

VOCES QUE CUENTAN

Reflexiones y propuestas de adolescentes sobre su salud

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF),
1ª edición, agosto de 2018.

Ilustraciones: Pablo Bernasconi

Elaboración y Redacción: Paula Bombara

Dirección editorial: Fernando Zingman, Especialista de Salud

Coordinación general: Julia Anciola, Oficial de Salud

Los Foros de Participación Adolescente se llevaron a cabo gracias al compromiso de:
Los y las adolescentes de las provincias de Chaco, Jujuy y Salta que participaron de los Foros.

Autoridades de los Ministerios de Salud y Educación de las Provincias de Chaco, Jujuy y Salta.

Equipos técnicos de los Ministerios de Salud y Educación provinciales.

Fragmentado, subrayados y resaltados en particular para ser utilizado como material de estudio.



Para cada adolescente, una oportunidad

El cuerpo les cambia a tirones.

Hoy crece un pie y en unos días, quizás, quede apretada la ropa.

*La voz deja la niñez, las cuerdas vocales cambian su tensión. También las mandíbulas cambian su
tensión. Se aprietan más fuerte ante las injusticias.*

*Ya no hay idealización del mundo adulto porque esas son las puertas que en muchos casos se les
cierran en la cara. Crecer tiene momentos de mucho placer pero también de dolor. Crujen las
rodillas, se retuercen las tripas, el mundo interior y el mundo exterior se mezclan sin piedad.*

¿Dónde tengo que estar? ¿Qué se espera de mí? ¿Cuándo y cómo? ¿Qué quiero? ¿Quién soy?

La adolescencia es una etapa de la vida caracterizada por crecientes oportunidades, capacidades, aspiraciones, energía y creatividad. Es un período de cambios positivos inspirados por la importante capacidad de los y las adolescentes para aprender rápidamente, experimentar nuevas y diversas situaciones, acrecentar y utilizar el pensamiento crítico, ejercer más y nuevos espacios de libertad y autonomía, ser creativos y socializar. Pero también está marcada por la vulnerabilidad.

Los y las adolescentes están expuestos a riesgos específicos. Los adultos deben incorporar dimensiones de cuidado y protección para promover su derecho a la autonomía.

En el ámbito educativo, el Estado debe garantizar que todos los y las adolescentes se encuentren escolarizados, reciban una educación de calidad y finalicen sus trayectorias escolares. En Argentina, medio millón de adolescentes están fuera de la escuela y de los que ingresan al secundario solo la mitad lo finaliza. El abandono escolar tiene graves consecuencias en la historia de vida de cada adolescente y compromete también el capital social del país.

El Estado tiene que atender también de manera integral a la salud de los y las adolescentes a través de políticas públicas, desde un enfoque de derechos, de promoción de la salud y de prevención de riesgos

específicos (como embarazo no planificado, suicidio, consumo de sustancias, alimentación inadecuada), garantizando el acceso a servicios y la participación de los adolescentes en el sistema de salud.

Dentro de las múltiples problemáticas que abordan los adolescentes, la preocupación específica del Área Salud de UNICEF es la prevención del embarazo no intencional y del suicidio en la adolescencia.

Recomendaciones generales de UNICEF para las problemáticas más urgentes de la adolescencia:

2

Para la prevención y atención del embarazo no intencional en la adolescencia

- Fortalecer políticas públicas para reducir el embarazo no intencional en la adolescencia (educación sexual integral, salud sexual y reproductiva y salud integral adolescente).
- Promover el acceso a la salud incluyendo servicios de salud sexual y reproductiva, desde un enfoque intersectorial y de equidad de género.
- Fortalecer las estrategias escolares para acompañar las trayectorias de madres y padres adolescentes y así evitar el abandono, promover el reingreso y la finalización de sus estudios medios.

Para el abordaje de la prevención del suicidio en la adolescencia

- La detección de conductas autolesivas es siempre una urgencia.
- La mejor forma de detectar si las personas tienen pensamientos suicidas es preguntándolo. Contrariamente a lo establecido en la creencia popular, hablar del suicidio NO provoca actos de autolesión. Por el contrario: permite hablar acerca de los problemas y la ambivalencia con la que están luchando y en muchos casos aliviar al menos momentáneamente la tensión psíquica que constituye la ideación de muerte. El riesgo es justamente que estas ideas permanezcan ocultas.
- Es recomendable que durante la conversación se emplee un lenguaje sencillo y claro y se adopte una actitud de respeto e imparcialidad. Es importante responder con sensibilidad a la revelación de información privada y establecer una relación de confianza para que se expresen.

