

La Hiperactividad y el Déficit de Atención y la Terapia del Dr. Bach

Por Josep Maria Batlle y Josep Lluís Pujol

Niños inquietos, movidos, siempre han existido. De hecho una manera de saber si un niño es sano es en la medida que sea curioso, experimente y tenga interés por la realidad que le rodea. Incluso el desarrollo intelectual exige una cierta experimentación, actividad y actitud de alerta hacia situaciones, que al ser interesantes, el niño se acerca para conocerlas.

Hoy en día la hiperactividad está de moda. De hecho este concepto clínico se ha banalizado tanto que muchas personas, padres, educadores..., hablan y asignan problemas de hiperactividad a muchos niños y niñas por el simple hecho de que se mueven “demasiado”.

Por otra parte cada vez más las herramientas que tenemos para realizar un buen diagnóstico del TDAH (Trastorno Déficit de Atención con/sin Hiperactividad), son más discriminativas, y aunque con las lógicas precauciones, podemos diferenciar de forma adecuada aquellos niños con TDAH de aquellos que no lo son.

Sin embargo, por mi experiencia clínica y por mi filosofía personal, no existe el TDAH, sino niños y niñas con una sintomatología que en muchas ocasiones es común y en otras no tanto, siendo la frecuencia y la intensidad muy variables.

En este sentido voy en la misma dirección que la filosofía que integra la

terapia floral de Bach, en la que trata a enfermos no a enfermedades; nosotros en el equipo de CODDIA de Barcelona tratamos niños, no trastornos; y es en este sentido que hace pocos años me acerqué a la terapia floral de Bach, porque en este encuentro, desde disciplinas diferentes pero unidas por el hecho común del sufrimiento humano y de la necesidad de atender a la persona, pensé que la aportación del sistema floral Bach al TDAH podía ser francamente innovador, y con mucho un sistema que ayude a mitigar y a equilibrar muchos de los problemas asociados al propio TDAH.

Vamos por partes.

Creo que es un hecho evidente que no hay tantos TDAH como así proliferan en los colegios y en la vida en general; es por decirlo de alguna manera, el trastorno de moda.

Cada vez más la conducta inquieta, el niño movido se tolera menos, queremos niños atentos, quietos, sentados en una silla atendiendo durante largas horas las explicaciones de profesores. Por otra parte, los padres con falta de tiempo para dedicarse a sus hijos después de una larga sesión de trabajo, cuando llegan a casa quieren paz y tranquilidad.

Muchos de estos niños y niñas son catalogados de hiperactivos porque cada vez menos toleramos la conducta irregular; esto provoca una

incomprensión de la actitud del alumno o del hijo, y dificulta mucho la comprensión y la comunicación positiva.

Aparecen dificultades en el ajuste de la comunicación padres-hijos, alumnos-profesores, y esta dificultad de adaptación con adultos, va provocando con el tiempo dificultades importantes de comunicación que agravan todavía más la posible inquietud, movilidad y sobre actividad del niño.

Creo que hay otro factor importante a tener en cuenta antes de saber si un niño tiene un TDAH o no. En nuestra sociedad globalizada hay un fenómeno que escapa al control de los padres y educadores que es la sobreestimulación. Los niños hoy en día están recibiendo continuamente estímulos, hay una necesidad de aprendizaje constante desde muy temprana infancia, corremos de forma acelerada para que nuestros hijos se pongan de pie cuanto antes, hablen cuanto antes, conozcan letras y números y aprendan cuanto antes... etc.

Al mismo tiempo los impactos estimulantes que los niños reciben en la calle, en los medios de comunicación, en la escuela, cuando están con sus padres, están provocando la aparición de niños irritados, inestables (con stress), porque no pueden integrar tanta información y tanto estímulo. El niño hipersensible y emotivo tiende al bloqueo ante tanta estimulación, pero también al descontrol y a lo que podíamos denominar conducta sobreactiva (no hiperactiva, confusión que muchas veces desorienta al educador).

