

QUÈ CAL FER PER CRÉIXER SALUDABLEMENT¹



Resum

El text correspon a l'exposició feta en la XVII Jornada de Salut Mental de Nou Barris i he optat per mantenir el contingut, adreçat a un públic divers, format per membres de l'Associació de familiars de malalts mentals i de professionals de la salut, i reflectir la forma de pensar el desenvolupament psíquic des de la psicoanàlisi, de manera entenedora i promovent la participació.

He organitzat els temes en quatre apartats:

1. Factors afavoridors del desenvolupament saludable. Distinció de tres categories: investiment, sosteniment i ordenament.
2. Condicionants adversos.
3. Què i quan es pot prevenir en la infància.
4. Dues experiències en el camp preventiu. Els programes Benvingut nadó i Jocs de falda.

Paraules clau

investiment, sosteniment, ordenament, condicionants adversos, dues experiències preventives.

Abstract

This text concerns to an explanation in the XVII Mental Health Working day in Nou Barris. I opted for keep the original contents, addressed to a diverse public, formed by associated familiars of mental patients and health professionals, reflecting the psychic development theory from psychoanalysis, in a clear and participative way.

So the subject is organized in four parts:

1. Favourable and providing factors for a healthy development. This factors are joined in three ranks: Investing, holding up and ordering.
2. Adverse conditions.
3. What and when is possible to prevent in childhood.
4. Two preventive experiences. The programs "Welcome newborn" and "Primary link games".

Keywords

investing, holding up, ordering, adverse conditions, two preventive experiences.

He optat per mantenir el text tal com el vaig exposar a la Jornada, adreçada a un públic divers, bàsicament format per membres de l'Associació de familiars de malalts mentals i professionals de la salut.

Ho he preferit com a exponent de la nostra manera de pensar, des de la psicoanàlisi, el desenvolupament, d'una forma entenedora i promotora de participació.

A la presentació vaig organitzar els continguts en quatre apartats:

1. Factors afavoridors d'un desenvolupament saludable
2. Condicionants adversos
3. Què i quan es pot prevenir en la infància
4. Dues experiències en el camp preventiu

1. Text de la presentació de Xavier Ametller a les XVII Jornades de Salut Mental de Nou Barris. Novembre del 2017.

1. Factors afavoridors d'un desenvolupament saludable

Aplegant aportacions de distints autors i del recorregut clínic mateix, podem sintetitzar una sèrie d'elements que fan al mateix temps de llera i de motor del desenvolupament, que han d'estar presents en la llarga, multideterminada, i també una mica atzarosa, construcció de la subjectivitat. En aquesta síntesi podem situar els factors en tres línies:

A. Investiment

Tal com sona: vestir d'afecte, de xarxa cultural i simbòlica, donar un lloc, fer sentir que s'és algú que compta, ser esperat i acollit; ser estimat, al cap i a la fi. Aquesta estima maternal i paternal, de la família per extensió, que acull l'arribada del nounat i que l'acompanya durant els llargs anys del creixement és la

i d'altres que poden representar obstacles. En el temps d'espera de l'embaràs, de teixit del que serà aquesta nova persona, l'estabilitat de la futura mare, tant en temes de salut, estat d'ànim, com laborals i familiars, contribuirà a fer que es pugui concentrar en el seu embaràs i cuidar-se de manera natural. Estar exempta de pressions i interferències, de preocupacions imperioses, i alhora sentir-se recolzada per la parella i acompanyada per la família, funcionarà com a factor afavoridor.

Per contra, la tensió dins la parella, la precarietat laboral i l'escassa relació amb la família d'origen poden dificultar aquesta espera i, sobretot, els primers compassos d'aquest encontre, origen del vincle primordial entre la mare i la seva criatura. I això no només passa en el moment de l'embaràs i el part, sinó que és extensiu a tot el desenvolupament. Per exemple, una mare que sigui molt jove, que estigui molt sola, pot sentir una indefensió molt gran davant d'una tasca que

En l'adveniment, ja més proper en el temps, de qui està en camí, poden donar-se fets que són facilitadors i d'altres que poden representar obstacles.

base de tot. A vegades, de tan evident que ens sembla, no parem prou compte que és el fonament. I estimar tal com és, i no només en funció de com hauria de ser, a qui hauria d'assemblar-se, quines fites hauria d'aconseguir. Estem lluny de voler referir-nos a un amor idealitzat i absolut que, com tot allò absolut, té més aviat una potencialitat destructiva. A més, inclou i no estalvia tota la perllongada i laboriosa tasca de criança i educació.

