

## EFFECTOS SOBRE EL APEGO DE LAS SITUACIONES ESTRESANTES

En la infancia existen cantidad de situaciones y acontecimientos que pueden ser considerados como estresores, porque implican daño o pérdida; son amenazas reales o potenciales para el bienestar, retos ante los cuales irremediabilmente hay que responder. Migram (1996), propone una clasificación de dichos acontecimientos:

- 1) tareas rutinarias
- 2) actividades o transiciones normales del desarrollo
- 3) acontecimientos convencionales,
- 4) acontecimientos negativos,
- 5) alteraciones familiares graves,
- 6) desgracias familiares,
- 7) desgracias personales
- 8) desgracias catastróficas.

Toda separación ejerce un efecto particularmente adverso sobre los niños cuyos padres suelen mostrarse hostiles o amenazarlos con la separación como medida disciplinaria, o cuya vida familiar es inestable. De esta forma, se observa que las amenazas de abandono o suicidio por parte de los padres, suelen desarrollar más la elaboración de un apego ansioso. La amenaza de abandono puede expresarse de distintas maneras: afirmar que al pequeño se le puede llevar a un lugar para niños malos, a la policía. Otro tipo de amenaza es la que dice el padre cuando menciona que se marchará de la casa, dejándolo solo. Una tercera, radica en señalar que si el niño no se porta bien, la madre o el padre se enfermarán e incluso morirán. Una cuarta, es la realizada en momentos de enojo y cediendo a la impulsividad, que hace uno de los padres en el sentido de abandonar a la familia, e incluso de cometer suicidio. También ha de tomar en cuenta la ansiedad que se despierta cuando el niño oye discutir a sus padres, y por lo tanto, teme que uno de ellos llegue a abandonar el hogar (Bowlby, 1985; 1998).

Méndez (1999), menciona que los factores que explican el origen y la persistencia de los miedos infantiles son:

- 1) preparatoriedad,
- 2) vulnerabilidad biológica,
- 3) vulnerabilidad psicológica,
- 4) historia personal
- 5) experiencias negativas.

Los elementos que componen la experiencia del estrés en los niños son:

- 1) variables antecedentes (estímulos estresantes),
- 2) variables que median la experiencia del estrés: modeladoras (género, edad, temperamento) y amortiguadoras o protectoras (familia, interacción),
- 3) factores de riesgo (condiciones personales y ambientales que predisponen a padecer estrés)
- 4) factores de afrontamiento (condiciones personales y ambientales que ayudan a manejar y superar el estrés)

La activación del sistema del miedo depende de la evaluación que el niño realice de la situación. Incluyendo factores tanto individuales (seguridad de apego, experiencia social previa, temperamento y capacidades cognitivas) como contextuales (novedad de la situación, forma de aproximarse e interactuar de la persona extraña, edad de la persona extraña y presencia de las figuras de apego).

Por otra parte, el miedo a extraños se manifiesta en la siguiente secuencia: 1) tendencia a retirarse y/o evitar a la persona extraña, 2) reducción de conductas de interacción social positiva, 3) orientación de la mirada, atención y manipulación hacia otros elementos, 4) manifestación de temblores, 5) expresión de llanto y/o quejas intensas, 6) manifestación de desagrado o malestar, 7) activación de conductas de apego

## **SEPARACIONES**

Según Bowlby (1985; 1998), en las separaciones prolongadas los niños atraviesan tres fases:

- 1) Protesta y trata de recuperar a la madre por todos los medios posibles

2) Desespera la posibilidad de recuperarla pero, sigue preocupado y vigila su retorno

3) Desapego emocional

Siempre que el periodo de separación no sea demasiado prolongado, ese desapego no se prolonga indefinidamente. Mas tarde, el reencuentro con la madre, causa el resurgimiento del apego. De ahí en adelante, durante días o semanas, el pequeño insiste en permanecer con ella. Siempre da muestras de ansiedad cuando intuye su posible partida (Bowlby, 1985; 1998).

