

Los padres para recibir de ellos protección y guía y es posible que pase por fases de dependencia regresiva cuando se recupera de una derrota o una decepción.

Los tres subperíodos de la adolescencia

Para poner algún orden en la descripción y el estudio de la dinámica de este dilatado período, lo dividiremos en tres subperíodos. Sin embargo, estas divisiones no pueden considerarse como separaciones tajantes, porque los adolescentes varían considerablemente en el tiempo y el modo de elaborar los diversos aspectos de la adolescencia. Es evidente que el pubescente de doce años difiere notablemente del estudiante universitario, pero varía mucho la forma como se pasa de una fase a otra. Es bastante corriente considerar aparte la preparación prepuberal, dejándola fuera de la adolescencia, y dividir luego la adolescencia propiamente dicha en fase inicial y fase final, pero nosotros estableceremos una división diferente. Pueden considerarse tres fases que se traslapan entre sí. La *adolescencia inicial* comprende la fase prepuberal, cuando el rápido aumento de la talla inicia los cambios en el desarrollo y el principio de la pubertad, que no provoca, en general, un marcado cambio de orientación. Al principio, el niño continúa siguiendo muchas formas de conducta establecidas previamente, permaneciendo en su grupo unisexual y teniendo en gran parte el centro de su vida en el hogar. Luego, unos doce o dieciocho meses después de la pubescencia, se establece un período de expansión, la *adolescencia media*, en el que la orientación al sexo opuesto disuelve los grupos de un solo sexo y las amistades íntimas. Es entonces cuando puede empezar el período de rebelión y de conformidad, tan característico de la adolescencia. Rebelión contra las órdenes de los padres y los adultos y conformidad a las normas, a las exigencias de lealtad y a la ideología del grupo de compañeros. Hay a menudo un comienzo de exploración sexual, que muchas veces, se orienta, más a romper inhibiciones y ensayar las propias posibilidades que a un interés por la intimidad. El amor y el sexo pueden continuar separados. Se abren nuevos horizontes que el muchacho desea explorar. Es también una época de notable ambivalencia y cambios de humor. Tarde o temprano llega un período de delimitación, la *adolescencia final*, en la que el joven se ocupa de las tareas tangibles de enfrentarse con su porvenir.

El muchacho piensa en su carrera y la muchacha más posiblemente, en encontrar al que habrá de ser su esposo. La reorganización de la adolescencia llega a su fin; se aceptan las limitaciones y puede ser bien acogida la orientación. El período de la adolescencia final conduce al individuo a elegir profesión y conyuge, lo que consolida la identidad del yo y la capacidad para la intimidad. Aunque estos problemas corresponden parcialmente a la adolescencia, reservamos su estudio para el capítulo dedicado al adulto joven.

ADOLESCENCIA INICIAL

La gradual progresión del niño hacia la madurez e independencia está alterada por la brusca transformación de la pubertad que cambia las características físicas, los impulsos, la capacidad intelectual y el medio social y requiere una profunda reorganización intrapsíquica. El niño se siente impulsado a convertirse en adulto por el cambio de tamaño y forma que observa en su cuerpo. Debe enfrentarse con nuevas presiones interiores que originan extraños sentimientos y afanes. Se encuentra, además, con una impulsividad y una fuerza irracional para cuyo manejo el niño ha tenido poca experiencia; pero que debe afrontar por sí solo, porque se trata de cuestiones muy personales, que se refieren a la relación con los padres y le incitan a romper su apego por ellos. Es una metamorfosis que conduce a una nueva y definitiva diferenciación física entre los sexos, aumenta la atracción entre ellos y prepara al individuo para que busque un nuevo tipo de intimidad y satisfacción que ha de ser un elemento clave para la felicidad y un incentivo para la motivación.

El estirón prepuberal

El reajuste se inicia incluso antes de la pubescencia, cuando el gradual incremento de la talla y el peso, que prevalecía desde la edad de dos años, se trueca en un ritmo acelerado. El niño aumentaba hasta entonces, aproximadamente, de 1800 a 2700 gramos por año; pero unos dos años antes del inicio de la pubertad, las niñas empiezan a aumentar unos 5 kg de peso y unos 7'5 ó 10 cm de talla por año y los niños unos 5 ó 6 kg de peso y cerca de 10 ó 12 centímetros de talla,

... en la adquisición de la independencia y la autonomía de la vida sexual. En esta etapa se produce la maduración de los caracteres sexuales secundarios, como el crecimiento de los pechos y la aparición de la menstruación. El proceso de maduración sexual es un proceso gradual que puede durar varios años. Durante este tiempo, el cuerpo experimenta cambios físicos y psicológicos que preparan al individuo para la vida adulta.