Aquest amor parental es pot veure afectat per diverses circumstàncies. Sense saber-ho, fem un llarg camí fins a arribar a ser pares; un camí ple de desitjos, esperances, expectatives i també temors i inquietuds, on es conjuga el que hem viscut com els infants i joves que vam ser un dia. La relació amb els pares, amb els germans, amb els avis, segons com hagi estat, afavorirà o dificultarà —sense que en siguem gaire conscients— la possibilitat i l'exercici de la maternitat i de la paternitat.

En l'adveniment, ja més proper en el temps, de qui està en camí, poden donar-se fets que són facilitadors

la pot sobrepassar en molts moments. També una mare novella de qui la pròpia mare caigui greument malalta durant el primer any de vida de la seva criatura, es veurà afectada en l'ànim i la disposició.

Aquest investiment, aquesta estimació bàsica, pot accidentar-se. I també, sortosament, amb els mitjans adequats, pot refer-se si compta amb els suports i ajuts suficients.

B. Sosteniment

Fer-se càrrec, oferir i mantenir les condicions idònies —que no ideals— per al creixement. El conjunt d'accions que s'inclouen en aquest grup de factors són, de fet, una materialització de l'anterior.

Per atrevir-nos a fer els primers passos, hem d'haver temptejat les nostres forces però, sobretot, hem de tenir al davant algú que ens esperi, atent, amb els braços oberts; algú que pugui anticipar els nostres moviments,

la nostra possible caiguda, recollir-nos en cas que anem per terra i consolar-nos si ens hem fet mal.

Això que és literal en començar a caminar, actua de model en tots els altres passos, primers passos, que hem d'anar fent en un món que s'eixampla i es fa més complex a mesura que ens fem grans: la placeta, el parc, l'escola bressol, el pati —petita jungla—, una nova escola, un final d'etapa. En tot cas, el que ha de canviar és la distància i anticipació d'aquests braços que sostenen, primer a coll, després atents als passos vacil·lants. I a mesura que l'infant creix, adquireix habilitats i guanya autonomia funcional, aquests braços, aquest esguard i aquesta veu que acompanya s'han d'anar situant una mica més lluny, més apartats, per no interferir en el moviment vital espontani, per no promoure actituds de passivitat o dependència excessives. Emparar, acompanyar, no és sobreprotegir.

Cal una presència i una disposició. Ser-hi. Tant per acollir les primeres *ferides de guerra* de l'alteritat, rebudes al pati de l'escola, com per escoltar el desfici sobre el futur, sobre què fer quan el camí comú i obligatori està a punt d'acabar-se, al final de l'ESO.

Per altra banda, hi ha un aprenentatge de la soledat necessària. Poder estar i jugar sols una estona, sent suficients per estar tranquils els sorolls familiars de la casa. Poder estar separats i fer la nostra, marxar i tornar. Desenganxar-nos, aventurar-nos, explorar.

C. Ordenament

Precisament, això darrer de què parlàvem no és senzill i cal vèncer la forta tendència a ser cuidats en tot *in aeternum die*; la força de l'aferrament, de no separar-se ni allunyar-se, que tenim com a mamífers gregaris, com els primats que mai deixem de ser.

Una força que ens portaria a romandre en un laberint d'impulsos, de desitjos que s'adreçarien només a aquells que són els nostres suports principals, els nostres familiars; tendiríem a l'endogamia, a la perpetuació de la ficció d'un món de completesa, on s'estaria arrecerat i estalvi.

Costa —i molt— passar de l'ordre natural a l'ordre social i cultural. Bona part de la criança i tota l'educació van en aquesta línia, dels aprenentatges de la socialització bàsica, que fan que puguem viure junts, que puguem créixer i estar entre els altres, que ens preparem per ser ciutadans i ciutadanes de ple dret.