Este es un factor importante, la sobre estimulación en un niño con un perfil biológico reactivo es un caldo de cultivo para desarrollar cuadros de irritabilidad conductual, descontrol motor y desorden emocional. Por lo tanto, si bien hay muchos especialistas que consideran al TDAH como un trastorno de origen neuro-biológico, y esto es así en muchos casos, este origen no explica la proliferación de niños supuestamente con TDAH, que son el producto de una sobreestimulación y un desorden ambiental... (Y educativo también. Leí en un periódico hace tiempo que "menos hiperactivos y más SME... síndrome de mala educación").

Por ello, la sobre estimulación y la falta de tolerancia a la conducta irregular, a la inquietud y movilidad de los niños, son dos factores psicosociales que hay que tener en cuenta para entender la proliferación de tantos niños supuestamente relacionados con el TDAH.

Según algunas estadísticas pueden ir desde un 4 a un 8 por ciento de la población infantil, es decir aproximadamente unos 2-3 por clase.

Puede parecer una exageración, pero esta es una realidad preocupante, porque muchos de estos niños acaban siendo medicados con psicoestimulantes, que aunque en muchos casos pueden tener un efecto beneficioso sobre la conducta y la atención, tiene efectos secundarios conocidos y otros que posteriormente iremos conociendo cuando estos niños se hagan mayores. Y muchas veces con esta medicación, sola, sin ningún otro tipo de intervención, vamos con el tiempo al fracaso absoluto.

Por ello, mi interés en investigar a través del Sistema floral de Bach una posible intervención en aquellos niños con sintomatología de TDAH. Yo, por precaución, en esta ponencia no hablaré de diagnóstico sino de sintomatología y cómo desde esta, podemos ir hacia la formulación de la terapia floral de Bach, es decir, al lenguaje que nos permite entender las aplicaciones del sistema floral de Bach.

Quiero dejar bien claro que no estoy ante una dinámica de sustitución de una terapia por otra, sino ver la complementariedad entre las aportaciones en el tratamiento de la sintomatología que aborda la psicología, psicopedagogía, la

farmacología actual, y las Flores de Bach.

Vamos por tanto a comentar qué pasa con estos niños, como sufren las consecuencias de no saberse controlar, de la sobreexcitación, la irritabilidad..., etc.

Brevemente aportar algunas de las características generales que muchos de estos niños y niñas tienen, que son las que preocupan a padres y educadores y por su frecuencia, pueden tomarse como un trastorno, con una incidencia social intensa y evidente.

Veamos este cuadro.

CUADRO DE LA SINTOMATOLOGÍA ASOCIADA AL TDAH.
CUADRO RESUMIDO.

HIPERACTIVIDAD	IMPULSIVIDAD	INATENCIÓN.
Corre sin control y sin finalidad.	A menudo actúa sin pensar.	No acaba las tareas o pasa de una actividad a otra sin solución de continuidad.
Le cuesta estarse quieto.	Cambia de actividad continuamente sin acabar la anterior	No sabe escuchar.
Se levanta continuamente.	Tiene dificultades de organizar su trabajo desordenado	Se le olvida con frecuencia la pauta de una actividad. MEMORIA Y ATENCIÓN Disminuidas
Se mueve sin control.	Le cuesta guardar su turno.	Se distrae con facilidad y queda absorto por estímulos irrelevantes.
Actúa sin pensar.	Grita y llama la atención.	Desorganizado no solo en su trabajo, sino en la manera de jugar.
No para ni en el colegio ni en casa.	Necesita a ser dirigido sino tendencia al desorden y a la irritabilidad	Dificultades de atención sostenida.
Hay una inquietud persistente	Golpea sin control. No mide su fuerza y provoca frecuentes conflictos con sus compañeros.	Pierde las cosas, descuidado, desorganizado.

