

PROGRESOS DE LA HIGIENE MENTAL EN LA INFANCIA *

Dr. J. SOLE SAGARRA

CONCEPTO Y EVOLUCION

UNA rama de la asistencia psiquiátrica que cada día adquiere más vigor es la *psicoprofilaxia*, dentro de la cual se va convirtiendo en subespecialidad la higiene mental. Desde que el abogado yanqui Beers comenzó, a principios de la presente centuria, la campaña pro higiene psíquica, el desarrollo de esta importante parte de la psiquiatría ha sido continuo en todos los países, constituyéndose por doquier Ligas y Asambleas oficiales de Higiene Mental. La amarga experiencia de Beers, por la asistencia que recibió cuando tuvo que ser recluso temporalmente en un manicomio, le impulsó a lanzarse a una campaña de reforma de la asistencia psiquiátrica, que enraizó bien con la psiquiatría social en ciernes, que se había desarrollado a fines del siglo pasado y que tanto auge adquiere en la actualidad. El resultado de sus esfuerzos fue que en 1909 se crease en América del Norte la primera Liga de Higiene Mental. Acogido con entusiasmo este movimiento por las demás na-

ciones, en 1930 funcionaban las Ligas Nacionales de Higiene Mental en treinta países, entre ellos España.

El *carácter social* que adquiere no sólo la *psiquiatría*, sino la medicina toda, es la causa principal de la importancia que tiene actualmente la higiene psíquica. No hay duda de que el porvenir de los pueblos está supeditado a su higiene espiritual. Los estadistas han comprendido los beneficios enormes que puede reportar esta rama psiquiátrica y le conceden apoyo oficial. Además, la índole especial de sus problemas obliga a un contacto continuo entre psiquiatría y ciencias afines, tales como antropología, sociología, pedagogía, moral, religión y filosofía.

La sola enumeración de las *materias principales que abarca la Higiene Mental* da idea de su trascendental cometido, tanto desde el punto de vista médico, como social. Aparte de trazar las normas y vigilar se an efectivas en el vasto campo de la asistencia psiquiátrica frenocomial, la Higiene Mental debe dirigir las diversas formas de

(*) Conferencia correspondiente al VIII Cursillo sobre Progresos en Pediatría y Puericultura, de la Cátedra de Pediatría de Barcelona, Junio 1960.

asistencia extrafrenocomial, sea homofamiliar o heterofamiliar.

Además, y lo que es más importante, le están encomendadas tareas tan importantes como la aplicación de normas de profilaxis eugenésica; luchas antisifilítica, antialcohólica, antiepiléptica y contra estupefacientes; la higiene mental en el trabajo, sobre todo en las escuelas, fábricas y cuarteles; en los deportes, alimentación, en la ciudad y en el campo; la lucha contra la delincuencia, la superstición, el suicidio; la pornografía, espectáculos y literatura nocivos espiritualmente; en una palabra, contra todo lo que es capaz de perturbar el equilibrio psíquico del ser humano. El programa es amplio, ambicioso y noble; el campo de actuación de una tal psiquiatría preventiva ofrece perspectivas ilimitadas, que no puede eludir ningún país moderno.

La *Liga Oficial Española de Higiene Mental* data de 1927. Desde esta fecha se llevaron a cabo varias Semanas de Higiene Mental en diversas capitales españolas, que se interrumpieron durante nuestra pasada guerra civil. Hace un decenio vuelve a renacer en nuestra patria el entusiasmo por la prevención de los trastornos psíquicos y evitar así la degeneración espiritual de nuestra raza, cantera en todos los tiempos de espíritus selectos.

