



## Guía de actividades preventivas del adolescente

Grupo de Estudio del Adolescente Sociedad Andaluza de Medicina Familiar y Comunitaria

### PRÓLOGO

Longitudinalidad ... uno de los principios de la Medicina de Familia en nuestra tarea en atención primaria, algo que nos enriquece en nuestro trabajo cada día, siendo un privilegio de nuestra especialidad, que nos hace ser los únicos especialistas en medicina, que nos permite ver a las personas que atendemos desde que nacen hasta que dejan su existencia terrenal, abarcando todas sus etapas vitales y brindándonos la posibilidad como médicos de poder intervenir en todas sus diferentes necesidades. Podemos actuar de forma preventiva en su futura salud en la etapa adulta, en aquellos factores modificables y en los que como médicos de familia podemos intervenir previniendo patologías y situaciones en el desarrollo, que pueden marcarle tanto esa época adolescente como en su plenitud.

Los médicos de familia normalmente atendemos a nuestros usuarios desde los 14 años, y en determinadas zonas, de ámbito rural, desde la edad pediátrica, y actualmente por la situación de cobertura, muchos médicos de familia realizan atención de pediatría en muchos centros de salud de nuestra comunidad. Por todo ello, ahora más que nunca, tenemos una importante función en esa difícil época que supone la adolescencia de nuestros pacientes. Etapa del ciclo vital que determina como puede ser su futuro, que hace que su salud y su felicidad como personas depare una madurez más o menos satisfactoria. Tenemos en nuestras manos esa posibilidad de orientarlos para que su salud global sea más plena, que puedan prevenir patología cardiovascular con cambios en los hábitos de vida que puedan resultarles perjudiciales, que puedan evitar patologías infecciosas graves con adecuada profilaxis vacunal, que los riesgos de las adicciones tanto a tóxicos como a las redes sociales sean evitables, podemos orientar a que su salud mental, su salud sexual, y su convivencia en la sociedad se desarrolle de una manera mas personal y libre de problemas y riesgos, que conduzcan a tener adolescentes sanos y sobre todo, sean conscientes de la importancia de salud. Tener adolescentes sanos significa tener una sociedad futura sana.

Ahora tienes en tus manos este maravilloso recurso para que llevemos a cabo esta tarea, esta "Guía de actividades preventivas del adolescente", documento elaborado gracias al arduo trabajo y a la labor de meses, del grupo de estudio del adolescente de nuestra Sociedad Andaluza de Medicina familiar y Comunitaria (SAMFyC). Documento de alta calidad científica y realizado por médicos de familia de "trinchera diaria", y estructurado de forma practica y funcional para que te sea útil y asequible desde el primer momento, aprovechable desde consulta y

que abarca los distintos aspectos básicos en la prevención de problemas de salud en esta etapa como es la adolescencia. Con esta herramienta podrás perfeccionar tus conocimientos para atender a tus adolescentes en consulta, como ayudarles a prevenir estos problemas de salud, siguiendo grados de evidencia científica en las recomendaciones generales en cada uno de los capítulos, repasando desde las recomendaciones en hábitos y estilos de vida, salud sexual, cribados necesarios en esta etapa, atención en el básico aspecto de su salud mental y prevención de la mayor causa de mortalidad en adolescentes como es el suicidio, revisarás sus problemas de convivencia social, en temas de tanta actualidad como la violencia entre y contra menores y de género, o el acoso escolar, las conductas adictivas en el uso de internet y estrategias que ayuden en la prevención de todos estos problemas de salud.

Desde la SAMFyC, estamos orgullosos del trabajo que realiza nuestro grupo de estudio del adolescente, no solo en esta guía que vas a explorar, sino con todas las actividades formativas que desarrollan en el marco de nuestra sociedad, y que contribuyen a mejorar nuestra competencia como médicos de familia. Equipo que capitanean Francisco Javier y Alejandro, pero en el que juegan importante labor todos sus miembros, y que, desde aquí nuestro aplauso y agradecimiento a Celia, Carmen, Idoia, Guillermo, José, Inmaculada, María Ángeles, Sara, Pilar y Nuria. Muchas gracias equipo en nombre de todos los médicos de familia que disfrutaremos con vuestras enseñanzas en esta obra, que tanto esfuerzo os ha supuesto y que tanto rendimiento esperamos alcanzar todos vuestros lectores.

*“Los buenos hábitos formados en la juventud marcan toda la diferencia” (Aristóteles)*

*“Sé fiel a los sueños de tu juventud” (Friedrich Schiller)*

Jesús Pardo Álvarez  
Presidente SAMFyC