

El adolescente y la enfermedad crónica

Psic. Cliserio Rojas Santes

psicrojas@hotmail.com

Vivir la adolescencia es un proceso de desarrollo y es, por sí mismo, estresante. Dejar el mundo de la niñez para pasar al mundo adulto a muchos les resulta muy frustrante o es motivo de desilusión. Si a esto le aunamos una enfermedad, claro que se complica aún más el desarrollo del adolescente. El trastorno crónico, las exigencias del tratamiento, las hospitalizaciones y la cirugía (cuando es necesaria), intensifican la preocupación en torno al aspecto físico, interfieren con el sentimiento de independencia y perturban las relaciones cambiantes con padres y amigos. Además, los problemas de desarrollo del adolescente complican la transición del joven hacia la toma de responsabilidad para controlar su enfermedad y aprender a respetar el tratamiento recomendado.

Complicaciones de desarrollo por enfermedades crónicas

Los adolescentes que enfrentan enfermedades crónicas son más propensos a experimentar mayores preocupaciones y temores cuando todo lo que conlleva su enfermedad entra en conflicto con:

La imagen corporal

Es perfectamente normal que el adolescente tenga especial atención a su cuerpo y los cambios que se van dando; en algunos, la enfermedad crónica puede intensificar las preocupaciones con temores o distorsiones relacionados con la enfermedad (por ejemplo, catéter en la insuficiencia renal o el temor a una cicatriz tras la cirugía que afecte su atractivo).

La lucha por la autonomía

La enfermedad crónica supone en la mayoría de los casos una dependencia de los padres, pues son ellos quienes se entienden con los médicos y los tratamientos; además, en los padres queda un dejo del niño al que protegían, el adolescente quiere depender cada vez menos de ellos. Generalmente, los padres de un adolescente con enfermedad crónica se oponen a los esfuerzos de su hijo por actuar de manera independiente.

Las relaciones con los amigos de la misma edad

Las enfermedades crónicas y el tratamiento a menudo interfieren con el tiempo que el adolescente tiene para socializar con sus amigos, hermanos o incluso en algunos casos también se alejan de su ambiente escolar. Algunos sienten como esos amigos se alejan poco a poco y esto les afecta en su autoestima y seguridad.

Relaciones afectivas

Otras relaciones, que también son muy importantes en esta etapa, son las relacionadas con el plano afectivo: es la edad en que el individuo va haciéndose capaz de reconocer el amor en otra persona y eso ilusiona a cualquiera, pero también lo desilusiona, pues es el empezar a ganar y equivocarse en cuestiones del amor. La enfermedad crónica es un reto para la aceptación personal, e ir aceptando también lo que la vida nos ofrece.

El uso del tiempo libre

Cuando se vive con una enfermedad crónica, muchas veces se piensa en lo que no se puede hacer; en la mayoría de los adolescentes, se prende la llama de querer vivir muchas cosas que sus amigos o hermanos están viviendo (antros, tardeadas, viajes, paseos, etcétera). En la medida de lo posible y salvaguardando la seguridad del adolescente, es bueno que pueda disfrutar del tiempo en que no está en tratamiento u hospitalizado.

La enfermedad en la adolescencia no es una limitante por la edad de la vida, sino que es sano comprender que se necesita vivir con las condiciones como cualquier chico sano: límites, aprendizajes, reflexiones, guías, etcétera, sin pretender controlarlo demasiado, ni dejarlo en total libertad. Ser compañeros y compartir con ellos lo que la vida les ofrece.

Recomendaciones generales para los padres

- Intente que su hijo pase la mayor cantidad de tiempo posible con sus amigos.
- Analice qué cosas compartir con los amigos.
- Ayude al adolescente a encontrar formas de responder a las bromas de sus pares.
- Fomente el buen humor.
- Estimule y ayude a los amigos a brindarle apoyo.
- Estimule a los adolescentes a compartir sus preocupaciones relacionadas con el cuerpo y con el modo en que se verá afectado por la enfermedad o el tratamiento.
- Bríndele información sobre los efectos físicos previstos de los medicamentos y el tratamiento. Fomente la discusión sobre las formas de reducir o sobrellevar estos efectos.
- Incluya al adolescente en las discusiones relacionadas con la salud (es decir, preocupaciones actuales sobre su enfermedad o elecciones de tratamiento).
- Enséñele todo lo necesario para que, en lo posible, pueda cuidarse solo.
- Estimúlelo para que se haga cargo de las necesidades de su tratamiento tanto como sea posible.
- Intente desarrollar en el adolescente la habilidad para sobrellevar los problemas o las preocupaciones que pudieran surgir en relación con la enfermedad.