CARTAS DEL FORUM 9

Lo que la evaluación silencia: la infancia bajo control

Sevilla 24/05/2012

"*Verificar el hecho, he aquí la derrota política de la verdad en la experiencia humana*".
Jorge Alemán, *Lacan, la política en cuestión…*, Grama, 2010, p. 33.

LOS PORQUÉS DEL ADOLESCENTE

Se levantan tarde, comen a deshoras, lo cuestionan todo, pasan de la apatía a la ira en segundos¿ Son los adolescentes. Convivir con ellos no suele ser fácil, pero conocer los profundos cambios físicos, psíquicos y sociales que experimentan y cómo les afectan puede ayudar a entenderlos mejor.

Por Mayte Rius
(Diario La Vanguardia, Suplemento ES 18/05/2012)

¿Por qué quieren dormir hasta tarde?

Una queja frecuente de los padres sobre sus hijos adolescentes es que siempre les parece pronto para acostarse y pronto para levantarse. "Se queda despierto hasta las tantas y por la mañana no hay quien le levante", se lamentan. Núria Curell, pediatra y responsable de la unidad de adolescentes de USP Dexeus, explica que el reloj del sueño se retrasa en la adolescencia. Hay estudios que prueban que la melatonina, la hormona que induce el sueño, se segrega cada vez más tarde a partir de la pubertad y por eso muchos chavales tienen problemas para conciliar el sueño si se van pronto a la cama. Y van retrasando la hora de acostarse sin poder posponer la de levantarse, lo que hace que duerman poco, que acumulen cansancio –y con frecuencia irritabilidad–, y que a muchos les resulte duro despertarse.

También influyen factores medioambientales. Es frecuente que los adolescentes pasen muchas horas ante el ordenador y las videoconsolas, con luz artificial, y eso disminuye la cantidad de melatonina segregada, así que no sienten la necesidad de ir a dormir.

¿Por qué comen de forma impulsiva o a deshoras?

"Puede tomarse un paquete entero de galletas sin pestañear". "Se acaba la caja de cereales en dos meriendas". "No puede pasar por la cocina sin abrir la despensa o la nevera en busca de algo para picotear, aunque acabemos de comer". "Come más que su padre". "Se bebe dos litros de refresco de una sentada". Estas frases dan muestra de algunos de los anárquicos y con frecuencia impulsivos hábitos alimentarios que caracterizan a muchos adolescentes. El apetito desmesurado y la ingesta de alimentos de preparación sencilla, consumo fácil y saciedad inmediata es un rasgo muy típico de esta etapa. La doctora Curell explica que en la adolescencia se realiza aproximadamente el 25% del crecimiento total –con estirones de 8-12 centímetros al año en la etapa puberal– y se gana el 40% o 50% del peso definitivo. "Hay un incremento muy importante de la masa corporal en esa etapa; los chicos duplican su masa muscular y las chicas su tejido adiposo, así que aumentan sus necesidades energéticas y es normal que tengan mucho más apetito", comenta. Y precisa que, de media, las chicas pasan de necesitar 2.071 calorías a los 9-13 años, a requerir más de 2.300 a los 14-18, y los chicos de 2.200, a más de 3.100. "Tienen hambre y el cuerpo les pide energía, hidratos de carbono y azúcar, y se inflan de cereales y cosas así", señala. Y es esa gran necesidad de energía la que provoca que estén queriendo comer casi constantemente. Los especialistas aseguran que los adolescentes necesitan un aporte extra de algunos nutrientes, como calcio, hierro, zinc o magnesio. "En torno al 45% de la masa ósea de un adulto se forma en la adolescencia, así que necesitan mucho calcio y ejercicio físico para estimular el crecimiento de los huesos y fortalecerlos", apuntan. A este respecto, Curell alerta sobre el consumo de refrescos con gas, muy habitual a esas edades: "El ácido carbónico dificulta la absorción del calcio, así que si abusan de esas bebidas pueden tener problemas de densidad ósea".

También es frecuente que los adolescentes estén faltos de hierro debido al aumento de su masa muscular y de su volumen sanguíneo, por lo que necesitan tomar alimentos ricos en este micromineral (verduras verdes, carne magra, frutos secos…) para evitar problemas de cansancio, de bajo rendimiento escolar o mareos, más frecuentes en las chicas debido a la menstruación pero que también afectan a los varones.