Imprescindible trajecte, no exempt de dificultats importants. Perquè cada pauta que un fa seva, cada norma que incorpora, esdevé una eina valuosa. Però en un principi costa perquè hi ha una renúncia implícita: la de fer tothora i en tot moment el que a un li plagui i prou. És una renúncia a la immediatesa, a l'imperatiu d'aconseguir el que es vol, pel sol fet de voler-ho.

El desenvolupament poques vegades és uniforme; sempre hi ha aspectes en què s'avança més que en d'altres.

Comporta prescindir progressivament de l'escalf plaent de la mare, dels pares, de la llar, de l'habitació de cadascú, dels quals hom no voldria desprendre's. Cal, i en part també es desitja, sortir del reduït cercle familiar, per crear altres vincles, altres relacions i conèixer llocs diferents, regits per altres regles.

2. Condicionants adversos

Tots els nens i nenes poden tenir dificultats d'abast diferent, passar èpoques complicades, tenir més dificultats en l'adquisició d'algunes destreses. El desenvolupament poques vegades és uniforme; sempre hi ha aspectes en què s'avança més que en d'altres. La qüestió és com podem diferenciar quan es tracta d'un entrebanc normal, un aspecte en el qual caldrà tenir més paciència, i quan pot ser indicatiu d'algun problema que pot requerir atenció; i com decidir que es pugui dur a terme alguna consulta aclaridora.

Les dificultats dels fills, el patiment que puguin tenir, fan patir els pares, fins i tot més que els seus propis patiments.; potser per això ens trobem que costen de

reconèixer i, de vegades, es cau en la negació o l'omissió. Pot manifestar-se no adonant-se dels indicis que alerten de quelcom que no va bé; en altres ocasions, sí que es percep però se li resta importància, actitud que mena a no plantejar-se cap mesura ni consulta, ni amb les figures més properes com un familiar o el mestre o la pediatra.

Una sèrie de creences i actituds farien també d'obstacle:

- La creença que com que són petits no s'adonen de les coses i, per tant, no pateixen com els adults. Quan, de fet, passa al contrari: els nens són observadors de mena i capten molt bé les coses que passen al seu voltant, encara que, a vegades, no ho sàpiguem explicar.
- La idea que només els interessa jugar i que de seguida els passarà, encara que les manifestacions siguin persistents.
- Quan els senyals, els símptomes, són persistents, perdurables, hi ha l'expectativa que ja maduraran o que deixarà de passar *quan facin el canvi*. És un pseudoargument que he sentit moltes vegades, en recopilar les històries clíniques, i que porta a una espera improductiva.

Aquestes apreciacions es fan davant la presència de símptomes en el comportament, del retard significatiu en l'adquisició d'hàbits, o bé quan els infants enfronten una situació difícil, com la pèrdua d'un ésser estimat. Per aquest motiu, tota atenció possible a un infant ha d'anar en paral·lel a l'atenció als seus pares, per ajudar-los en la detecció de les dificultats que està presentant el seu fill.

3. Què i quan es pot prevenir en la infància

Tot el període infantil és un temps privilegiat per dur a terme activitats preventives i d'atenció, ja que és el llarg temps durant el qual es construeix el subjecte, es forma el caràcter i s'estableix la manera de ser. És cert que l'adolescència —de la qual ens parlarà el nostre col·lega J.J. Tolosa— també és un període constituent i

decisori per tal que el subjecte hi agafarà les seves formes més definides. Definides, però no acabades perquè considerem la construcció subjectiva com un esdevenir obert, en una interacció constant i modificadora entre la manera de ser originària i els fets que es van afrontant i vivint durant el pas dels anys.

Encara ens trobem, fins i tot ens hi trobem més que en altres moments, amb nens que són portats a consulta després de molt de temps de patir determinats símptomes i trastorns, havent passat un temps que hauria estat un privilegi per portar a terme una atenció adient. Hi contribueixen el seguit d'actituds no afavoridores que acabem de comentar, però també la precarietat

En la infantesa també es poden donar evolucions deteriorants, o més aviat que condicionin seriosament el desenvolupament esperable.

de la xarxa assistencial infantil, sobrepassada, que no pot atendre amb l'agilitat ni la freqüència que serien necessàries.

