

HIJOS ADOPTIVOS

Los niños adoptados son hijos con características especiales : muy deseados , llegan después de múltiples vicisitudes y habitualmente no son recién nacidos .En los últimos años , la mayoría de los niños adoptados proviene de otros países, ya que en España hay pocos niños susceptibles de una adopción , debido a la mejoría de las condiciones sociales en general .Esta adopción generalmente es “visible” en los casos en donde existe diferencias racial , y tiene la connotación positiva de facilitar la normalización y evitar el ocultismo que existía en épocas anteriores , en torno a la adopción .

La llegada del hijo : Este momento que todos los padres imaginan como un momento de gran ilusión ,y que habitualmente es así, algunos padres lo experimentan con sensaciones depresivas : tristeza , irritabilidad, disminución del interés por algunas actividades, aumento o descenso de peso, insomnio o exceso de sueño, sentimientos de culpabilidad, dificultades para concentrarse
Generalmente la depresión postadoptiva no requiere tratamiento : suele ser un fenómeno pasajero , pero real, y hasta cierto punto entendible que se produzca un "bajón" . Influyen factores diversos : para unos se remueven aspectos no elaborados con respecto a la esterilidad, para otras la realidad del día a día no se asemejará a las expectativas creadas, especialmente si el niño adoptado es mayor o requiere cuidados especiales ,a veces hay que hacer un paréntesis profesional, un ajuste de las necesidades familiares, ...etc .Algunos consejos para prevenir esta depresión serían :No desarrollar ideas preconcebidas sobre el período de ajuste familiar tras la llegada del niño. No olvidar que es una etapa de transición, en la que todos los miembros de la familia se ven involucrados. Crear un vínculo lleva tiempo, y como otros padres debemos poder enfrentarnos a la fatiga, la enfermedad, el stress, y al desafío que representa la paternidad. No aislarse, ni encerrarse en casa; los amigos, la familia y los vecinos pueden ayudar en las tareas domésticas, para poder así centralizar el foco en el acoplamiento con el niño. No descuidar la relación de pareja, ni siquiera por la crianza de un hijo. En caso necesario, no dudar en consultar con su médico si los síntomas depresivos alteran el normal funcionamiento diario .

La adaptación : En un primer momento, el niño adoptado actúa como si quisiera olvidar y borrar todo lo que ha vivido en su pasado. Le urge superar las huellas del abandono vivido para intentar la construcción de una nueva historia, incluso los niños mayores, no quieren oír hablar de las cosas o personas que acaban de dejar. Se produce una especie de "luna de miel" entre padres e hijos que resulta fundamental para la creación de un nuevo vínculo .Algunas veces el niño se vincula antes con uno de los padres (más frecuentemente la madre) y tiene dificultad de relacionarse con el otro; puede ocurrir por ejemplo , si en el hogar u orfanato de procedencia no existió nunca la presencia del otro sexo entre los cuidadores. En esta primera etapa, los niños, pueden presentar comportamientos similares a los de un bebé: piden caricias, besos... necesitan ser el único objeto de atención de sus padres .

En algunos casos, el hecho de haber vivido sucesivas vinculaciones a diferentes adultos que han pasado por su vida pueda hacer que se muestren, en principio, más

reacios a dejarse querer, más desconfiados en brindar su cariño o excesivamente sociables, con un afecto indiscriminado

Posteriormente, tras un tiempo variable para cada niño, se inicia la etapa de rebelión, que pone a prueba a la familia y su capacidad para contener los impulsos del niño. En este punto entender su pasado, nos ayuda a explicar su presente .