Este cuadro define lo que llamamos criterios básicos o mayores, es decir aquellos que son esencialmente característicos de este trastorno. Pero yo nunca he encontrado ningún niño igual en sus características esenciales. La aparición de esta sintomatología ni es continua, ni ofrece una garantía de diagnóstico, ya que es una sintomatología descriptiva y en cada caso debemos explorar como afecta al niño y a su entorno, familia y escuela. Sin embargo, la consecuencia esencial que observamos en niños y niñas con esta sintomatología, es la progresiva diferenciación en el proceso de desarrollo cognitivo, social y personal respecto a los demás niños de su edad. Es decir las consecuencias del TDAH

siempre tienden hacia la falta de adaptación social y a un progresivo deterioro de su autoestima, con una marcada tendencia a la inestabilidad emocional y al trastorno de conducta.

Veamos esta lista de consecuencias que son a mi juicio más importantes que el propio TDAH en sí mismo, porque suponen una ruptura con un modelo de desarrollo armónico saludable, y lleva aparejado a la aparición de una serie de conductas muy cercanas a lo que denominaríamos PROBLEMAS EMOCIONALES Y DE AUTOESTIMA.

CONSECUENCIAS MÁS IMPORTANTES (A lo largo del tiempo en el periodo escolar, preadolescente y adolescente).
Aumento de la sensibilidad y reactividad ante las frustraciones por mínimas que estas sean. Crisis de relación y de conducta adaptativa por no adaptarse a las reglas de convivencia.
Irritabilidad sostenida.
Infelicidad, sensación de no adecuarse a nada de lo que ocurre a su alrededor.
Hipocondría.
Rechazo a la escuela, y a todo concepto de autoridad.
Humor disfórico. Cambios de humor sin que haya aparentemente ningún detonante externo.
Despersonalización. Influenciabilidad, tendencia al consumo de tóxicos, grupos marginales... etc.
Alteración de los ritmos de sueño.
Enuresis/encopresis.
Problema de comunicación con el entorno. Se siente rechazado e incomprendido.
Aparición de conductas antisociales, al margen de las normas sociales. Rechazo a la autoridad y las reglas de convivencia.
Tics.
Problemas sexuales. Conductas de riesgo. Infelicidad en las relaciones, afectos muy inestables para mantener una relación.....
Desórdenes generales de su conducta tanto en casa como en la escuela, en el trabajo..., con tendencia hacia problemática psiquiátrica.

Atendiendo al lenguaje floral y a las aportaciones del sistema floral de Bach, creo que hay un tema en común importante.

El niño con TDAH sufre en sí mismo la incompreensión de su conducta por parte de los demás, y en consecuencia aparece una inestabilidad emocional y falta de autoestima importante. Aquí las flores de Bach pueden tener una incidencia importante y básica.

Sin embargo la aportación puede ser más amplia.

Conceptos como:

- El descontrol.
- Inquietud persistente.
- Impulsividad.
- Disminución de funciones como atención-memoria.
- Bajo estado de alerta atencional.
- Baja autoestima.
- Reacción desmedida ante estímulos que frustran sus expectativas.
- Falta de seguridad en sí mismo.
- Influenciabilidad y pérdida de confianza en sus propias posibilidades.
- Reacciones desmedidas de celos, rabietas, agresividad implícita y explícita.
- Rechazo y resistencia a la adaptación de normas, reglas y rutinas.
- Sufrimiento interior, enmascarado con una cierta alegría y sensación de pasar de todo, que nada le hace mella.

Estas y otras características deben tener una traducción en el lenguaje del sistema floral de Bach, por lo tanto considero que es necesario un mejor

estudio de la aproximación entre los procesos primarios y relacionados del TDAH y las aportaciones de la terapia floral de Bach.

Como he comentado en párrafos anteriores, no se trata de sustituir ninguna de las terapias que hoy en día se aplican a niños con esta sintomatología y con un diagnóstico de TDAH; se trata de complementar y en muchos casos que la intervención no sea tan agresiva, y que podamos realizar una verdadera acción preventiva, especialmente sobre las consecuencias relatadas en el cuadro anterior.