La respuesta infantil es diferente dependiendo de quien inicia la separación. El niño no muestra signos de miedo cuando se aleja porque alguna cosa atrae su curiosidad o para jugar. Si la separación se realiza contra su voluntad manifiesta señales de intenso temor, aunque el adulto cuidador permanezca en su campo de visión, y busca ansiosamente el contacto con él. Así, durante la infancia, se producen las separaciones forzadas por diversas circunstancias (Méndez, 1999):

- a. Escolarización
- b. Hospitalización
- c. Divorcio
- d. Muerte

#### Escolarización

Investigadores sostienen que los niños deben percibir su ambiente como seguro para tener éxito y cubrir las demandas académicas de la escuela.

La escuela se presenta, como el más importante contexto social y de aprendizaje de conocimientos, dando lugar a nuevos y desconocidos retos con la ambigüedad de contribuir al crecimiento personal o convertirse en acontecimientos que amenazan a dicho crecimiento. Los factores interpersonales desempeñan un papel fundamental para promover el aprendizaje en la escuela y que éste puede optimizarse en contextos interpersonales caracterizados por el apoyo, autonomía y el sentido de relación con los demás.

Por consiguiente, la amistad que es definida como "una relación voluntaria y recíproca entre dos niños" actúa como apoyo para los niños pequeños en su ambiente escolar y, por tanto, los ayuda a aclimatarse a la escuela. También, se observa que un apego seguro es la base para que los niños en edades preescolares muestren competencia en las relaciones con los iguales, sean aceptados por compañeros y tengan amigos. El rechazo de sus compañeros puede desarrollar actitudes negativas e inhibirlos en la exploración de tal manera que llanto, quejas, tristeza, apatía por ir a la escuela, excesivo apego

al adulto y otros síntomas pueden ser debidos a una percepción de soledad asociada al hecho de no tener compañeros con quien jugar.

Entre los chicos, las amistades dentro del aula que se caracterizan por altos niveles de conflicto se asocian con múltiples formas de mala adaptación a la escuela, incluidos niveles elevados de soledad y evasión de la escuela y niveles muy bajos de agrado y compromiso con ella. Los niños que cuentan con un amigo mutuo en clase, pueden estar dispuestos a utilizarlo como fuente de apoyo emocional o instrumental o tal vez como una base segura a partir de la cual exploran el ambiente escolar. La mera participación en la amistad con un compañero de clase puede actuar como un factor de protección para los niños, que de otra manera correrían el riesgo de sufrir experiencias negativas en la escuela (como sentimientos de soledad).

En cuanto a la relación con los profesores, Howes y Hamilton (1992) notaron que uno de los muchos papeles de los maestros de niños pequeños es el de proveer cuidado y ser responsables por el bienestar físico y emocional del chico en ausencia de sus padres. Al proporcionar una base segura a partir de la cual el niño puede explorar sus alrededores, los maestros facilitarán la adaptación de éste al ambiente escolar.

Tres características de relaciones entre maestros y niños, significativas para los pequeños a medida que se enfrentan a transición en diferentes años escolares son: cercanía (relaciones de apoyo), dependencia y conflicto. Los teóricos del apego han distinguido entre apego (que tiene connotaciones positivas) y la dependencia (connotaciones del desarrollo negativas); se considera adaptable el hecho de que la cercanía incremente con el tiempo y que la dependencia disminuya. Los niños que son excesivamente dependientes podrían sentirse indecisos para explorar su ambiente escolar. Los sentimientos de soledad y ansiedad, así como los sentimientos negativos acerca de las actitudes hacia la escuela y los compañeros de clase, también son más comunes en niños que muestren niveles más elevados de dependencia hacia el maestro. Birch y Ladd (1994) comprobaron que los niños con relativamente poco conflicto, poca dependencia o mayor cercanía con sus maestros eran mejor aceptados por sus compañeros de clase que los chicos que experimentaban más conflicto, dependencia o menos cercanía.

### Hospitalización

La hospitalización puede causar reacciones inmediatas en el mismo momento de la separación (gritos, llantos, negación a quedarse) o bien después de la experiencia en conductas tales como regresión, actitudes de rechazo a los padres, alteraciones del sueño o alimenticias, etc. Tales comportamientos dependen de una serie de factores como el conocimiento previo de lo que es un hospital, la personalidad del niño, el tipo de relaciones que establece con sus padres y la propia experiencia. Al respecto, se han realizado una serie de estudios.