Los antecedentes : La nueva familia no puede olvidar que en la historia personal de su hijo siempre hay un abandono, y que la familia biológica ocupará un lugar real o imaginario que puede ser recordado, reelaborado, revivido o fantaseado, en función de múltiples circunstancias. Muchas veces son los adultos de la nueva familia los que ponen palabras peyorativas a este hecho, pudiendo estimular o incluso generar recuerdos negativos , pero habitualmente la relación con la nueva figura materna , y familia en general, puede y debe ayudar a modificar positivamente la elaboración de estos hechos específicos de su biografía .Nos cuentan los psicólogos , que por muy adversas que hayan sido las experiencias vividas con anterioridad, el niño tiende a pensar que él ha sido el causante del abandono, y por lo tanto, imagina que en cualquier momento será abandonado nuevamente porque no es digno de cariño: por eso pone a prueba a su nueva familia con conductas desafiantes ... y espera comprobar el resultado.

Algunos momentos pueden ser especialmente proclives a reactivar ,casi siempre de forma inconsciente, experiencias anteriores : momentos de afrontar sentimientos de dolor , pérdida ó separación (muerte de un ser querido, a veces de una mascota , ...), establecimiento nuevas relaciones afectivas (inicio de escolarización , cambio de domicilio...) o desarrollo de su autoestima e identidad (críticas, regañinas ...). Estas situaciones, a una edad en la que es normal que no posean las habilidades intelectuales suficientes para identificarlos y verbalizarlos , puede manifestarse en forma de conductas regresivas o negativas: Problemas de atención, hiperactividad, impulsividad. Conductas oposicionistas, agresivas , mentiras/robos, irritación-frustración, Rabietas, o cambios de humor ,Dificultades para expresar afecto. Conductas sexuales exageradas. Trastornos alimentarios y del sueño Regresiones (pedir que lo acunen, alteraciones del control de esfínteres, etc.). Actitudes de protección o agresividad hacia los demás niños. Posibles movimientos estereotipados (succionarse el dedo, acunarse, balanceos...)Entender esto, es parte de la solución de los problemas .

La comunicación : De forma “preventiva “ es conveniente hablar de sus orígenes y normalizar sus antecedentes desde el principio de su llegada al hogar , sin agobios , sin estar continuamente hablando de ello , como tampoco una madre biológica está todo el día comentando lo traumático que fué el parto . Anticiparse a sus preguntas en momentos oportunos, huyendo de respuestas erróneas y manteniendo un diálogo desde las primeras preguntas, desde los primeros recuerdos , que continúe toda la vida. En este sentido, es importante :

- Tomar con seriedad cada pregunta y detectar claramente qué quiere saber el niño .Cuanto más pequeño sea , menos cuestionamientos concretos suelen hacer .El clásico “porque” de un niño de dos años , no indica muchas veces más que “quiero continuar hablando “. En un niño mayor , requerirá respuestas concretas

- No evitar la verdad . Decir la verdad significa comenzar por una respuesta sencilla, ajustada a la realidad y a la edad del niño, e ir aumentando la complejidad de la información a medida que el niño va creciendo. Los hijos adoptivos son muy sensibles con las promesas, las mentiras, los secretos y la honestidad.
- No dar todos los detalles : el niño puede asustarse frente a la información que no es capaz de manejar .Recibir más información que la que puede procesar, sólo favorece la confusión .
- Tratar de emplear palabras que él use habitualmente y acompañar la explicación con algún ejemplo cercano al niño.
- Incluir la posibilidad del "no sé", o "me cuesta explicarte" .Ofrece una imagen sincera y abierta de los adultos (...; y una salida para los padres en momentos de agobio !)en donde el niño se sentirá más cómodo que frente a unos padres que supuestamente todo lo saben y todo lo pueden
- Procurar mantener un recuerdo positivo de su país , incluso hacer comidas típicas, estudiar costumbres ... , sobre todo en el caso de niños mayorcitos .Lo contrario sería una deslealtad a sus orígenes, como si quisiéramos borrar su pasado...que es lo único que poseía .

Carmen Martínez González y Fernando Sánchez
Perales .Pediatras

EAP de San Blas .Parla Madrid