

Niños estresados por exceso de estimulación.

Por: M^a Antonia Casanova. Revista Innovamos. 27/10/2017

Los fines de semana, cada vez más, los restaurantes de comida rápida e insana se llenan de familias con niños. Los únicos días que podrían comer en casa -los otros lo hacen en colegios-, a los padres no les apetece cocinar. En realidad, están cansados de todo, incluso de sí mismos, sus parejas y su progenie, el vértigo de sus vidas los mantiene agotados, frustrados, incluso hirientes. Antes en una familia de cinco o seis, trabajaba solo el padre, ahora en una de tres trabajan ambos y, a veces, posiblemente, en más de un empleo. De acuerdo con la terminología moderna, están estresados, lo que deriva en que consiguen también estresar a los hijos -o el hijo-, a lo que además se colabora llenándole los días de actividades extraescolares variopintas que van desde baile a kárate, idioma o deporte, ajedrez o cocina... Parece que la vivencia general es que parar es morir, que no aprovechar el ocio para hacer algo utilísimo es perder magníficas oportunidades de progreso actual o futuro.

Algunos niños empiezan con la atención temprana o la estimulación precoz, por lo que, en muchos casos, se les exigen ciertos resultados antes de tener la maduración necesaria para conseguirlos, lo que les acarrea ansiedad, frustración y, paradójicamente, bloqueo y retraso en determinadas situaciones. Y es que toda la familia sobrevive cotidianamente a la velocidad del AVE y pronto a la de la transportación frecuente. En el colegio se les ocupan de seis a ocho horas, especialmente si el centro es privado o concertado (en algo debe mostrarse la diferencia) y, a menudo, para casa quedan los deberes. Por otra parte, a cualquier hora y en todo lugar no dejan de utilizar el móvil o la tableta e, incluso, los videojuegos; fuera el relax en plena naturaleza, la convivencia informal con amigos, la lectura personal... La consecuencia suele ser el desarrollo de niños y adolescentes con dificultades de atención, bajo rendimiento, personalidad impulsiva y violenta o pasota en la juventud, distracciones compulsivas en solitario y falta de interrelación familiar.

Todos los estudios destacan el aumento de las actividades extraescolares y la extensión de estas a campos cada vez más especializados como robótica, fotografía, ecología, violín. ¡Incluso la televisión les ofrece realizarse como grandes chefs...! Obviamente, estos aprendizajes no son negativos en sí mismos, pero sí

cuando saturan al niño, están impartidos por profesionales desconocedores de la psicopedagogía adecuada en relación con la edad del receptor y, sobre todo, cuando impiden que el alumno sea lo que es: un niño que debe jugar, tomar el sol, relacionarse con sus vecinos, primos, montar en bicicleta y tantas otras cosas de su edad. Pero en esta época, los niños ya no saben jugar, solo seudojugar o tecnoentretenerse, a veces visionando en la televisión programas porno.

Tiempo atrás, solo con los hermanos se conformaba una tribu para divertirse con juegos como el simple escondite, pero en la actualidad los niños se entretienen a la manera de previejos, sin moverse, ni arriesgarse a perder, ni saber negociar con los compañeros. El vulgo interpreta a su manera las aportaciones neurocientíficas y no asume que obligar a aprender más y más puede resultar contraproducente. Siempre será más eficaz aprender mejor y mejor, lo que requiere de estudiantes predispuestos y de buenos profesores y padres atentos al proceso de aprendizaje de sus hijos. Sin embargo, parece demostrado que las escuelas a las que más van los padres son aquellas que funcionan peor. Y ¿por qué sucede esto? Pues porque solo van a protestar por las malas notas, alguna regañina o la solicitud del tutor para encarrilar conductas inadecuadas o la falta clamorosa de rendimiento; la mayoría no aparece para cooperar, intentar acompañar a sus hijos en su aprendizaje, interesarse por si está bien integrado o cosas por el estilo.

El exceso de cacharros tecnológicos, encendidos incluso de noche -lo que distorsiona o disminuye las horas de sueño-, la concesión constante de caprichos para que no molesten o para autoperibirse como buenísimos padres, la no exigencia de colaboración doméstica, la hiperestimulación..., no beneficia a los niños: en buena medida les perjudica. En lugar de las extraescolares, lo fundamental sería mejorar los aprendizajes de las materias básicas que, supuestamente, garantizan que se alcancen las competencias exigidas en cada etapa, en lugar de saturar a los niños de extras para tenerlos ocupados o controlados incluso por personal no específicamente capacitado. Este círculo genera padres ansiosos, críos desafortunados y no siempre una atención docente de garantía, lo que al final puede ocasionar que los alumnos rechacen el estudio por miedo al fracaso o por agotamiento mental. Obviamente, los progenitores quieren que sus hijos triunfen, que disfruten lo que ellos no tuvieron, sin reconocer que los niños no son una inversión, ni una compensación, ni una revancha existencial; sus pequeños lo que más valorarían es contar con su tiempo, con su dedicación. Pero los mayores tampoco tienen tiempo, evidentemente, incluso menos que los niños y, desde luego, cargan con muchas responsabilidades, lo que les impide colaborar en los deberes

escolares y piden que desaparezcan. Consecuencias de ello son las rabietas de unos y los enfados de los otros, los desafíos a la autoridad paterna, la falta de comunicación y, en los jóvenes, la tentación del alcohol o las drogas cuyo consumo va en aumento, pues a los adolescentes les falta arraigo y experiencia de vida en común. Hay que escuchar a los hijos, demostrarles el cariño que se les tiene y dejarles tiempo para descansar, jugar, fantasear y dar alas a su creatividad.

En la escuela, los niños sobreestimulados suelen ser tachados de hiperactivos, pero en la mayoría de los casos no tienen este problema (TDAH), sino el del aburrimiento en clase; están quemados y malhumorados, exhaustos de tener que sobrevivir a tantos estímulos y expectativas. En nuestro país, al menos un 10% está medicado contra la falta de atención o hiperactividad, aunque no siempre haya sido bien diagnosticado, lo que puede producir efectos secundarios negativos. Un escolar descansado, curioso ante lo que le enseñan y confiado porque sabe que en su casa se le comprende y ayuda sin exigirle que ponga a prueba permanentemente que es o será un triunfador, rendirá más y tendrá menos problemas de aprendizaje e, incluso, de integración en el grupo. No destruyamos la infancia saturándola de obligaciones y exigencias mientras contradictoriamente la llenamos de regalos innecesarios. No convirtamos a los niños en viejos antes de tiempo.

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ.](#)

Fotografía: El Universal

Fecha de creación

2017/10/27