Aparte de las *Semanas de Higiene Mental* llevadas a cabo últimamente en España, entre las que de-

bemos destacar en nuestros medios las organizadas por Sarró en Barcelona y por nosotros en Tarragona, en nuestro paso como director del Dispensario Provincial de Higiene Mental de aquella localidad, es de resaltar la XII Reunión Anual de la Federación Mundial de la Salud Mental, celebrada con gran éxito en Barcelona en 1959, así como la más reciente (abril de 1960) I Reunión Nacional de Expertos de Salud Mental, organizada por la Liga Española de Higiene Mental también en Barcelona, con motivo del VI Congreso Nacional de Neuropsiquiatría y como la primera manifestación de envergadura del Año Mundial de la Salud Mental, declarado oficial por el Gobierno español. Especialmente en nuestra ciudad, se suceden durante el presente año de 1960 los actos públicos de propaganda de higiene psíquica, con el fin de que lleguen a todos los ámbitos de nuestro pueblo los trascendentales postulados de un mundo mejor, a través de la indispensable e inaplazable higidez psíquica que debe presidir el progreso de los pueblos.

Sería tarea que excedería los límites de esta conferencia tan sólo esbozar las materias que se han tratado en las múltiples manifestaciones arriba citadas de propaganda de higiene mental. Con leer los programas de las dos últimas Reuniones Internacionales habidas en nuestra ciudad los dos últimos años, puede tenerse una visión del amplio programa que rige la Higiene

ne Mental moderna, nombre que últimamente se ha cambiado en el de Salud Mental, a iniciativa de la O. M. S., para que sus perspectivas de acción sean todavía más amplias que las señaladas rápidamente por nosotros en los párrafos anteriores.

Por lo que respecta a la *salud mental del niño*, digamos que en todas las reuniones sobre el particular llevadas a cabo en España, especialmente las dos últimas citadas, se ha tenido en cuenta de un modo especial la higiene mental de la infancia en todas sus facetas de actuación, desde la primera infancia a la adolescencia. Ello es natural, si se tiene en cuenta que el porvenir psíquico del individuo depende en gran escala de su buena adaptación ambiental desde su más tierna infancia.

Por algo se ha dicho que *la infancia es la edad de oro de la higiene mental*. Es, en efecto, en las personalidades en desarrollo, como son las de los niños, en donde mejor podemos grabar las normas profilácticas de higidez psíquica, para evitar futuros desajustes de la personalidad que acaben en neurosis o psicosis; así como es también en la infancia ya tarada psíquicamente en donde más efectividad puede tener la llamada ortopedia de la personalidad, para corregir los trastornos psíquicos existentes, mediante las eficientes curas psicoterápicas y psicofarmacológicas actuales, que aquí no podemos detallar.

Son tan numerosas e importantes las cuestiones que pueden ser expuestas sobre *higiene mental infantil*, que por fuerza aquí habremos de concretarnos a unas pocas. Con sólo enunciar la salud mental en la escuela (escolares y maestros), los problemas de la delincuencia infantil, las necesidades psíquicas de la infancia y los perniciosos ambientes psíquicos que rodean a tantos niños españoles, quedan abiertos anchos capítulos de exposición y discusión constructiva del tema que nos ocupa. Intentemos sistematizar a continuación, cronológicamente, lo que deseamos sea el cometido de nuestra disertación en tan vasto campo de meditación y actuación como es la salud mental en la infancia; sabiendo de antemano que en nuestro mal hilvanado trabajo, ha de haber lagunas importantes de exposición, dada la magnitud del tema.

HIGIENE MENTAL INFANTIL

Dijimos que es sobre todo en las mentes infantiles, los cerebros en crecimiento, en donde la higiene psíquica surte grandes efectos. Por eso las modernas Escuelas de Puericultura no prescinden de la colaboración del higienista mental.

La lucha contra los trastornos mentales en el niño debe empezar ya con la llamada *puericultura antenatal*, o sea, evitación del matrimonio entre cónyuges que no ofrecen suficientes garantías para procrear hijos mentalmente sanos,

así como higiene psicofísica durante el embarazo y parto, evitando disgustos y contrariedades de toda índole a la futura madre. Ello no quiere decir que se tenga que tratar a ésta como una enferma, ni mucho menos; todo lo contrario, hay que proporcionar a la persona que va a ser madre una vida lo más normal posible, para que los «caprichos y los antojos» propios de tal estado no degeneren en histeria pura. Una buena asistencia médica y control mediato durante el parto es conveniente para el buen desarrollo psíquico del niño, ya que parte de los trastornos mentales infantiles se deben a traumatismos craneales por partos intempestivos.