También están más expuestos a modas alimenticias pasajeras, suelen saltarse algunas comidas (muchos el desayuno, porque se levantan dormidos y con la hora justa para ir al instituto) y desarrollan hábitos alimenticios irregulares, ya que comienzan a salir más con amigos y comen snacks, fast food y refrescos con mayor frecuencia. Y como también empiezan a quedarse solos en casa, eligen comidas de preparación sencilla y consumo fácil, como hamburguesas o bocadillos, y abusan de chuches y precocinados, perjudiciales por su alto contenido en colorantes y aditivos. Estos desequilibrios pueden contribuir a la sensación de cansancio que muestran algunos, aunque el riesgo más grave es que la preocupación por su

cuerpo y por agradar a los demás, unida a desequilibrios emocionales o falta de autoestima, desencadenen trastornos como anorexia o bulimia.

¿Por qué son destartalados?

"Uno diría que hasta le cuesta andar"; "está muy torpe, se le caen las cosas de las manos". La transformación física que viven los adolescentes es tremenda: crecen mucho (y no siempre de forma armónica), a las chicas les crecen las mamas, ellos se vuelven peludos, se ensanchan las caderas, la cara se llena de granos… "Son muchos cambios y muy rápidos; crecen a estirones, primero las piernas y al cabo de un tiempo el tronco, y no es fácil acostumbrarse al nuevo tamaño ni la nueva fuerza; es como cuando cambias de coche, de ordenador o de cubiertos, que no los manejas igual, que los movimientos han de ser controlados y reajustados por las neuronas y se necesita un periodo de adaptación", justifica Manuel J. Castillo, catedrático de Fisiología Médica en la Universidad de Granada.

¿Por qué pasan tantas horas en el baño o ante el espejo?

Además de acostumbrarse a su nuevo aspecto físico, el adolescente necesita aceptarlo, asumir su nueva talla, su nuevo peso, sus nuevas facciones. Y en esa opinión pesa mucho la aceptación y valoración que recibe de sus amigos y las parejas potenciales. "El niño se valora por reflejo de quienes le quieren, se mira en el espejo de los padres y de los profesores, que son un entorno poco crítico; en cambio, el adolescente se mira en el espejo de sus compañeros y compañeras, que le pueden ver con aprecio o sin él, así que le importa mucho su aspecto y se esfuerza por cuidarlo para ser aceptado y admirado", explica Castillo. Y añade que, para conseguirlo, pone en marcha un proceso de ensayo y error sobre su peinado, su ropa, su forma de moverse, su agilidad, su musculatura… que a menudo se traduce en horas de pose ante el espejo. Susana Cañamares, psicóloga de la unidad de adolescentes de USP Dexeus, asegura que "los adolescentes muestran una preocupación excesiva por su cuerpo porque no se reconocen; se miran y dicen ¿quién soy?, y no siempre se gustan". Y añade que el hecho de encerrarse horas en el baño también tiene que ver con la necesidad que sienten de distanciarse y aislarse de los padres, así como de descubrir su cuerpo y su sexualidad.

¿Por qué se aíslan en su habitación?

"Se pasa el día encerrado en su cuarto, en su mundo, y no quiere saber nada del resto". "Se pone los cascos con su música y olvídate de que existe". El aislamiento del resto de la familia es uno de los rasgos comunes de los adolescentes. "El día que encuentras la puerta de la habitación de tu hijo cerrada es que ha entrado en la adolescencia", indica la psicóloga Susana Cañamares. Los pediatras Gloria Cabezuelo y Pedro Frontera, autores de El desarrollo psicomotor. Desde la infancia hasta la adolescencia (Narcea Ediciones), explican que "hay un periodo de introspección y timidez, sobre todo en la adolescencia temprana y media, en el que se ensimisman, pasan horas en su cuarto y reflexionan sobre sus cambios y experiencias para conocerse mejor; y pueden resultar hoscos e insociables si creen que los padres se meten en sus cosas". Mario Izcovich, responsable del grupo de investigación en adolescencia del Col.legi de Psicòlegs de Catalunya, explica en su libro Tiempo de transformación (12-15 años) (Síntesis), que en esta etapa los hijos se recluyen en su habitación para establecer límites claros de separación de sus padres, porque psicológicamente necesitan diferenciarse de ellos para iniciar su propio camino, para definir y reafirmar su personalidad, y a veces precisan evidenciar físicamente ese distanciamiento.

¿Por qué dan golpes y portazos?

"El adolescente tiene una gran energía vital, y la manifiesta dando saltos y portazos, gritando, bailando con la música a toda pastilla o haciendo deporte hasta la extenuación; siempre tiene prisa, horarios anárquicos, come rápidamente y se levanta antes de que los demás acaben porque ha quedado o tiene cosas que hacer…". La descripción de los doctores Cabezuelo y Frontera resume bastante la experiencia de muchos padres de adolescentes, que con frecuencia se quejan de una convivencia "imposible". El psicólogo y psicoanalista Mario Izcovich asegura que esta rebeldía, este negativismo hacia todo lo que tenga relación con los padres –sea ordenar la habitación, ducharse o hacer las tareas escolares–, es una forma de decir "aquí estoy yo", porque construyen su personalidad por oposición y negación del otro. "En otras épocas se relacionaba la rebeldía con una ruptura ideológica respecto a los padres, con la reclamación de libertad, pero hoy no hay tanta rebeldía ideológica, es más la oposición por oposición para diferenciarse; algunos la manifiestan a gritos, otros con pasotismo o no hablando, porque no todos los adolescentes ni adolescencias son iguales", comenta.