La sensación de no ser un hijo deseado, la desesperación de los padres, el aislamiento del niño en su propia familia, la renuncia de los padres a realizar vida social por miedo a la reacción de su hijo, el excesivo número de castigos que no marcan ninguna consecuencia positiva..., es decir, la necesidad de intervenir en el medio familiar es también un elemento importante de estudio de la aplicación del sistema floral Bach.

Como vemos, las posibles aportaciones de la terapia floral de Bach, en relación interdisciplinaria con otros profesionales, se me antoja novedosa e interesante, y es ahí el motivo de esta presentación, de esta ponencia con mi compañero Josep Lluís Pujol, experto terapeuta floral, que posteriormente a mi intervención os relacionará lo que he explicado la misma y las posibles esencias relacionadas con los parámetros del TDAH.

Por último señalar que en mi experiencia profesional como fundador y director del equipo CODDIA de Barcelona entendemos que todas estas

situaciones requieren de un trabajo interdisciplinario, ya que nadie tiene la respuesta única y mejor ante este tipo de trastorno.

El mayor conocimiento del funcionamiento de los neurotransmisores, la aplicación al funcionamiento cerebral y concretamente al entendimiento del porqué de la conducta hiperactiva, ha sido en estos últimos años, una novedosa aportación de la neurobiología y con ella, la aparición de mejores tratamientos desde la medicina alopática.

A nivel emocional, conductual, familiar y escolar, la necesidad de mejorar los vínculos familiares, de comprender el alcance de esta problemática y de cómo tratar (educar) a su hijo, es una necesidad que desde la psicología hay que trabajar de forma muy importante.

Con la escuela, y los maestros y profesores también.

El ritmo de aprendizaje de un niño con TDAH es diferente. La falta de atención y de memoria refleja muchos inconvenientes en seguir el ritmo de trabajo y el asentamiento de la información, que durante horas el niño recibe durante una jornada escolar.

La necesidad de entender el proceso de aprendizaje de un niño con TDAH, la contención de sus conductas, y la adaptación de la escuela a sus posibilidades, es una medida esencial para dar salida a las frustraciones de fracaso, que el niño muchas veces recibe de la escuela como consecuencia de no seguir el ritmo marcado por el profesor.

Aquí, el psicopedagogo de la escuela y el apoyo de un equipo externo que asesore a la escuela de cómo trabajar específicamente con estos alumnos (personalizando cada uno en sus necesidades), se me antoja como esencial para evitar el fracaso escolar que muchas veces lleva asociado el TDAH.

Y a nivel individual es importante la necesidad de dar apoyo personal al niño o niña con TDAH, mejorar sus estrategias de control emocional y de contención de sus emociones y de sus reacciones, y aceptar las reglas de convivencia y de trabajo en todos los contextos en los que se mueva. Por ello el trabajo individual por un psicólogo creemos que es importantísimo para cerrar todos los espacios de actuación que un niño con TDAH necesita.

Y dentro de este espacio, creo que las aportaciones de la terapia foral de Bach pueden ser muy interesantes como he intentado en esta ponencia explicar.

Sirva para finalizar esta ponencia insistir que el TDAH es un trastorno cuya sintomatología aparentemente afecta a un gran número de niños, que es necesario seleccionar de forma adecuada los que realmente tengan este problema, y que la actuación debería ser siempre interdisciplinaria, si queremos realmente abordar todos los procesos que tienen lugar en el TDAH y que tienden hacia la inadaptación, al fracaso y en consecuencia a la infelicidad del niño, del adolescente y de todo su entorno.

Desde la terapia floral de Bach se tratan personas no enfermedades, y esta terapia quiere llegar a curar la enfermedad y a prevenirla desde lo

más íntimo del ser humano, sus emociones, su forma de ser.