Para dar respuesta a un intento de suicidio en la adolescencia

- Promover servicios de salud “amigables”, que favorezcan la confianza y la seguridad. Es fundamental la escucha, no intervenir desde la sanción moral, respetar el interés superior de los niños, niñas y adolescentes, así como sus puntos de vista.
- Toda persona que realizó un intento de suicidio tiene derecho a ser atendido y su abordaje debe ser considerado dentro del marco de las políticas de salud y la legislación vigente. El equipo de salud tiene prioridad de asistir a los niños, niñas y adolescentes sin ningún tipo de menoscabo o discriminación.
- El Código Penal no califica al intento de quitarse la vida como delito. Por lo tanto, no se debe denunciar a la policía ni adoptar medidas de encierro por intento de suicidio.
- Es obligatoria la comunicación a la autoridad administrativa de protección de derechos del niño que corresponda en el ámbito local, considerando que el intento de suicidio conforma una vulneración o

amenaza grave de derechos del niño, niña o adolescente (Ley 26061 –arts. 9, 3º párr., 30 y 33). Esto es a los efectos de solicitar medidas de protección integral de derechos que se estimen convenientes.

- En cuanto su estado de conciencia lo permita, deberá obtenerse el consentimiento informado del propio adolescente. Es necesario que tengan oportunidad de exponer sus opiniones libremente y que sean consideradas, debiéndoseles suministrar información sobre su estado de salud, los tratamientos que se propongan y sus efectos y resultados. (Ley 26.529, arts. 2 inc. e), 6; Ley 26.657, art. 10). Los trabajadores de la salud tienen el compromiso de asegurar la confidencialidad de la información médica.

¿Será que nos escuchan esta vez?

3

Los foros representaron para los adolescentes participantes una oportunidad excepcional: la de expresar en voz alta sus opiniones, miedos y esperanzas en relación a temas que los convocan con urgencia pero les resulta muy difícil encarar en conversaciones con adultos.

Lo novedoso es que no solo se trató de una “descarga”: además se les propuso generar propuestas superadoras y elegir entre ellos representantes para que las presenten en un foro posterior frente a las autoridades gubernamentales. Sus palabras elevadas a semillas para el cambio de su realidad, el foro como un genuino ejercicio de su derecho a la participación.

Algunas preguntas sobre embarazo adolescente:

¿Qué métodos anticonceptivos conocen? ¿Qué derechos conocen con respecto a la Educación Sexual Integral? ¿Qué sucede frente a una situación de abuso? ¿Qué creemos y que pensamos acerca de la interrupción legal del embarazo? ¿Cómo lo viven nuestras compañeras y compañeros, amigas y amigos? ¿Cuándo voy a hacer una consulta tengo que decir de qué religión soy? ¿La pastilla del día después es abortiva? ¿Engordan los anticonceptivos? ¿Las hormonas que tienen los anticonceptivos nos hacen mal? ¿Qué opinan de los embarazos no deseados? ¿Si estamos menstruando podemos quedar embarazadas? ¿Cuándo es recomendable empezar a tener relaciones?

Algunas preguntas para abordar el tema del suicidio:

Si la situación que trabajamos la estuvieras viviendo vos o tu mejor amigo/a ¿Cómo actuarías? ¿Pedirías ayuda? ¿A quién? ¿Cómo responden las escuelas que vos conocés cuando pasan estas situaciones? ¿Qué te parece que tendría que hacer la escuela? ¿Qué te parece que tendrían que hacer los hospitales y centros de salud ante estas situaciones? ¿Qué proponés? No fue fácil romper el silencio, pero la necesidad de compartir experiencias personales con pares de otras escuelas y la chance de que lo silenciado en los ámbitos privados se pudiera conversar en un ámbito público y plural, fue motivación suficiente para animarse a aportar lo propio, cercano y conocido.

“Dijo exactamente lo que yo diría... piensa una chica mordisqueándose las uñas. El chico no parece tener nada que ver con ella y sin embargo, las apariencias son engañosas. Se decide. El corazón le late más fuerte cuando se anima a decir que ella opina lo mismo. Varias personas dicen sí, igual, yo también. No están en el desierto, puede que lleguen a algo bueno. Hay que seguir animándose a hablar. Ya son más las miradas atentas, ya se va armando el baile.”