En 1915, durante la primera guerra mundial, el médico alemán Ibrahim describe una enfermedad del hospital, donde a pesar de los cuidados y el equipo moderno con el que contaban, los niños iban muriendo psíquicamente por una "falta de amor". Ese mismo año, Pflaunder en Europa y H.D. Chapin en E.U.A. dan el nombre de "hospitalismo" al síndrome de deterioro físico y mental progresivo que aparece en los niños internos desde sus primeros días y que no podía atribuirse a deficiencias higiénicas en el manejo de los niños o a otras enfermedades, sino al trato impersonal y carente de estímulos afectivos y sociales que recibe un niño normal de su madre.

En 1918, Morquio hablaba de que en los hospitales de niños no se muere de la enfermedad que se trae, sino de la que se adquiere, planteando la necesidad de que sea evitada en lo posible la hospitalización de niños menores de dos años y refiriendo que ésta sería más tolerable cuanto más cerca pudiera estar la madre del hijo. Hace especial énfasis en la falta de atención que existe en el psiquismo del niño, en un medio que, a pesar de la buena voluntad y preparación de las personas que lo rodean, no logra sensibilizarlo y hacerle sentir aquello que tiene en el ámbito del hogar y con su familia.

En 1940, Lowrey reporta que a través de una larga estancia de 28 niños entre las dos semanas y los once meses de edad en una institución 2 o 3 años, muchos de estos niños presentaron un cuadro clínico similar al de los niños rechazados por sus familiares.

En 1945, Spitz define al hospitalismo como el efecto nocivo, sobre todo desde el punto de vista psiquiátrico, de la atención que se da en los hospitales a infantes puestos a su cuidado a temprana edad. También lo describe como "el comportamiento peculiar de los niños que se manifiesta por una primera fase de llanto y protestas, pasando a un estado de apatía, silencio, inercia, actitud sombría, dejando de seguir la mirada, sin responder a la sonrisa y a la voz. Su estado físico se deteriora perdiendo peso y aumentando su sensibilidad en forma exagerada a las infecciones, su desarrollo psicomotor presenta retrasos importantes. Spitz, realizó un estudio que realizó a 69 niños residentes de una casa cuna de una institución que refugiaba a madres delincuentes, en donde cada una de ellas tenía la oportunidad de atender a su hijo, con 61 pequeños de un hogar de crianza que provenían de un núcleo social y materno adecuado, pero cuyo impedimento era que sus madres no podían hacerse cargo de ellos. Posteriormente, ejecutó un seguimiento con 21 niños del hogar de crianza que por su privación de cuidado, estimulación y amor maternos sufren un daño irreparable, tendiendo este incluso a ser progresivo. Además del desarrollo físico y psicológico inadecuado, todos estos niños mostraban un serio decremento en su resistencia a la muerte y por lo tanto, un alto índice de mortalidad.

En 1958 Bloom presenta un estudio realizado con 143 niños entre los 2 y 4 años expuestos a una situación de estrés dada la significancia emocional de una operación de amígdalas y de su posterior hospitalización. El grupo de menor edad fue el que presentó mayor ansiedad ante la hospitalización, básicamente debida a la separación materna que sufrían.

Se ha llegado a la conclusión que en aquellos niños sobre los siete meses se presenta una forma de conducta que representa la postura de la separación: protesta durante el período inicial de hospitalización; negativismo personal, intervalos de conductas de sumisión y retiro, y un periodo de reajuste al regresar al hogar durante el cual se mostró un gran monto de inseguridad centrada alrededor de la presencia de la madre. En aquellos niños por debajo de los siete meses, por otro lado, la separación de la madre no produce protestas significativas

### Divorcio

En un estudio realizado por Henry y Holmes (1998) se evidencia la importancia del apego en las etapas iniciales de la vida, pues parece que cuando niñas de padres divorciados vs. No divorciados son evaluadas en términos de su apego, éstas se identifican más con un estilo preocupado, miedoso, menos seguro y rechazante (en orden decreciente); mientras que los niños se identificaron más con un estilo miedoso, preocupado, menos seguro y rechazante, respectivamente. De igual forma, se ha evidenciado que en los niños más pequeños, las circunstancias más dramáticas de los primeros momentos pueden ser vividas con menos consciencia de drama y más normalidad si se mantienen las rutinas de vida y la calidad de apego.