Una vez nacido el niño hay que aplicarle los métodos de la *moderna pedagogía científica*, que aspira a conseguir la formación de hábitos adecuados en la familia, en la escuela y en la sociedad.

Ya durante la lactancia hay que velar por el buen desarrollo psíquico del niño, estimulándole todas las facultades afectivas e intelectuales mediante trato adecuado y natural; huyendo siempre de considerar al pequeñito como un ser que no entiende nada y menos sabe.

La *primera infancia* es precisamente la edad más peligrosa para la tierna mente del individuo. No pocos hombres desgraciados toda su vida, por desequilibrio nervioso incurable, lo deben a complejos psíquicos que una equivocada edu-

cación de sus padres hizo penetrar en su lábil personalidad. En todo momento se debe velar por la corrección de disposiciones psicopáticas mediante ejemplos edificantes de los padres, acudiendo a buscar consejo adecuado en los Dispensarios de Puericultura, Centros de Observación Psicológica, Clínicas de Conducción Infantil y Dispensarios psiquiátricos diversos. Recuérdese, además, la enorme importancia del complejo madre-hijo en los postulados modernos de la pediatría y de la psicoprofilaxia infantil.

El secreto de la educación moral de un niño más crecido es conseguir que su amor propio le ligue al deseo de ser digno de sí mismo y merecer la admiración por sus virtudes. Una vez adolescente, se presentan los problemas delicados de su educación espiritual, como son los relativos a educación sexual, lecturas, espectáculos públicos, religiosidad y vida social en amplio sentido.

La *iniciación o educación sexual* debiera ser considerada como una parte esencial de la educación del adolescente, ya que el equilibrio del instinto sexual es indispensable toda la vida para la buena armonía de las facultades mentales y físicas. Dicha educación es muy delicada, ya que de no estar bien dirigida puede hacer más daño que beneficio.

Se discute hoy todavía si es conveniente o no efectuar tal educación, así como la edad en que debe llevarse a cabo en caso de decidir-

se a ella; pero casi todos los educadores convienen en considerar como sumamente peligrosa la táctica usual de no hablar al adolescente de las cuestiones sexuales, porque al dejar que, inquieto, satisfaga su curiosidad a la aventura, nos exponemos a que una persona inhábil (amigo o criado) le informe malamente y por procedimientos turbios. Esto es no pocas veces el origen de malos hábitos y vicios solitarios, que de arraigarse indebidamente, pueden perturbar seriamente la entereza psíquica del individuo para toda su vida.

Lo peor que le puede ocurrir a un doncel es aprender solamente cosas mal sabidas o maliciosamente enseñadas en material sexual. En esta cuestión, como en las demás de la educación infantil, lo primero es responder siempre con la verdad exacta, ni más de lo que pide, ni menos de lo que quisiera saber. A nuestro parecer, la edad mejor para informar de estas cuestiones (siempre de un modo pasivo, es decir, no forzando las cosas y contestando sólo preguntas), es de los 10 a los 14 años; la persona adecuada para tal cometido depende de múltiples factores.

Son los padres los más indicados para ir explicando paulatinamente y con naturalidad las curiosidades que en materia sexual demuestran sus hijos; dentro de mutua confianza, madre e hija deben devenir compañeras y padre e hijos, buenos amigos. A falta de los padres, harán sus funciones el

maestro, el médico o el sacerdote. En todo caso, debe presidir esta educación, ética severa y moral intachable.

