



Cursos para padres de adolescentes

Dr. José P. Valdés

Pediatra y director del Curso para Padres de Adolescentes

El XIII Curso de Formación para Padres de Adolescentes se celebró en el Auditorio del Colegio Oficial de Médicos de Alicante el pasado 16 de noviembre. Una formación de reconocido prestigio en la provincia, con una historia que abarca las últimas tres décadas. La edición de este 2024 ha dado las claves a progenitores y docentes en temáticas tan relevantes como la sexualidad en adolescentes; la importancia de los hábitos de salud; el cerebro adolescente; o el abordaje de cómo les hemos cambiado la vida con las tecnologías. Organizado por la Asociación de Pediatría Extrahospitalaria de la Provincia de Alicante (APEPA) y el Colegio de Médicos, con la colaboración de la Sociedad Valenciana de Pediatría y la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia. Los ponentes, prestigiosos especialistas en sus respectivas materias, han ofrecido una valiosa formación a todos los asistentes a este curso, gratuito y abierto a toda la sociedad.

“; Huy...éstos si que son peores !... ¿ Qué miedo no ? ... No sé si estoy preparada para “ éso “...”

Éstas son frases sacadas de la consulta de lo que piensan algunos padres cuando ven venir la adolescencia de sus hijos. Es decir, se vive la adolescencia como un problema. Y por muy tormentoso que sea el recorrido, no deja de ser una etapa más del desarrollo humano por la que todos hemos pasado, y que la mayoría de las veces se consigue sortear sin graves consecuencias.

Éste es el motivo principal de los cursos: aprender a conocer al adolescente. Si comprendemos sus comportamientos mejoraremos la convivencia y amortiguaremos parte del estrés que les viene por todos lados (drásticos cambios

de imagen, exigencias escolares, falta de sueño, necesidades sociales,...internet), y que contribuye a que las enfermedades mentales sean las enfermedades crónicas más frecuentes a estas edades. Lo más importante que tienen es su familia (ellos no lo van a admitir en casa, pero nos lo dicen todos los estudios de población adolescente). La siguen necesitando. De una forma diferente, pero deben saber que sus padres siguen presentes con el ejemplo, los límites contra los que aprender a crecer... y el amor incondicional. La frase de Pepa Horno lo resume todo: “necesitan personas que sean firmes y que sean tiernas”.

La Medicina de la Adolescencia avanza muy despacio, sobre todo en lo que a aspectos preventivos se refiere. Así que otro objetivo importante de los cursos es que los padres sepan cómo manejarse cuando aparezcan los problemas, lo que nos permitirá a los médicos llegar a tiempo y ser más eficaces en el tratamiento. Algo de



lo que se habla poco es que los tumores son la primera causa de mortalidad de los 10 a los 14 años y comparten el primer puesto con el suicidio y los accidentes, entre jóvenes de 15 a 19 años. Todo psicológico y emocional en la adolescencia no es, y mientras mejoramos su asistencia sanitaria, la opinión de unos padres sensibilizados sobre lo que es normal y no lo es, puede ser de gran ayuda.

Se trata, pues, de una actividad organizada por los médicos, sin otras ayudas comerciales ni institucionales y ofrecida a la población con la garantía de ser una información profesional y fiable, lo que también ayuda a mejorar la imagen de la Medicina ante la sociedad. Los padres, capaces de aguantar una jornada de diez horas, lo reconocen en las encuestas:

“ Sólo puedo darles las gracias y enhorabuena por esta iniciativa “

“ Ha sido una maravilla poder conocer a estos ponentes “

“ Mantener el excelente nivel... ; Continúen con los cursos!...”

En la presente edición cumplíamos 30 años desde que los iniciamos, y esta gratitud, la confianza que las familias nos han mostrado, han sido el principal estímulo para seguir adelante.

No tengo dudas de que es una importante labor social del Colegio de Médicos y un reto de futuro para mis compañeros pediatras, que debe seguir teniendo continuidad.