El ser humano tiene un alma o ser superior de naturaleza divina, nuestro paso por la vida es para adquirir conocimiento, virtudes, para avanzar en la perfección y en la felicidad. Esta armonía y paz pueden verse rotas por el conflicto, y es este la raíz de la enfermedad y la infelicidad.

Por todo ello teniendo en cuenta la sensación de inadecuación, la infelicidad, y la sensación de fracaso del niño con TDAH, creo muy importante los estudios y las aplicaciones prácticas desde la terapia floral de Bach, insistiendo una vez más en el carácter interdisciplinario de mi concepción a la hora de abarcar y ayudar a todas las necesidades que un niño o una niña con TDAH tienen.

Josep Maria Batlle

La Terapia Floral en el TDAH

Cuando a la consulta de un Terapeuta Floral llegan unos padres (frecuentemente viene sólo la madre), con un niño o niña con problemas de atención o hiperactividad (o los dos), normalmente ya están al límite. Aunque estos preocupados padres no lo expresen, en sus expectativas está el deseo de “que me lo arreglen porque ya no puedo más”. Un niño de estas características es una gran prueba para el mayor dotado de paciencia y puede llevar hasta el límite de la explosión nerviosa a aquel que, antes de llegar este vástago, era la tranquilidad personificada.

Josep M^º Batlle ha mencionado que el origen del TDAH es multifactorial y su

tratamiento es multidisciplinar, es decir, hay que actuar en distintas áreas de la vida del niño: el área escolar, el familiar y la prestación de atención psicológica. Pero, además de ser multidisciplinar, es sistémico. Con ello queremos decir que, además de atender a los padres, dándoles pautas para mejorar los hábitos y comportamientos del niño, también hay que atenderlos en relación a los afectos que se han formado entre ambos y cómo puede ayudar la Terapia Floral en su transformación.

Un niño no nace hiperactivo, es un ser que ya antes de nacer, empieza a interactuar con su entorno. Responde a los estímulos que recibe aceptándolos o defendiéndose de ellos. Puede nacer movidito, pero dependiendo del vínculo que los padres establezcan con él, así responderá.

El niño

Normalmente los padres manifiestan que es muy sensible, muy activo, que en casa incordia a sus hermanos (cuando los tiene), reclama constante atención, tiene baja autoestima, en algunos casos manifiesta celos, es desordenado y compulsivo, con gritos, golpes o ataques de agresividad, conflictivo en el colegio y además tiene problemas de concentración y aprendizaje.

Para nosotros es de especial interés la ambivalencia de sus sentimientos expresando a veces singular agresividad contra uno de los progenitores.

Viendo los casos tratados con esencias florales, parece ser que en el fondo de toda esta batería de síntomas hay un gran enfado y mucho miedo.

Podemos tratar el exceso de actividad con Impatiens y Cherry Plum y acompañarlo con Vervain por este aspecto un poco antisocial que tienen de no seguir la norma, por la indisciplina. Para la valoración negativa del entorno podemos considerar Mimulus y Holly, que también será útil para la agresividad negativa. También podemos formular con Chestnut Bud, Clematis y Cerato para la dispersión y los problemas de aprendizaje que tiene en el colegio (sin olvidar las tres anteriores) junto con Gentian para la baja tolerancia a la frustración. Para la valoración negativa de sí mismo, la baja autoestima, consideremos Mimulus (aunque se repita es por otro aspecto), Heather, Larch y en algunos casos es necesario tener presente a Pine. Por último, consideramos importante el capítulo de la hipersensibilidad y los miedos. Para estos dos aspectos que van íntimamente relacionados, Rock Rose y Mimulus. Dentro de los miedos y porque a veces manifiestan dificultad en conciliar el sueño o pesadillas, es útil ponderar cómo filtran estos niños los estímulos externos y las influencias. Para ello podemos pensar en Aspen y Walnut. Todo ello, claro está, priorizando lo más urgente, cual es el problema de fondo y... con mucha paciencia.