Otra cuestión importante de la higiene mental es la lucha contra las causas psíquicas consistentes en *estímulos morbosos*, capaces de excitar las bajas pasiones humanas y desvirtuar la recta educación psíquica de las personas en crecimiento e incluso de las ya desarrolladas. En este sentido es necesario el control de la producción literaria, de las obras teatrales y cinematográficas, de las propagandas extremistas y, sobre todo, de creencias mágicas (ocultismo moderno) y de libros pseudocientíficos, en los que bajo un barniz de pseudoerudición se estimulan desviaciones sexuales y de concepción del mundo. Dicho control debe estar confiado a personas de máxima solvencia técnica y moral, alejados de fanatismos de todas clases y con conocimientos básicos de higiene mental y de humanidades.

Otro factor a tocar aquí es la influencia, menor en la infancia, de *factores externos*, tales como la lucha por la vida y las guerras, en la etiología de alteraciones psíquicas de los adolescentes. Sin duda se ha exagerado mucho al querer atribuir buena parte del nerviosismo actual a las desfavorables condiciones modernas de la lucha por la existencia. En realidad, el aumento de los desequilibrios nerviosos que se registra desde hace unos años, débese en parte, a cau-

sas extrañas a la verdadera civilización.

El alcoholismo y el libertinaje sexual, con el gamberrismo que comportan, pueden ser causas directas de enfermedad nerviosa; pero ocasionan con más frecuencia desadaptaciones sociales y familiares de tipo neurótico. La verdadera civilización, la cultural, impone al hombre civilizado continencia sexual, como le debería imponer templanza en la bebida. A estas lacras sociales se debe el que el porcentaje de enfermos mentales sea mayor en la ciudad que en el campo.

Hoy tendríamos que añadir un tercer factor: el *absentismo del campo*, pues el aldeano que llega a la gran urbe está más expuesto al desequilibrio nervioso que el viejo ciudadano. Este último problema, bien estudiado por Repond, se agudiza en gran manera en tiempos de postguerra. Es de mucho tiempo una preocupación seria en todos los países, y no resuelta del todo en ninguno. En la mente de todos está el pavoroso espectáculo de los niños vagabundos de las grandes urbes y del barraquismo.

La guerra en sí misma no produce muchas enfermedades mentales, aparte de las simulaciones e histerismos de soldados débiles de espíritu, de los ejércitos en derrota sobre todo. El *agotamiento* y el *hambre* inherentes a los tiempos que le siguen, aminoran el rendimiento de las funciones psíquicas, con decrecimiento de las capacida-

des intelectuales y exacerbación de los impulsos instintivos. Esto, unido al insomnio frecuente por los estentóreos ruidos de la ciudad y a la amenaza continua de extenuación física e intelectual que la *carestía de la vida* y las nuevas necesidades imponen, causa infinidad de víctimas y arrastra a muchas personas, especialmente adolescentes, a la neurosis, durante parte o toda su existencia. En general, las necesidades actuales de la vida exigen jornada intensiva para adolescentes manuales e intelectuales, con privación de horas de asueto y sueño; esto agota las reservas de energía nerviosa y pueden ser causa importante de nerviosidad morbosa.

Las últimas contingencias citadas, propias de la vida moderna, entran de lleno en las causas eficientes de desequilibrio psíquico. En cambio, los disgustos domésticos, desgracias familiares, celos, amores malogrados, fracasos en los estudios, etc., que tanta importancia «tuvieron» en tiempos pasados como causantes de locura, se valoran modernamente poco, incluso en la adolescencia. En todo caso, la importancia de todos estos factores emocionales estribaría sólo en poner en marcha un trastorno mental endógeno latente; pero, si bien es verdad que estos accidentes de la vida colectiva y familiar no engendran psicosis vera, no por esto dejan de ser perjudiciales como causantes de nerviosismo y ansiedades peligrosas.