En los grupos fue recurrente el pedido de espacios propios donde se reconozcan sus derechos y se les mire, se les trate y se les piense como ciudadanos y ciudadanas. Espacios en los ámbitos de salud, de recreación, sociales y deportivos.

Este reconocimiento se pide en primera instancia a los adultos dentro de la familia, personas significativas para los y las jóvenes -con quienes no suelen ni pueden conversar sobre estos temas, que resultan un tabú-, a quienes se les reclama que escuchen, que acompañen, que comprendan, que intercedan.

En el sector salud se suma la presencia de **prejuicios** y *ninguneos* que son obstáculos para el acceso, al igual que el no respeto por la **confidencialidad**.

En el sector educativo, valoran a las escuelas medias como espacios posibles para la **intervención** ante situaciones de violencia, con pautas claras, deteniendo situaciones de acoso. Piden más Asesorías, y guarderías para las y los estudiantes que tengan hijos/as para garantizar la continuidad en su trayectoria educativa.

Las situaciones de **violencia escolar y familiar** fueron muy mencionadas, especialmente asociadas a los suicidios e intentos de suicidio. Llama la atención la gran repetición de problemas en la convivencia escolar y entre pares, en los que está presente la mediatización de las redes sociales. La mirada estigmatizante de los/as otros/as, las críticas, las humillaciones y las burlas por ser diferente, la exclusión de los grupos y las dificultades de expresión se ubican como eventos que pueden desencadenar episodios de suicidios, del mismo modo que la soledad, ocultamientos, depresión, angustia y crecientes fenómenos de autolesiones. Es un tema que los preocupa y les interesa.

La **discriminación** y el acoso ante la diversidad en la identidad de género es una situación que se mencionó en todos los foros tanto entre pares, como en el ámbito familiar. Se resalta la necesidad de un cambio cultural especialmente en relación con el reconocimiento de los derechos a elegir su identidad de género sin ser discriminados.

En todos los foros se propuso que se cumpla con la *Educación Sexual Integral (ESI)*, e incluso propusieron que sea una materia con su propio tiempo, objetivos y contenidos curriculares para que no dependa de las decisiones de las autoridades de las escuelas ni de un “profe piola”. En esta línea, también surgió el interés por debatir acerca de la despenalización del aborto mostrando posiciones diferentes pero coincidiendo en la necesidad de hablarlo y problematizarlo.

Otra temática frecuente, como parte de la complejidad de situaciones que viven fue el consumo de sustancias psicoactivas, especialmente del alcohol.

Una cuestión lateral pero no menor, ha sido el pedido de algunos adolescentes de que en próximas instancias se prevea un tiempo para que los que viajan desde otras localidades puedan conocer las ciudades donde se realiza el Foro. Estas actividades de turismo histórico, social y recreativo pueden también pensarse como modos de evitar los fenómenos de *guetificación*, de afianzar las identidades culturales y de respeto por la diversidad. No dejan de ser llamados de atención implícitos que apuntan a la posible necesidad de los y las jóvenes de poder pensarse creciendo en otros lugares, poder pensar que otros futuros son posibles.

.....

Los adolescentes proponen soluciones para su salud sexual integral

Los adolescentes proponen acciones que los involucren. Para prevenir embarazos no deseados apuntan a generar espacios de **confianza y confidencialidad**, que respeten a los y las jóvenes, que no generen temor ni vergüenza. El acceso a los métodos anticonceptivos fue un pedido reiterado, el cual debe comprenderse a la luz de sus testimonios en relación a sus dificultades para entablar diálogo con sus padres, así como de encontrar una respuesta positiva por parte de los centros de salud.

Es novedoso que propongan al club donde asisten como lugar que debe dar respuesta también a esta problemática, que los y las entrenadoras puedan brindar información, lo cual resulta una propuesta interesante para abordar de modo integral la problemática.

Que sea accesible

Los y las jóvenes manifestaron la necesidad de que el área de Salud tome una postura más activa y accesible frente a sus necesidades: que se generen ambientes adecuados y específicos, que los profesionales sean comprensivos y escuchen dedicando tiempo y explicando de tal manera que se entienda. Que capaciten a todo el personal para saber tratar a los adolescentes. Mencionan que es necesario que se atienda a demanda espontánea y que la entrega de preservativos se haga en los espacios que transitan, como los clubes y las escuelas. Cuando se trata de una urgencia, reclaman que la atención sea inmediata y gratuita, que haya asistencia domiciliaria y que los horarios sean acordes a las posibilidades que tienen de concurrir.