Al llarg de tota la infància es poden dur a terme tasques de detecció precoç que permetin reduir l'aparició de trastorns mentals en els nens i nenes (cosa que ens situaria en el terreny de la prevenció primària) o bé reduir la durada i gravetat d'aquests trastorns quan ja han fet aparició, en el que es coneix com a prevenció secundària.

En la infantesa també es poden donar evolucions deteriorants, o més aviat que condicionin seriosament el desenvolupament esperable. És el que passa en aquells casos de trastorns severos als quals s'apleguen elements del que genèricament situem com a retard mental i de les psicosis infantils, avui molt ficades dins el calaix de l'anomenat Trastorn de l'Espectre Autista. En aquests casos, junt amb l'atenció directa a l'infant, serà necessari disposar d'un conjunt de mesures tant de suport a la família, com sanitàries i pedagògiques, que evitin una deriva empobridora i incapacitant. Amb

aquesta implementació de recursos combinats, estariem fent tasques de prevenció terciària.

Hi ha moments especialment sensibles per dur a terme les accions de prevenció? Hem dit que tota la infància, pel seu caire constituent, resulta ser un temps idoni per a les tasques d'atenció propera, seguiment i diagnòstic precoç. Dins d'això, hi ha moments d'especial rellevància: l'embaràs, el període postnatal, l'entrada a la llar d'infants, posteriorment a l'escola, l'aprenentatge de la lectoescriptura i la pubertat incipient, entre altres.

I qui ho pot fer? De manera natural, com a primera línia, la família en el si de la qual l'infant neix i creix. Parlem ara de l'acolliment de les preocupacions, de promoure aquelles condicions de les quals hem fet

prova de quelcom que no va bé, de la possibilitat d'algun trastorn, es manifesta poques vegades directament en els dispositius de salut mental o de psicopedagogia, sol aparèixer, en canvi, a la consulta de pediatria i a l'escola. Per tant, són aquests professionals els que fan de primera línia en salut mental, els que fan la detecció i la primera orientació. El treball proper i coordinat amb ells és del tot imprescindible, sense deixar de fer esment al fet que de vegades, per dificultats diverses, no es tan fluid com caldria.

4. Dues experiències en el camp preventiu

Reuneix el conjunt de l'activitat de clínica infantil i dos programes de prevenció, portats a terme al Centre d'Higiene i Salut Mental de Badalona.

La prova de quelcom que no va bé, de la possibilitat d'algun trastorn, es manifesta poques vegades directament en els dispositius de salut mental o de psicopedagogia, sol aparèixer, en canvi, a la consulta de pediatria i a l'escola.

esment al principi. Família extensa també, avis, oncles, cosins, perquè durant els anys de creixement són tantes les ocasions en què cal una o altra mena de suport, també logístic, són tantes, que hi ha feina per a tothom, cadascú dins del seu paper. Un dels problemes que ens trobem en els temps actuals és que la petita empresa anomenada *família*, cada vegada té menys recursos humans. Es va reduint de mida i les relacions es van limitant a la família nuclear i sovint monoparental. Aquesta reducció de membres es tradueix en l'escassetat o absència de germans, i en el fet que no hi hagi convivència entre diferents edats i generacions. Això priva directament del benefici dels vincles fraternals, que són també cabdals pel desenvolupament personal, i que sovint es busquen en les amistats, que només parcialment els poden suplir. Per altra banda, no es té l'oportunitat de veure, experimentar i aprendre com cuidar un germà petit.

Més enllà, i en paral·lel amb la família, hi ha els diversos professionals que tindran cura dels infants: pediatres, mestres, infermers, monitors, cangurs. La

Es tracta dels programes Benvingut nadó i Jocs de falda, de vint anys de recorregut, dirigits pel Dr. Jordi Torner, metge psicoanalista. Hi podem trobar una referència a la revista *Intercanvis*, al núm. 35, a l'article «Amb els nens, ens encantem?».

