al menos ellos lo perciben como una etapa de miedos e incertidumbres.

Me gustaría poner el título entre interrogaciones: ¿Qué significa la adolescencia? A este empeño ha dedicado más de seiscientas páginas J. A. Pérez Quintero.

Él empieza este análisis por lo fisiológico, lo explícito: el cuerpo; sigue el recorrido por la parte más sorprendente, que es el desarrollo cerebral; continúa estudiando la sociabilidad, y nos presenta lo que supone este periodo evolutivo en nuestro contexto histórico, es decir, en el entorno de una sociedad definida por el consumo, la producción, la industria y el mercado. Una sociedad, además, calificada como líquida, inestable, insegura, cambiante, en la que nada es permanente.

Pero no se llega a la adolescencia por gemación. La vida es un *continuum*, y antes de llegar a tener quince años hemos sido lactantes y escolares, y durante esos años han pasado cosas que serán muy influyentes en esta edad.

Los hábitos saludables se deben adquirir antes. Después ya va a ser más difícil, aunque no imposible. La forma de comer y lo que se come, los cuidados corporales, las maneras de divertirse y de disfrutar de la vida, la práctica de ejercicio físico, las costumbres familiares, la actitud ante el trabajo, etc.

El autor hace hincapié, y merece mucho la pena, en que el síndrome metabólico (obesidad, hipertensión, diabetes...) es la epidemia silenciosa, que antes afectaba a los adultos y ahora se ceba en los adolescentes, y que preocupa a las autoridades sanitarias de todos los países occidentales. Por eso nos insta a actuar preventivamente con los niños pequeños, ya que en la adolescencia puede ser tarde.

Pérez Quintero describe los cambios cerebrales que acontecen y que son necesarios para crecer y entender la vida. Los circuitos neuronales primitivos que compartimos con los homínidos son la base de las conductas primarias que inducen a exteriorizar las emociones, y los mecanismos que explican el placer. Estas conexiones cerebrales están más desarrolladas que las redes neuronales localizadas en el lóbulo prefrontal, y crecerán extraordinariamente a lo largo de la adolescencia. Son descubrimientos de los últimos veinte años, que nos han aportado muchos datos para comprender mejor las "locuras" que se cometen a esta edad.

Cada cerebro adolescente es distinto. No hay una sola adolescencia, sino tantas como personas hay. Por eso decimos que la adolescencia es una etapa necesaria para crecer en el más amplio sentido.

"El Significado de la Adolescencia" no es un libro al uso. Analiza y cuestiona nuestra forma de ser adolescentes, con fina ironía y mucho sentido del humor. La mejor forma de entender nuestras contradicciones es reírse de ellas con humildad, comprensión y mucha empatía.

Leyendo el libro uno recuerda a Piaget, que a base de observar a sus hijos llegó a entender a los demás niños. El Dr. Pérez Quintero exporta de la vida cotidiana familiar la comprensión a las demás familias. Dedicar el texto a sus adolescentes, Lucas, Marcos, Ángel, Lucía, Jaime y Carlos, naturalmente, porque no desaprovecha ese aprendizaje diario que tiene alrededor, sea en la consulta o en el entorno más próximo. Muchas veces hemos dicho a nuestros residentes y estudiantes que los médicos tenemos la suerte de ayudar a los demás, pero también la de recibir ayuda y formación de los que nos rodean, para ayudarnos a nosotros mismos.

Hay muchas cosas que me han sorprendido e interrogado en este libro. Una de ellas, a modo de ejemplo, la relación de la adolescencia con la entropía: "La adolescencia es una herramienta humana contra la entropía: renovar para mantener la cultura y existencia humanas adaptándolas a los nuevos tiempos". Interesante y comprometida consideración.

Probablemente, una de las actitudes que más llama la atención a los profesionales que atendemos adolescentes, es la interpretación de conceptos tan profundos como el tiempo, y cita al respecto a Carl Honoré: "Creo que vivir deprisa no es vivir, es sobrevivir. Nuestra cultura nos inculca el miedo a perder el tiempo, pero la paradoja es que la aceleración nos hace desperdiciar la vida". O sobre el llanto, "Debemos enseñar a nuestros hijos que no les importe llorar y a no avergonzarse por ello". O el aburrimiento, para lo que cita a Unamuno: "El aburrimiento es el que ha inventado los juegos, las distracciones, las novelas y el amor". O la hipocondría, el honor, la fidelidad, la paciencia... valores que recordamos constantemente a nuestros pacientes (y a sus padres) como forma de superar aquellos conflictos que tanto les afligen.

A lo largo del libro uno va comprendiendo y reflexionando sobre las múltiples facetas clínicas, porque la vida va concatenando todo lo que nos sucede, y es difícil separar lo profesional de lo humano, aquello que pasa fuera a lo que pasa dentro de nosotros. Es lo que llama disonancia evolutiva: la paternidad no termina nunca, y nos "persigue" toda la vida. En cierto modo es un canto a la paternidad. Resaltaría que idealiza la paternidad.

Finalmente, creo que merece la pena leer el libro por lo divertido, ameno, sencillo y práctico para los que enfocamos nuestro trabajo en atender a adolescentes.

**L. Rodríguez Molinero.**

Pediatra acreditado en Medicina del Adolescente por la AEP.  
Centro Médico Recoletas La Marquesina. Valladolid.