Proponen una atención diferenciada para mujeres embarazadas adultas y mujeres embarazadas adolescentes con el objetivo de ofrecerles a éstas espacios de promoción de la salud de ellas y de su hijo o hija (vacunas, etc.). Estos pedidos son más frecuentes en las localidades más aisladas: *“queremos un lugar en el pueblo con un ginecólogo y un psicólogo para hablar y seguir tu proceso.”*

El código civil vigente ya contiene esta situación, por lo que esta demanda de las jóvenes muestra una falta de la institución al no ofrecerlo ni asegurarlo.

Una cuestión a considerar es la propuesta de ser atendidas sin acompañamiento de un adulto.

Que sea constante

Los y las jóvenes promueven la necesidad de un mayor diálogo y comunicación. Subrayan que hay que hablar más y más abiertamente sobre salud sexual integral tanto en el ámbito familiar, donde encuentran muchas dificultades, como en los ámbitos educativos. Proponen regularizar y dar constancia a la educación sexual integral en todos los años y en todos los colegios, desde la escuela primaria, incorporando dinámicas que no aburran y capacitación a los docentes para que puedan dar respuestas a sus preguntas. Hacen hincapié en que no dependa del docente y de su voluntad.

Solicitan que se amplíen las asesorías de salud en las escuelas y que sean de doble turno, con horario y espacio pautado. Sugieren que se organicen charlas semanales en las escuelas con profesionales. Propuestas dirigidas a crear un espacio dentro de la institución escolar para poder tratar esta temática con horarios y espacios pautado.

Que sea verdaderamente integral

También proponen incluir en las consultas en los centros de salud, y en otras actividades como “charlas” para adolescentes (mujeres y varones) otros temas como: las madres primerizas, la autosatisfacción, los anticonceptivos inyectables, las ITS, abortos, abuso sexual.

Que los involucren

Agregan la necesidad de encontrarse con otros jóvenes en espacios intercolegiales y organizarse para profundizar el diálogo a través de actividades conjuntas que incluyan charlas y talleres con voluntarios adolescentes. Queda de manifiesto en este punto la importancia del ámbito educativo en el cotidiano de los y las adolescentes como un espacio de referencia y confianza. La escuela como el lugar donde hay más posibilidad de que los adultos los asesoren y escuchen.

Aunque fue poco tratado, las propuestas para el sector judicial se centraron en los siguientes temas: *“promoción de los derechos y deberes de los adolescentes”, “aborto legal” y “asistencia inmediata de la Justicia en caso de abuso o embarazo no deseado”*.

Propuestas para prevenir las autolesiones, la depresión y los actos suicidas

Al comprender al suicidio como una problemática multicausal, las respuestas requieren ser elaboradas y entendidas de manera integral. Éstas nos permiten comprender el modo de acción que esperan las y los jóvenes: poder hablar, que se sostengan esas acciones, que se actúe tempranamente, y que se garantice el derecho a la salud.

Aumentar los espacios de contención específica

Uno de los pedidos que señala una diferencia concreta importante en la forma de establecer conversaciones para esta generación, es la posibilidad de contactarse a distancia con profesionales, mediante internet. Esto propone una vía novedosa a evaluar, en conjunto con otros medios que ellos y ellas prefieren y dominan, como los mensajes de texto.

Proponen que haya servicios de salud donde recurrir en cada localidad, que sean pensados para ellos y ellas, y que contemplen sus necesidades con una cobertura amplia en el primer nivel de atención. Esto implica incrementar la cantidad de profesionales y los turnos disponibles. En el mismo sentido, se señala el pedido de más asesorías en las escuelas medias, con presencia mensual de los equipos de los Centros de Atención Primaria cercanos.

Se planteó la necesidad de ampliar la oferta de servicios en el campo de la Salud Mental, la promoción y prevención en el tema de suicidio, la atención oportuna y temprana en situaciones evitables.

Vínculos confiables

Se destaca la importancia de la calidad de la atención y humanización del vínculo con el equipo de salud y el respeto irrestricto de la confidencialidad, sobre todo en ciudades chicas porque los y las profesionales de los servicios de salud pueden ser personas conocidas por los adolescentes o su familia.