Manuel J. Castillo cree que también hay causas físicas en este gritar y tratar de imponerse a los padres: "Se sienten grandes, más fuertes y con más argumentos, y su cerebro es más impulsivo, quieren conseguir lo que desean a cualquier precio y tienen menos desarrollado el freno a las respuestas inapropiadas". Y comenta que las resonancias magnéticas muestran que a esas edades hay menos actividad en las zonas del cerebro que modulan los impulsos y controlan el no hacer lo que a uno le apetece en cada momento.

FORUM 3

Lo que la evaluación silencia:
la infancia bajo control

¿Por qué son tan impulsivos e impacientes?

El catedrático de Fisiología de la Universidad de Granada vincula la impulsividad de los adolescentes con sus alteraciones hormonales, que les hacen más arriesgados, con menor capacidad para prever las consecuencias de sus acciones. Explica que los mayores niveles de testosterona y estrógenos favorecen la liberación de dopamina, un neurotransmisor implicado en la pulsión por la recompensa que provoca que el adolescente se decante por la ganancia inmediata y no esté dispuesto a esperar para conseguir lo que desea aunque esperando que la recompensa fuera mayor. "A esa edad, lo que quieren lo quieren ahora mismo, y luchan por ello, por eso discuten tanto con los padres", comenta Castillo. Y añade que en las resonancias se observa que las áreas cerebrales que modulan los impulsos y permiten no hacer lo que apetece en cada momento en los adolescentes se activan más si hay recompensa. "Tú le dices a un chaval de 14 años 'ordena tu cuarto' y no se activan las áreas cerebrales para hacerlo, así que no lo hace porque se le olvida; en cambio, si le dices 'si ordenas tu cuarto puede venir tu amigo a casa', como hay recompensa no se le olvida y lo hace", ejemplifica.

¿Por qué tienen tantos altibajos?

"Tan pronto está loco de contento como dice que es el más desgraciado del mundo". "Un día está espídico y te cuenta su vida y otros días no le puedes preguntar ni cómo se encuentra". Los altibajos emocionales y las contradicciones son otro de los rasgos que observan los padres. Gloria Cabezuelo y Pedro Frontera aseguran que son el precio que pagan los adolescentes para edificar su propia personalidad diferenciada y convertirse en adultos: "Buscan su propia identidad personal, sexual y hasta moral, y en ese proceso indagador, como aún no tienen una estructura psíquica estable, son muy vulnerables y muy sensibles a influencias y acontecimientos externos, que pueden herirles si son desfavorables".

El psicólogo y psicoanalista Mario Izcovich vincula estos cambios de humor con el duelo que hace el adolescente por la pérdida de su infancia: "La adolescencia es el proceso para pasar de niño a adulto; el mundo del adulto atrae, resulta interesante, y por eso piden ser tratados como mayores; pero también tienen momentos de reivindicación infantil en los que echan de menos su infancia, su cuerpo de niños, sus juegos o su relación con los padres, y hacerseadultos les da miedo o les incomoda; de ahí sus contradicciones".

Susana Cañamares asegura que estos altibajos tienen que ver con que el cerebro no madura de forma armónica ni al unísono. "Primero se desarrolla el sistema límbico, que es el que tiene que ver con las emociones, y después la corteza prefrontal, responsable del funcionamiento ejecutivo, el control, la autorregulación y la toma de decisiones; ese desequilibrio provoca que en los primeros años de la adolescencia los chavales tengan una emotividad muy alta, que vivan los problemas con mucha intensidad y tengan muy desarrollada la búsqueda de sensaciones, y que sean poco capaces de controlarlas o de planificarse y a veces incurran en conductas de riesgo", explica. Castillo agrega que los cambios hormonales que experimentan también tienen que ver con esta mayor reactividad emocional, con que sean más sensibles a ser aceptados o rechazados, a sentir felicidad o tristeza, a pasar del amor al odio. "Son más sensibles a las emociones porque la dopamina, en exceso, crea inestabilidad y humor cambiante", resume.

¿Por qué cuestionan todo?

