

Retos de la salud mental infanto-juvenil
Jornada en los Cursos de Verano de El Escorial

-2 julio 2019-

*Cómo conseguir que
su hijo sea un trepa,
un narcisista y un
“pelín psicópata”.*

Ponente:

Dr. José Carlos Fuertes Rocañín

www.josecarlosfuertes.com

“Agradece a la llama su luz,
pero no olvides el pie del
candil que constante y
paciente le sostiene en la

R. Tagore

**Gracias a mi buen amigo el Dr. Urrea por su amable
invitación para participar en los cursos de verano de El
Escorial de la Universidad Complutense.**

No se anticipe ni saque consecuencias apresuradas. Aunque voy a hablar de educación, salud y quizá también de trastornos del comportamiento, lo voy a hacer de forma clara, práctica, espero que también amena, irónica, para algunos sarcástica, aunque no por ello menos rigurosa.

Esta aportación que presento en los Cursos de Verano del Escorial está realizado por un médico psiquiatra y tiene como finalidad fundamental aproximarle con claridad y sin rodeos a un mundo fascinante a la vez que complejo: LA MENTE HUMANA, mejor dicho, a la mente humana de las personas más jóvenes y, también, a sus posibles trastornos de conducta.

Pretendo esencialmente darles algunas pautas básicas de cómo enfocar los problemas que se nos pueden presentar a la hora de educar a los hijos, haciéndolo desde una perspectiva personal (como padre), pero sobre todo usando la experiencia que me ha dado mi singular “oficio”: ***el de médico psiquiatra.***

Muchas veces ante comportamientos extraños o simplemente peculiares, de forma rápida y frívola se les adjudica por propios y extraños la etiqueta de enfermedad mental, cuando no de “locura”. Todo aquello que nos resulta difícil de aceptar o de comprender lo cubrimos de un mantra, el de la perturbación mental para, de esta forma, quedarnos “aparentemente” más tranquilos y cómodos.

Esta extendida actitud es, no solo un error, sino una conducta que lleva a *estigmatizar* al verdadero enfermo psíquico, atribuyéndole casi en exclusiva conductas agresivas, violentas o, simplemente, inmotivadas e inadecuadas.

No es inusual que muchos padres y madres crean que al psiquiatra solo van los “locos”, entendiendo como tal los enfermos enajenados y gravemente perturbados. También está muy extendida la idea de que recibir un tratamiento farmacológico, cualquier tratamiento psicofarmacológico, conlleva estar “drogado” e ir “zombi” por la calle, como dicen en el argot popular. Ambas

interpretaciones son sesgadas y carentes del mínimo rigor exigible cuando se habla de divulgación sanitaria.

Muchos ciudadanos, sin duda influenciados por las redes sociales, donde se vierten comentarios interesados cuando no claramente perturbadores, mantienen importantes errores de bulto sobre cómo debe ser la forma más apropiada de educar para conseguir en el educando una buena salud mental, confundiendo tolerancia con indiferencia, amistad con compadreo, coherencia con obsesividad, rigor con autoritarismo o promoción de la salud con el famoso “Doctor Google”.

Para paliar algunos de estos equívocos y poner luz en este apasionante, y a la vez complicado mundo de las **relaciones sanas** entre padres e hijos, he aceptado encantado participar en este curso al que tan amablemente me ha invitado mi buen amigo el Dr. Javier Urra, poniendo a su servicio mis aciertos y errores como padre y, también, y sobre todo, mi experiencia profesional como experto en salud mental.

Como se dice coloquialmente he ido “al grano”, o al menos lo he intentado, huyendo siempre que ha sido posible de tecnicismos, de complicadas teorías causales o de sofisticadas explicaciones fisiopatológicas. Todo ello solo serviría para la autocomplacencia y, también, para demostrar ante ustedes mis inseguridades y miedos.

Mi aportación, en definitiva, pretende poner luz y no crear mas sombras; aclarar conceptos y no enmarañarlos. Intento esencialmente divulgar sin vulgarizar. Para aprender psiquiatría y psicopedagogía están otro tipo de actividades más sesudas, más técnicas, seguro que más precisas y dirigidas por supuesto a otro público: el de los expertos en salud mental y el de los técnicos en educación.

Toda mi ponencia esta desarrollada con humor, ironía, a veces también sarcasmo, por que negarlo. He partido de un decálogo para conseguir que nuestro hijo sea ***un trepa, un narcisista y un “pelín” psicópata***. A través de esas reflexiones o sugerencias, se entrevé, y a veces se ve con contundencia, lo mal que hacemos las cosas. Y también la persistencia en el error, problema aun mas grave que el de la ignorancia.

En este curso se exponen, no solo los errores, si no también la justificación que nos damos para cometerlos, y de alguna forma así “quedarnos algo mas tranquilos”. Cada reflexión o sugerencia expresa con meridiana claridad (al menos eso es lo que pretendo) el fallo, pero también la solución, que la mayoría de las veces por obvia se olvida.

Sin duda que me sentiré contento y con el objetivo cumplido si he sido capaz de transmitirle lo fundamental de mi experiencia profesional. Mi satisfacción, será mucho mayor si, cuando concluya este interesante curso, he conseguido llevar también a su ánimo la idea clave de que la ***educación eficaz*** es la mejor ***“medicina para una buena salud mental”*** y la mejor manera de evitar en el futuro enfermedades psiquiátricas de los que hoy son menores, y que más pronto que tarde serán los que dirijan la sociedad.

Soy de los que piensa que a través de una ***información rigurosa y veraz*** podremos dar solución adecuada a muchas de las dificultades que se producen en la relaciones paterno filiales, y conseguir que los padres puedan diferenciar lo que es fruto simplemente de una mala educación (lo mas frecuente), de lo que es la consecuencia de una enfermedad psíquica (lo mas raro) ajena a sus posibilidades directas de actuación, debiendo seguir en esos casos unas pautas que solo profesionales acreditados pueden dar.

Como decía E. Ionesco: ***“Ir en contra de los tiempos es heroico; decirlo, una locura”***. Por lo tanto, acepto las críticas y la diversidad de opiniones, faltaría más. Cuando hablemos de medicina, solo les pido, no un acto de fe, sino una confianza razonable de que lo que contamos está contrastado y verificado ampliamente.

La última palabra la tiene todos ustedes, los alumnos y participantes de este curso del Escorial de la Universidad Complutense. Espero que su “diagnóstico” sea favorable y que el “tratamiento” sea recomendar este curso a sus amigos y conocidos.

José Carlos Fuertes Rocañin

www.josecarlosfuertes.com