Espacios para expresarse libremente, también en familia

Otra de sus propuestas es la realización de actividades grupales y artísticas para que los y las jóvenes puedan expresarse. Señalan la necesidad de acciones conjuntas con las familias. Pidieron que se solucionen los problemas anticipadamente con diálogo y que los adultos se involucren, que los motiven para hablar, conozcan sus problemas, los ayuden, los escuchen, y los apoyen.

Ante la dificultad de comunicarse con los padres, los y las adolescentes dejan de manifiesto la importancia de la mediación de la escuela como facilitadora de este vínculo por medio de reuniones, charlas y capacitaciones. Involucrar a los padres para “enseñarles acerca del respeto a los demás”, citarlos a los colegios y hacer actividades donde se hable de estos temas.

En cuanto a las propuestas enfocadas en acciones barriales, mencionaron que haya más lugares con especialistas en los barrios para hablar sobre el tema del suicidio. Crear espacios de contención para adolescentes, dando lugar a diferentes disciplinas deportivas, “habilitando canchas”.

Involucrar a otras instituciones posibles

Tanto las Organizaciones No Gubernamentales como las instituciones religiosas fueron mencionadas en algunos foros como espacios activos donde se pueden realizar actividades grupales que les permitan expresarse. También fueron señaladas como lugares de intervención social o ética (“hacer conciencia”).

Para el ámbito político de Desarrollo Social, las propuestas más destacadas son: *maximizar la respuesta, crear dispositivos específicos para jóvenes, cubrir territorios más amplios y a la población más vulnerable*.

Propuestas para disminuir la violencia

Los y las jóvenes rápidamente asocian las situaciones de violencia escolar y familiar con los suicidios y a los intentos de suicidios.

Convivir con la realidad de la violencia

Llama la atención la gran repetición de problemas en la convivencia escolar, y entre pares, en los que está presente la mediatización de las redes sociales, la mirada estigmatizante de las y los otros, las críticas, las humillaciones y las burlas por ser diferente, la exclusión de los grupos y las dificultades de expresión. Los ubican como eventos que pueden desencadenar episodios de suicidios, del mismo modo que la soledad, los ocultamientos, la depresión, la angustia y los fenómenos crecientes de autolesiones. Los preocupa y les interesa.

En particular la discriminación y el acoso ante **la diversidad en la identidad de género** es una situación que se mencionó en todos los foros tanto entre pares, como en el ámbito educativo y en el familiar. Se resalta la necesidad de un cambio cultural especialmente en relación con el reconocimiento de los derechos a elegir su identidad de género sin ser discriminados.

Adultos y una escuela que protejan

Los y las jóvenes leen una ausencia o ineficacia por parte de las escuelas en el establecimiento de pautas claras que disminuyan la violencia en general. Como propuestas ante las acciones violentas

entre pares en las escuelas expresan que los profesores intercedan, respeten, ayuden y detengan tanto las situaciones de acoso escolar o discriminación como las de violencia contra las mujeres. Proponen reuniones con los directivos, y reconsiderar las regulaciones de las normas de la convivencia escolar (algunos proponen estrategias de diálogo y mediación, otros acciones punitivas de expulsión).

Se interpela fuertemente la función adulta en el ámbito escolar para que puedan responder con capacidad de escucha, sin prejuicios, cuidándolos, demostrando interés por ellos y enseñándoles a cuidar de sí mismos y de los demás. Proponen también incluir materias *“que hablen de temas importantes como sexualidad”*, y acerca de los derechos de los niños, niñas y adolescentes (*“cada uno hace lo que quiere con su cuerpo y con su vida, hay que aprender a respetar”*). Plantearon la obligatoriedad de tratar estos temas en la escuela.

Espacios para reelaborar y reparar

También plantean que se realicen actividades preventivas, que se haga un seguimiento, que los vínculos sean más personalizados y que se motive a los estudiantes a expresarse. Solicitan que se creen espacios expresivos, recreativos y deportivos. Mencionan la importancia de canalizar sentimientos en lo grupal y a través del arte. También encuentros interescolares como experiencias enriquecedoras para disminuir la sensación de soledad ante los problemas.

.....

El texto completo sigue al presente fragmento con la misma numeración.

Se agrega “bis”