Cambios en los hábitos de vida y en el comportamiento

... en la adquisición de la independencia y la autonomía de la vida sexual. En esta etapa se produce la maduración de los caracteres sexuales secundarios, como el crecimiento de los pechos y la aparición de la menstruación. El proceso de maduración sexual es un proceso gradual que puede durar varios años. Durante este tiempo, el cuerpo experimenta cambios físicos y psicológicos que preparan al individuo para la vida adulta.

La pubertad en la muchacha

En el sexo femenino, la adolescencia empieza propiamente con el aumento de volumen de los ovarios y la maduración de uno de los folículos de Graaf, que luego producirá un óvulo. Pero las primeras manifestaciones visibles consisten en la elevación de la areola que circunda el pezón, formando una pequeña protuberancia cónica y el redondeamiento de las caderas, debido al ensanchamiento de la pelvis ósea y la deposición de tejido graso subcutáneo. También las mamas se agrandan por la deposición de grasa y luego por el desarrollo de las glándulas y sus conductos. Las piernas se alargan, modificando las proporciones del cuerpo y los muslos se aproximan entre sí. Durante la adolescencia media y la adolescencia final, aparecen pelos en el pubis y en las axilas, los labios vulvares y el clítoris se desarrollan y este último órgano se hace erétil. Las secreciones cutáneas cambian; se vuelven más sebáceas y contribuyen al desarrollo de acné, plaga de la mayoría de adolescentes. Las glándulas sudoríparas son hiperactivas, con la consiguiente hipohidrosis, originando un olor de sudor que puede preocupar a la muchacha, especialmente cuando empieza a reunirse con chicos. Aunque en apariencia triviales, el acné y la excesiva sudoración son a veces motivo de grave preocupación para los adolescentes de ambos sexos.

Poco después de los primeros cambios físicos, la muchacha empieza a menstruar y se siente mujer. Unas pocas excreciones sanguinolentas, muy escasas, apenas perceptibles, pueden preceder a la menarquía y las reglas pueden ser escasas e irregulares en el primer año. Estos primeros períodos no van acompañados de ovulación y raramente es

capaz de concebir la muchacha durante uno o dos años después de la instauración de las reglas. Por lo general, lo que mayormente trastorna o satisface a la muchacha es más bien el inicio de la menstruación que los profundos cambios que se producen en su aspecto. Aunque, en la actualidad, la mayoría de niñas están preparadas por sus padres para la menarquía, muchas veces, la información que les dan es equivocada y no es raro encontrar algunas que se sorprenden y aterrorizan por la pérdida de sangre y las hay que ocultan el hecho creyendo que es el anuncio de una terrible enfermedad o consecuencias de la masturbación. Claro está que, a pesar de todas las precauciones, una muchacha puede sentirse muy afectada cuando por la primera regla se mancha el vestido en la escuela o caen gotas de sangre en el suelo mientras se halla en una reunión. La menarquía es un momento crítico en la vida de una muchacha y la frecuencia de las alteraciones de la menstruación por causas de origen afectivo nos muestra que a menudo es origen de grandes trastornos emocionales. Ordinariamente se procura preparar a la niña de modo que se sienta luego orgullosa de ser mujer y de poseer órganos que la capacitan para ser madre. En algunas escuelas, se instruye a las niñas prepuberales sobre la significación y la fisiología de la menstruación, porque se ha comprobado que muchas madres están insuficientemente informadas o se encuentran emocionalmente bloqueadas, lo que las incapacita para comunicar a sus hijas los conocimientos convenientes. El término corrientemente usado en Inglaterra por las mujeres para designar familiarmente las reglas (*the curse*, la plaga, la maldita), tiende a dar la impresión, aunque se diga un poco en broma, de que la menstruación es un símbolo de las cargas impuestas a la mujer y de su situación inferior. Sin embargo, a pesar de tales sentimientos, también es la menstruación un importante signo de la condición de mujer. Estudiando el autor un grupo de mujeres que tenían un síndrome pseudohermafrodita virilizante, en los tiempos en que se empezaba a tratar este estado con cortisona, le pareció muy interesante observar que estas mujeres, que no tenían mamas desarrolladas ni ninguna característica femenina secundaria, que tenían una piel muy pigmentada (lo cual les daba una apariencia algo negroide), expresaban su esperanza de que el nuevo tratamiento les daría la capacidad de menstruar, aunque no obtuvieran ningún otro beneficio.

La menarquía y también en algunos casos cada regla sucesiva reaviva la profunda insatisfacción y preocupación de la muchacha por su sexo.