"¿Quién decidió que no se puede silbar en la mesa? ¿Y qué hay de malo en poner los codos?". Un día son los modales en las comidas y otro las decisiones políticas. La cosa es cuestionar. "Los adolescentes lo cuestionan todo porque en esa etapa se desarrolla su pensamiento abstracto y eso les da mucha más habilidad para argumentar y para pensar simbólicamente, y tienen una expresión verbal perfeccionada, así que se ven con argumentos para todo", explica Susana Cañamares. Cabezuelo y Frontera subrayan que "la intensa activación cerebral hormonal hace que muchos adolescentes experimenten un aumento espectacular de su capacidad de aprendizaje, de crear, de tener ideas brillantes; pero su capacidad intelectual está muy influenciada por sus emociones, para bien y para mal, y sólo les interesa lo que les motiva o les gusta".

¿Por qué influyen tanto sus amigos?

Mario Izcovich explica que la adolescencia es el proceso por el que los hijos abandonan el grupo familiar, ese núcleo de protección y cuidado, para salir a la sociedad, para situarse en el mundo, y en ese trayecto la pandilla de amigos supone una transición, una especie de colchón para atenuar el miedo que provoca el mundo exterior. "Los cambios que viven, el hacerse mayores, les provoca temor e incertidumbre sobre su identidad, y por eso identificarse con un grupo, experimentar con iguales, hace que se sientan acompañados en el proceso de ganar autonomía", dice.

La protocolarización ¿qué consecuencias para la práctica en la institución?

Por Daniel López Apodaka.

Las instituciones hoy, ejercen un control con el mismo nombre del control analítico pero con resultados diferentes. Evalúan tanto al profesional, como al Sujeto de la intervención. Para ello, cuentan con los protocolos, muy útiles para abordar algunas cuestiones puntuales, incluso para orientar a los profesionales. Sin embargo, al abrigo de los discursos capitalista y científico producen una cierta alienación a su discurso y/o desorientación en este mundo de procedimientos simbólicos cambiantes.

Al hilo del Forum de Sevilla, me gustaría realizar una breve reflexión sobre la evaluación y los efectos de sus protocolos. En primer lugar, haré una exposición del trabajo que realizo para una institución: Trabajo como técnico de seguimiento de menores en Acogimiento Residencial. La tarea consiste en realizar unas hojas propuesta con las decisiones que se van a adoptar con cada menor (Régimen de visitas con las familias biológicas, orientaciones de caso, terapias…).Es importante aclarar, que el técnico no ve a los niños ni a los familiares, únicamente habla con los profesionales y propone decisiones, es decir no se produce intersubjetividad con los niños.

Como ejemplo a no seguir, un caso: Se decreta el desamparo de un niño por Acceso a la protección Infantil. Es decir, que tras realizar unas entrevistas familiares y pasar un instrumento evaluador, en base a unos indicadores de desprotección, va a ser tutelado por la institución pública.

Realizo un plan de caso, es decir los objetivos y recursos a trabajar por los profesionales del piso de acogida (educadores, terapeutas…). Tras defender una comisión esta propuesta, se reúnen los profesionales y surge alguna dificultad tras hacer un repaso superficial de las características del caso. El punto conflictivo, se producirá a raíz de informarnos de un embarazo de la madre. Según los protocolos, hay que valorar el desamparo del nasciturus y rellenar un impreso específico para iniciarlo. Comienzan aquí las dificultades Kafkianas de toda institución.

Trascurridos tres meses, otro técnico valora la posibilidad de ofrecer a los padres un recurso residencial para adultos y como en una película de los hermanos Marx, saltan todas las alarmas institucionales. No ha sido notificado con su impreso oficial. Los profesionales se protegen en sus protocolos haciendo lecturas aisladas de la situación familiar. Un técnico opina que fue notificado en la reunión de coordinación y ha de ser valorado por nuestros profesionales. Otro opina que sabiendo del nasciturus y la gravedad del caso no se actúa. (Nosotros), protocolo en mano y sabiendo que el amo de la evaluación nos avala, decimos que las valoraciones de desamparo sólo las puede hacer Acceso y añadimos que deberían haber notificado la situación dado que la conocían.

Finalmente el hecho del modo en que se notifica desplaza por completo al caso, que no es el nasciturus.

En tercer lugar, algunas conclusiones:

Pienso que, la fantasía razonadora institucional de pensar que un protocolo aloja en su interior un Sujeto cogitante es mucho pensar y produce estos horrores.

Pienso, que la idea de que el protocolo puede ser la herramienta para cualquier profesional, sin tener en cuenta un cierto saber profesional y sin lograr una dimensión sintomática del profesional es cuestionable.

Pienso, que es importante un control analítico de la práctica en institución como un modo de establecer una separación frente al empuje alienante que ella irradia.

Pienso que, a pesar de la dificultad de sostener el deseo por el trabajo en estas condiciones, hay que inventar modos de operar y cuestionamientos a las propias estructuras institucionales.

FOTOGRAFÍAS: Sara Blanes