Arnold y Carnahan (1990) señala tres grupos de estresores más comunes asociados al divorcio del padre: pérdida del acceso a los padres o a uno de ellos; cambios en el entorno y condiciones de vida; hostilidades entre los padres e intrusión del sistema legal en la familia. La pérdida de acceso en los niños pequeños puede ser vivida con ansiedad de separación, mostrada con protestas, lloros, búsquedas, enfados, llamando a mamá y otras respuestas de activación fisiológica.

### Muerte

Bowlby (1980; 1997) destaca que las reacciones de duelo que se observa a menudo en la niñez muestran muchos de los rasgos que constituyen el sello característico del duelo patológico adulto. Las cuatro variantes descritas por el autor son:

- a. anhelo de la persona perdida
- b. reproche contra la persona perdida, combinado con autorreproches
- c. cuidado compulsivo de otras personas
- d. incredulidad de que la pérdida sea permanente.

### Consecuencias de la separación

Hay razones para creer que después de una separación muy prolongada o que se repite durante los tres primeros años de vida el desapego experimentado

puede prolongarse de manera indefinida. Tras las separaciones más breves desaparece esa conducta de desapego, por lo común tras un periodo de horas o días. Por lo general sucede una fase durante la cual el niño muestra una notoria ambivalencia hacia sus padres. Exige su presencia y llora amargamente si lo dejan solo; por otra parte puede dar señales de rechazo hacia ellos o mostrarse hostil o desafiante. Entre los factores determinantes de la duración de esa ambivalencia, uno de los más importantes suele ser el modo en que responde la madre (Bowlby, 1985; 1998).

Cuando el hijo regresa al hogar tras un periodo de separación, su conducta plantea grandes problemas a sus padres, y en especial a la madre. El modo en que esta responde depende de muchos factores ( tipo de relación que haya tenido con el pequeño antes de la separación, y el hecho de considerar que conviene más tratar a un niño exigente y perturbado dándole muestras de seguridad y procurando calmarlo o recurriendo a medidas disciplinarias). Westheimer (1970) centra su atención en el modo en el que los sentimientos de la madre hacia el hijo pueden modificarse en el curso de una prolongada separación durante la cual no lo ve. Los sentimientos anteriormente cálidos tienden a enfriarse y la vida en familia se organiza de acuerdo con esquemas tales que no dan lugar a que el niño pueda adaptarse a ella a su retorno (Bowlby, 1985; 1998).

Hay pruebas de que cuando el hijo ha permanecido lejos de su hogar en un lugar extraño y al cuidado de personas desconocidas, siempre sigue albergando temor de que lo alejen nuevamente del ambiente familiar. En un estudio realizado por Robertson, descubrió que los pequeños que habían estado internados en un hospital tendían a experimentar pánico ante la visión de cualquier persona con chaqueta blanca o delantal de enfermera y dieron claras muestras de temer un posible reingreso al hospital. Los niños que no parecen mostrar perturbación, son aquellos que nunca contaron con una figura específica en la cual centrar su afecto, o que han experimentado separaciones repetidas y prolongadas, por lo cual desarrollaron un desapego más o menos permanente (Bowlby, 1985; 1998).

En un estudio realizado por Hearnick y Westheimer en 1966, se observó a un grupo de niños bastante bien integrados, al que se estudió durante las primeras semanas de su asistencia a una guardería diurna; en el segundo grupo a otro integrado por pequeños a quienes se observó en el transcurso de su existencia cotidiana en el seno de sus propios hogares. En cuanto a las muestras de desapego, se confirmó que el desapego es característico del modo en que el pequeño separado de sus progenitores se comporta al reunirse nuevamente con la madre, aunque mucho menos evidente en circunstancias de reencontrarse con el padre. El segundo es que la duración de esa conducta de desapego infantil para con la madre se da en correlación elevada significativa con la duración de la separación entre ambos (Bowlby, 1985; 1998).

## **APEGO Y MALTRATO**



Los padres de un niño maltratado son menos afectuosos, interfieren en las actividades y conductas de su hijo, existe poca interacción con él y su contacto ocular es pobre (Aizpuru, 1994).