La inicial idea infantil de que la madre ha privado de pene a la niña puede volver a presentarse en la conciencia. La secreta fantasía de ser realmente un chico, que aparece con mayor o menor intensidad en muchas niñas, se encuentra entonces negada por la cruda realidad³. Algunas muchachas están tan bloqueadas por el sentimiento de estar físicamente disminuidas que no quieren enterarse de las cuestiones relativas a su sexo y a los órganos sexuales correspondientes y muchas mujeres continúan hallándose en una profunda ignorancia de su propio cuerpo, incluso después de casarse y haber tenido descendencia.

Acceptación de la femineidad

La forma como la muchacha acepta los cambios que se han producido en su físico y el hecho de la menstruación depende, naturalmente, de la estabilidad de su identidad de sexo y de la firmeza con que los padres la han tratado según el sexo adecuado durante los primeros años de la vida. Depende también de haber pasado el período edípico de un modo positivo, que conduzca a una sólida identificación con la madre, y de la identificación con el grupo alcanzada en el período de latencia. Pero en la adolescencia inicial, cuando se acostumbra a sentirse a gusto con su cuerpo femenino y el rol que le corresponde en la sociedad, la actitud de los padres tiene especial importancia; no sólo la actitud frente a la hija, sino la actitud de cada uno de ellos respecto del otro. Si la madre, además de aceptar su vida como mujer, se realiza completamente en esta condición suya de mujer, la hija puede felicitarse de los signos indicativos de que ya es mujer y se siente segura de que será amada y deseada como tal. A pesar de que la muchacha no se sentirá ahora tan sujeta y limitada a causa de su sexo como en otros tiempos, puede estar resentida por la mayor libertad que tiene el chico para explorar su mundo y porque se espera de ella que sea una buena ama de casa y sepa cuidar a los hijos. Todavía hay muchachas y mucheres que se sienten disgustadas porque tienen la impresión de que

3. Una joven, a la que nos hemos referido anteriormente, gravemente enferma de colitis ulcerosa, afirmaba que la menarquía constituyó para ella un traumatismo que no había podido asimilar nunca. Durante gran parte de la infancia había querido ser una especie de camarada de su padre e insistía en que era realmente un chico; si era una niña, se debía únicamente a que su madre la vestía como tal. La menarquía, finalmente, la hizo capitular, pero sintió una amarga hostilidad contra la madre, por haberla hecho niña. Posteriormente, consiguió llegar a una solución de compromiso con su sexualidad y superó sus sentimientos respecto de su madre haciéndose monja.

una persona sin pene no es nada. Aunque los cambios que se han producido en la cultura han modificado considerablemente el rol de la mujer en la sociedad, dándole ventajas sobre el hombre en ciertas áreas, ha disminuido también la tendencia a una fatalista e inconsciente aceptación de ser un miembro del «sexo débil» y ha quedado abierto el camino a una más consciente ambivalencia y a esfuerzos, que se aceptan más favorablemente, orientados a desempeñar papeles masculinos en la vida.

Aun cuando estas potenciales insatisfacciones por ser mujer pueden existir, quedan por lo general oscurecidas por la satisfacción que siente la adolescente por su nueva posición como mujer, por la adquisición de un físico que atrae la atención y la capacidad de tener hijos. Si bien no posee un pene, puede poseer un cuerpo de atrayente aspecto, que empieza a acicalar con un inconsciente narcisismo compensador. Comienza a estar motivada por la expectativa de tener un hijo, especialmente de sexo masculino, en algún momento del futuro. Aunque probablemente toda muchacha lamenta más o menos ser del sexo femenino y necesita hallar la manera de aceptar el hecho y encontrar algún medio de compensar su privación de masculinidad, que tan profunda influencia ejerce sobre la constitución de su psique, la mayoría reconocen algunas de las ventajas que les proporciona su condición de mujer y encuentran satisfacción construyendo sobre la base de estos potenciales aspectos positivos. En estos últimos años, muchos psicoanalistas han comprobado que no pocos hombres tienen profundos, pero aún más ocultos deseos de ser mujer en lugar de hombre, y en el pasado decenio el vestido y la conducta de muchos adolescentes ha mostrado claramente la existencia de este deseo⁴.

Influencia del ciclo menstrual

Con la menarquía, la muchacha se halla bajo una nueva influencia, que es a menudo enigmática tanto para ella como para los que con ella conviven. Las modificaciones cíclicas que se producen cada mes en el equilibrio hormonal influyen, directa o indirectamente, en su estado

4. En general, se considera tolerable que una mujer dese ser hombre, pero se tiene por vergonzoso que un hombre dese ser mujer. Sin embargo, son más los hombres que quieren ser convertidos operativamente en mujeres que viceversa. Los indios «plains» institucionalizaron los «berdaches», hombres que vivían como mujeres, pero eran muy valientes en la guerra como miembros de las sociedades de «los caballos locos».