Importantes son también las relaciones entre *trabajo, descanso* e higiene mental. La tan extendida opinión de que el trabajo a la larga es perjudicial para la salud, es completamente falsa. Un trabajo para el que no se está capacitado y lleve, por lo tanto, al agotamiento, sí que origina derrumbamiento físico y desequilibrio mental; pero una labor que corresponda a las aptitudes de cada cual, regulada por leyes laborales adecuadas, es, por el contrario, beneficiosa para la robustez del cuerpo y altamente estimulante para el buen funcionamiento de las diversas funciones psíquicas.

ORIENTACION INFANTIL

Dentro de la *higiene mental infantil moderna* es importante el método de tratar a los *niños difíciles* (y a los padres-problema), que se designa con el nombre de *orientación infantil*, y es una técnica que reclama un *esfuerzo de equipo*, compuesto por un psiquiatra, un psicólogo clínico y un visitador social. Esta técnica es a la vez analítica y sintética. Sus problemas a resolver pueden dividirse a grandes rasgos en psiquiátrico-educativos y sociales.

Los primeros comprenden: problemas de inteligencia y de educación; tests de habilidades especiales y de incapacidades, que causan dificultades educativas, con sus repercusiones en la conducta; problemas de carácter y neurosis, ta-

les como trastornos en las funciones orgánicas (como expresiones de causas emocionales), trastornos de los procesos mentales (depressiones, fobias, ansiedades, timidez, falta de capacidad para la cooperación), trastornos de la conducta (resentimientos, hostilidades, rabietas, huidas episódicas de la escuela y del hogar), y trastornos de naturaleza social (actos de delincuencia, sustracciones, abrir y entrar en una casa extraña, destrozar la propiedad, anormalidades sexuales).

Los problemas sociales comprenden las cuestiones que se originan del ambiente insano o de dificultades económicas, y los que surgen de ruptura de la estructura de la familia; es decir, pérdida de uno de los padres, por separación, divorcio o fallecimiento. A esto hay que añadir los resultados psicológicos del problema de la madrastra o del padrastro, y el dilema de la madre adoptiva. La guerra última presentó nuevos problemas a este respecto. Todas estas situaciones son al mismo tiempo problemas del individuo y del grupo primario familiar, sobre los que se imbrican los problemas de la localidad y de la comunidad, con las tensiones emotivas recíprocas propias de ellas.

En la técnica de orientación infantil nos enfrentamos, pues, con estos graves problemas entrelazados; pero no faltan grandes oportunidades para esclarecer tales cuestiones socio-psicológicas que,

cuando se resuelvan bien, o por lo menos se acometan científicamente, abrirán nuevas perspectivas en el estudio y el progreso del bienestar humano.

Directamente relacionado con el tema de la orientación infantil, está lo referente a la *psicopedagogía*, en amplio sentido, dentro de la cual tiene problemas propios la higiene mental del niño y de sus próximos allegados.

Como muestra de este tipo, eficaz, de actuación, copiamos a continuación el resumen de un «*Decálogo educativo*», profusamente repartido en España a los padres por la Sección de Psicopedagogía del Instituto Psicotécnico de Barcelona. No obstante los años de su publicación, tiene aún plena actualidad:

Es: 1.º, es necesario «aprender» a educar.

2.º, no tenemos derecho a educar a nuestros hijos como nos plazca.

3.º, el instrumento más eficaz—quizás el único— de que disponen los padres para la educación de sus hijos, es el ejemplo que éstos saquen de sus propias acciones.

4.º, así como los ideales de la educación física (corporal) son los de favorecer el desarrollo del cuerpo y conservar el estado de salud mediante la observación de reglas higiénicas (referentes a la alimentación, el vestido, la limpieza, la ventilación, la iluminación, el ejer-

cicio físico, el reposo nocturno, etcétera), los ideales de la educación psíquica (espiritual) son los de obtener el máximo desarrollo de la sociabilidad, bondad, serenidad, inteligencia, energía y sabiduría de cada individuo.

5.º, puede resumirse la misión de los padres en la educación de sus hijos con las siguientes palabras: guía, protección y estímulo. Nunca deben, en cambio, los padres coaccionar, adular o engañar a sus hijos.