En el primer programa, com el seu nom indica, es tracta d'acollir qui està en camí. Per una banda, s'informa els pares del que s'aniran trobant, tant els canvis corporals de la mare en el darrer tram de l'embaràs, com els canvis que el nadó introduirà en la seva manera de viure. Ve a ocupar un lloc, necessita tenir un lloc. Sovint això es materialitza en l'adequació d'un espai idoni per a ell, quan es prepara, per exemple, amb tota cura la que serà la seva habitació.

Es treballa la importància de la música i de les coses fetes a mà, pensant-hi, creant joguines i objectes que li puguin agradar i evitant la tendència a comprar el que calgui a correuita. S'apunta que estigui en un espai agradable i personalitzat pels pares. El nouvingut necessita un ritme lent, per la tasca ingent que tindrà

d'absorbir i metabolitzar totes les experiències.

Al mateix temps, s'ha de procurar incloure-hi els avis, pensant plegats en què poden ajudar i com ho poden fer. Es tenen previstes les situacions especials, com quan s'espera bessonada i es té una cura particular dels embarassos que es consideren de risc.

El Programa es porta a terme a partir del sisè mes de gestació i es desenvolupa al llarg de deu sessions, amb l'objectiu d'ajudar els pares a pensar quines són les necessitats del nadó, quin ritme de vida li cal i com s'ha d'anar creant un entorn que sigui afavoridor.

El segon, Jocs de Falda, està adreçat a nenes i nens de 0 a 3 anys i als seus pares i mares. Es basa en aprofitar el valor i potencial que té el joc com a mitjà de relació i d'aprenentatge. Tots sabem que els nens volen, i necessiten, jugar i és el que fan els pares, a més d'atendre les seves necessitats més bàsiques.

Distints són els jocs i distint el seu valor: alguns són íntims i senzills entre la mare i el fill; d'altres són familiars, entre pares, fills i germans. Després hi ha jocs de caire més social que són una forma lúdica d'entrada en els costums i la cultura i, principalment, de propiciar una connexió joiosa entre el cos, el moviment i el llenguatge.

Són al voltant de sis sessions en què participen mares, pares i fills, per mostrar la capacitat formativa que tenen aquests jocs, mitjançant els quals es va creant el vincle, referent fonamental i motlle de futures relacions.

Cada sessió té dues parts: la primera d'aprenentatge dels jocs de falda, de les cançons dansades i de les cançons de bressol, en què participen el metge coordinador i dues cantaires. Són narracions curtes, amb participació corporal de l'infant, veritables exercicis de psicomotricitat, que connecten el cos de l'adult amb el seu cos, preparant adquisicions futures: equilibri, gatejar, caminar; després parlar, expressar-se.

La segona part és un espai obert a preguntes,

comentaris, que dona peu a parlar de l'experiència, a reflexionar al voltant de les dificultats que en el moment de jugar puguin aparèixer i també a l'hora de menjar, posar a dormir i altres moments del dia a dia. És en aquesta segona part, que poden aflorar les angúnies i preocupacions, que representen un primer pas en la detecció de possibles disfuncions i des d'on es pot orientar.

Però primer de tot, cal que els pares s'atreveixin a fer música amb els nens, a cantar per a ells.

Tots dos programes estan inclosos al Programa d'Atenció a mares, pares i infants, que aplega el conjunt de l'atenció a la infància que portem a terme al Centre, des del seu inici al 1979. En els darrers temps, a partir de les característiques de les consultes que rebem, hem anat posant l'accent en l'atenció a mares, pares i familiars, cosa que no exclou l'atenció directa als nens, ans al contrari, la prepara i l'acompanya.

Nens i nenes, éssers en construcció de la seva subjectivitat, són dependents objectivament i emocionalment i ho van sent menys, a mesura que creixen saludablement. Els pares són els que sostenen i emparen aquest creixement. Hem d'oferir el nostre suport, el nostre ajut i intervenció específica quan cal, en les inquietuds, dubtes i trastorns que puguin sorgir al llarg d'aquest camí.

Al cap i a la fi, és una concreció d'un dels principis del treball comunitari, que és cuidar aquells que cuiden. ■

Xavier Ametller Moreo

Psicòleg Clínic. Psicoanalista

Adscrit a la FEAP

[T] 687 32 90 04

[@] ametller.xavier@gmail.com