La ansiedad, con este repertorio, queda cubierta desde varios ángulos; no obstante cabe la posibilidad de que nos encontremos con aspectos depresivos, apatía, etc..., que habrá que atender con otras esencias.

Pensando así, estamos trabajando síntomas, y es un trabajo importante que se debe de atender. No obstante podríamos preguntarnos, ¿qué induce al niño a comportarse así?

Los padres

Ya hemos visto que la Terapia Floral a un niño, es sistémica. Los padres son parte del problema, pero también de la solución. Una parte muy importante de la terapia a un niño con problemas es el trabajo con los padres. A un niño se le acostumbra a tratar como una pieza que se debe de ajustar sin tener en cuenta que forma parte de un sistema familiar y por lo tanto, de un sistema de vínculos. Y los vínculos, para lo bueno y lo malo, nos unen a otras personas, en este caso a un sistema familiar.

En el inicio del vínculo afectivo entre padres e hijo, algo no funcionó y cada vez se complicó más la relación, primero en la familia y luego en su entorno escolar. Este es un tema muy delicado porque no se puede culpabilizar a nadie. Los padres hacen lo mejor que saben y pueden y su amor por el hijo queda fuera de cualquier duda. Lo que sucede es que a veces, el amor no se expresa de la mejor manera o incluso, muchas veces, no es recibido con la misma buena intención con que se expresa. Esto nos pasa también a los adultos.

El enfado que muchos de estos niños muestran y en especial hacia uno de los progenitores (aunque a veces no sea evidente), es una de las raíces del posterior desarrollo del conflicto, otra es el miedo. Todo ello se traduce en una extrema exigencia de atención, que finalmente es rechazada por los padres y reprimida, lo cual supone un incremento de miedo al castigo, más sensación de rechazo y por tanto un mayor enfado.

Muchas son las razones por las cuales un niño puede mostrar enfado, sentirse culpable y finalmente sentir miedo.

Baste decir que en la mayoría de casos que he tratado, la madre ha tenido alguna complicación en la gestación o en el parto; algunas veces la actitud del padre no ha sido la más idónea (y también de la madre); y la situación laboral y social de los padres, no es la más adecuada para dedicar el tiempo necesario a un hijo y con la debida tranquilidad.

Es imprescindible que los padres se involucren en la evolución del hijo: los dos. Ver al hijo no como alguien que es problemático y que incordia, sino como un ser que ha llegado hasta este punto fruto de un proceso. Tratar de ver al hijo desde el niño, no desde los significados del adulto. Claro que incordian y que exasperan, pero su actitud trata de decir algo. Igual que el vínculo entre la pareja puede tener problemas y se trata de hacerlo conciente y resolverlo, así sucede con

Josep Maria Batlle i Gelabert
Psicólogo. Infancia-adolescencia.
Fundador y director de CODDIA.
www.coddia.com
josemariabatlle@gmail.com

el vínculo entre padres e hijos. Reflexionar junto a los padres acerca de la autoridad (no el autoritarismo), del poner los límites justos (no imposiciones), del respeto y todo ello a la luz de los afectos que intervienen, es fundamental y es nuestro trabajo. Ver un poco su actitud frente al conflicto y recogerlo con esencias florales, es deseable y necesario. Sí, estoy hablando de que no sólo es preciso que el niño tome esencias, sino también que las tome aquel progenitor que lo acepte y si puede ser, los dos. No se trata de hacer terapia a los padres (por lo menos si no lo solicitan), se trata de atender con esencias florales aquellos aspectos que pueden ser útiles para ayudar al hijo. Esta es una buena forma de trabajar.

Les agradecemos su atención.

Josep Lluís Pujol

Josep Lluís Pujol i Teruel
Terapeuta Floral Integrativo
Vicepresidente de Sedibac
pujolteruel@telefonica.net