6.º, los padres no deben poner nunca a un niño (propio o extraño) como ejemplo a imitar por alguno de sus hijos.

7.º, los padres no han de dejar de contestar a las preguntas de sus hijos.

8.º, los padres no deben pelearse ante sus hijos, ni hablar mal uno del otro.

9.º, bajo ningún pretexto debe infligirse a un hijo un castigo corporal.

10.º, el secreto de la educación moral del niño es conseguir que su amor propio se ligue al deseo de ser digno de sí mismo y merecer la admiración por sus virtudes.

INSTITUTO PSICOHIGIENICO PILOTO

Para terminar, dirigamos nuestra atención al tema más palpitante de actualidad en lo referente a

la salud mental del infante; sobre todo es de máxima actualidad en esta Cátedra de Pediatría, en donde, gracias al entusiasmo y esfuerzos de su regente Prof. Torres Marty y al equipo que le secunda, dentro del cual tenemos el honor de contarnos, se acaba de constituir una *Institución psicosomática piloto* para el estudio teórico y práctico de los ingentes problemas psicosomáticos más directamente relacionados con la salud mental infantil. Tal equipo de trabajo está integrado por pediatras, neuropsiquiatras, psicólogos clínicos, pedagogos y visitantes sociales de ambos sexos. Dentro de estos últimos, queremos subrayar el edificante ejemplo de unos cuantos estudiantes de Pediatría, que se han brindado a colaborar, robando horas a sus estudios de la carrera, a la desinteresada y altruista tarea de mejorar las condiciones somáticas y psíquicas de los niños ingresados en la Clínica Pediátrica Universitaria local, sobre todo una vez regresados de su tratamiento hospitalario.

Los primeros resultados de los trabajos realizados, ampliamente expuestos y discutidos en las reuniones celebradas por el equipo en cuestión, demuestran la perentoria necesidad que la labor ahora iniciada en esta Cátedra se extienda lo más pronto posible a todos los ámbitos del territorio nacional, especialmente en las regiones menos desarrolladas culturalmente de nuestro país; puesto que si alar-

mantes y desconsoladores son los hechos comprobados en los medios sociales bajos de Barcelona por lo que a la higiene mental infantil se refiere, júzguese de lo que debe suceder en los rincones más atrasados de España.

No es que sean exclusivamente propios de las clases proletarias los problemas psicosomáticos, sino que hay mucho que hacer también en este sentido en las clases pudientes económicamente; pero el hecho a que estamos asistiendo desde nuestra postguerra civil del absentismo del campo y el traslado a las grandes urbes de grandes masas de trabajadores, ha puesto más en evidencia la inaplazable actuación médico-social de los equipos de trabajo a que nos estamos refiriendo.

Es de tal envergadura esta problemática que, de no tomar un carácter oficial operante, corremos el peligro de que surjan generaciones de resentidos socialmente, con todas las consecuencias agresivas y reivindicadoras que fácilmente se pueden prever. Aquí la higiene mental infantil es una cuestión de urgencia, puesto que muchos niños crecidos en las fatales condiciones ambientales que continuamente comprobamos en Barcelona y las ciudades fabriles de su alrededor, son futuros neurópatas, cuando no francamente psicóticos, en los que prende fácilmente toda ideología antisocial.

La tan sabida máxima «prevenir vale más que curar», cobra todo

su valor en las tareas psicosigiénicas infantiles que hemos comentado en esta disertación, especialmente en el último de los temas tratados. Esperemos que la labor inicial de la Institución piloto psicopediátrica recién inaugurada en esta Cátedra sea estímulo eficaz para una labor práctica y de apostolado en nuestro país; para un

«mundo mejor» del niño actual, el hombre de mañana.

Los pediatras deben ser los primeros convencidos a este respecto, y podemos proclamar con satisfacción que los que colaboran en esta Cátedra, no sólo lo están, sino que predicán con el ejemplo, que es lo realmente importante.