Lyns-Ruth, et al., (1987), refiere que en diversos estudios se ha encontrado que en niños maltratados hay una mayor incidencia de apego ansioso; puesto que ellos muestran un mayor índice de frustración, de agresión. Al haber menor respuesta de la madre, acompañada por una falta de seguridad el niño teme acercarse a los adultos amistosos, impidiendo así, la interacción.

Pino y Herruzo (2000) mencionan que los niños que sufren maltrato, a los 18 y 24 meses sufren un apego ansioso y presentan más rabia, frustración y conductas agresivas ante las dificultades que los no maltratados. Entre los 3 y los 6 años tiene mayores problemas expresando y reconociendo afectos. También expresan más emociones negativas y no saben animarse unos a otros, a vencer las dificultades que se presentan en una tarea y presentan patrones distorsionados de interacción tanto con sus cuidadores como con sus compañeros.

En un estudio realizado por England, se menciona que los niños maltratados tanto física como verbalmente y los abandonados emocional y físicamente, presentaban apego ansioso desde la edad de un año hasta los 42 meses. Los que además de padecer maltrato físico padecían abandono emocional, mostraron menos angustia y frustración que los que padecían sólo abandono emocional, corroborando que en condiciones extremas de privación, cualquier conducta de atención, aunque sea aversiva, puede funcionar como reforzadora.

Los infantes maltratados desarrollan con mayor probabilidad relaciones de apego inseguras como respuestas a experiencias repetidas de maltrato y/o desconcertantes. Además esas experiencias y expectativas conducen al desarrollo de una estrategia defensiva a través de la cual estos infantes dirigen su atención lejos de sus madres con el propósito de mantener su organización frente al conflicto surgido por la incompatibilidad de sus deseos.

## **REDUCCIÓN DEL ESTRÉS**

¿Por qué algunos individuos se recuperan en gran medida o completamente de las experiencias de separación y pérdida, en tanto que otros, les resulta imposible lograrlo? En cuanto a las condiciones que desempeñan cierto papel en la respuesta diferencial, se encuentran:

1. la intrínsecas a la separación en sí, o estrechamente relacionadas con ella, en particular las condiciones en que se cuida al niño en ausencia de la madre
2. Las presentes en la vida del pequeño durante un periodo más prolongado; en particular, sus relaciones con los padres durante los meses o años anteriores y posteriores al hecho .

Con niños pequeños, la implicación de la familia en amplificar o amortiguar el impacto del estrés es más intensa, ya que el apoyo de los iguales tiene un papel



menos relevante que en edades posteriores donde El efecto amortiguador más fuerte del estrés se ha encontrado en el apoyo social presentado por los compañeros y amigos.

Entre las condiciones que mitigan la intensidad de las respuestas de los pequeños separados de la madre, las más eficaces parecen ser:

1. La presencia de un acompañante familiar y/o posesiones familiares
2. Los cuidados maternos proporcionados por una madre sustituta.

Heinicke y Westheimer advirtieron que cuando un pequeño se halla en una guardería con un hermano, disminuyen sus muestras de inquietud, en particular los primeros días; y Robertson observó que la presencia de un hermano siempre sirve de consuelo, incluso si es más pequeño que el otro. La presencia de un acompañante familiar, incluso si no suministra casi ningún cuidado como sustituto materno, constituye un factor de alivio de bastante importancia. También proporciona algún consuelo los objetos inanimados, como juguetes favoritos o ropas personales).

Una segunda opción que mitiga el dolor provocado por la separación, son los cuidados maternos que brinda una madre sustituta. Inicialmente el pequeño teme a la extraña y rechaza sus intentos de brindarles afecto y cuidados maternos. De allí en adelante, incurre en una conducta intensamente conflictiva: por un lado busca su consuelo, por otro la rechaza, por serle desconocida. Sólo al cabo de algunos días o semanas puede acostumbrarse a la nueva relación. Mientras tanto continúa anhelando la presencia de la madre ausente y, ocasionalmente, ventila la ira que produce su ausencia.

Otras condiciones que, se sabe reducen los efectos de la separación entre madre e hijo, son las posesiones familiares de éste, la compañía de otro niño conocido y, los cuidados y el afecto materno de una madre sustituta capacitada y con quien el pequeño se halle familiarizado. Las personas extrañas, los sitios desconocidos y las situaciones insólitas son siempre motivos de alarma, en especial cuando debe hacerles frente el niño solo.