

FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS
DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL

REPUBLICA DE GUATEMALA
AMERICA CENTRAL

HIGIENE MENTAL DEL NIÑO Y
DEL ADOLESCENTE NORMALES

CONSIDERACIONES MEDICO-PSICOPEDAGOGICAS

TESIS

PRESENTADA A LA JUNTA DIRECTIVA DE
LA FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
DE GUATEMALA

POR

VICTOR MANUEL MEJIA

Ex-interno por oposición del Hospital General y del Asilo de Alienados

EN EL ACTO DE SU INVESTIDURA DE

MEDICO Y CIRUJANO

NOVIEMBRE DE 1942.

RESPECTO Y PROTECCION A LA PERSONALIDAD DEL NIÑO

Es una preocupación relativamente nueva la de prodigarle mayor respeto a la infancia. Porque si bien es cierto que la necesidad de este respeto es generalmente aceptada desde antiguos tiempos, y hasta invocada con frecuencia, no debemos olvidar que se interpretaba en el sentido de alejar al niño de todos los obstáculos materiales y hacerlo objeto de sentimentalismos mal entendidos.

Sin embargo, ahora que las modernas corrientes psicopedagógicas han puesto sobre el tapete de estudio nuevos problemas en relación con la personalidad del niño, es posible darle a este respeto un sentido más amplio y profundo. Los autores contemporáneos se muestran preocupados por denunciar de mil maneras a los detractores de la personalidad.

Muchas veces la irreverencia es inconsciente, pero en otros casos el error se comete con la sincera creencia de que se está haciendo lo mejor.

Todo el movimiento educacional de los últimos tiempos está caracterizado por el profundo respeto a la personalidad del niño y la protección sagrada de sus intereses. Este punto de vista de la educación es manifestado de diversas maneras, pero no siempre precisado con suficiente claridad, por la razón de que los autores consideran el problema bajo el solo aspecto que para cada quien parece más interesante. De todas maneras puede dejarse sentado desde ahora, que la niñez es un período de la vida que tiene originalidad y significación propias. Pasó para siempre la creencia de que el niño se diferenciaba del adulto únicamente por la talla.

Es necesario, pues, que el niño pueda disfrutar plenamente su vida, experimentando y sintiendo las alegrías y contratiempos inherentes a su edad.

Un error muy corriente en materia educativa es obligar al niño, por incomprensión o intransigencia, a desarrollar sus actividades en un ambiente artificial hecho a la medida del adulto.

La vida en esta forma resulta desde el principio mutilada, sin sentido.

Otra impropiedad cometida con frecuencia, es sacrificar al niño en nombre de un futuro, por lo demás incierto; la preparación para el futuro resulta ilusoria, puesto que el futuro es desconocido por definición,

correspondiéndole necesidades nuevas, y como tales, no previstas con exactitud.

No se advierte lo suficiente que este período de la vida debe tener un valor y significación que le corresponda en propiedad. Formar al hombre sin subordinación a las necesidades del adulto, tal creemos es la fórmula aproximada. Será una falta grave creer que se puede, sin desquiciar la raigambre de la personalidad, sin dejar secuelas que lastimen más tarde, comprar la preparación del adulto al precio de la felicidad de la infancia. "El colegio de mi ciudad, ha escrito Eduardo Rod, era triste y pesado; allí fui castigado injustamente varias veces; allí fui brutalizado por mis camaradas; allí conocí la cólera impotente, la indignación sin fuerza... ¡Oh! esas primeras impresiones nos moldean para siempre. Son ellas las que dan el tono a toda nuestra existencia y las que pueden hacernos incapaces de alcanzar la felicidad... Y por eso no querría revivir mi infancia, a causa de ese colegio maldito, a causa de los disgustos minúsculos que he sentido tan vivamente como mis dolores de hombre". ¡Cuánta amarga realidad, cuánta verdad desconsoladora hay en estos conceptos que conservan toda su validez cuando se aplican a las primeras impresiones recogidas en el hogar!

Sucede que la mayoría de los padres, fuera del trato cruel que dan a sus hijos, quieren hacerlos partícipes prematuros de las miserias y preocupaciones de la vida como una especie de desahogo a sus sentimientos. Lo cierto es que el niño desde el principio de su existencia tiene la idea vaga, que luego tomará forma, de que la vida es algo luctuoso, algo profundamente serio.

Aceptamos que no se trata de mantener a la juventud en la ilusión de que el camino que conduce a la realización de ideales de perfección, se encuentra siempre alfombrado de rosas; que los recursos educativos al servicio del acrecentamiento de valores para una vida sana y normal, tiene siempre una cubierta azucarada; esto sería igual que enseñar música y poesía al soldado para mandarlo al combate.

Pero seriedad no es sinónimo de tristeza, ni lucha tenaz lo es de pesimismo. Es nuestro deber tomar posiciones contra la atmósfera de fatalismo y desilusión que amenaza asfixiar a nuestras juventudes. Debilitamos y ponemos tristes de antemano a los que nosotros queremos que tomen la vida por el lado sombrío. La experiencia demuestra hasta la saciedad que una juventud atormentada o simplemente taciturna, lleva la espina en carne viva, que penetra cada vez más profundo. Tratándose de nuestra raza indo-hispana el mal de tristeza reviste caracteres alarmantes, indeseable legado de los sistemas disciplinarios de antaño. Ya tendremos oportunidad adelante al hablar de los intereses lúdicos y de su influencia en la predisposición para una vida sana y feliz, de insistir sobre este punto.

Procedemos, pues, incorrectamente cuando iniciamos prematuramente al niño en preocupaciones capaces por sí solas de ensombrecer la existencia del adulto. Se corre el riesgo de amenguar en ellos las ener-

gías que precisamente es necesario acrecentar para que sea capaz de salir airoso en las luchas que le esperan. La huella fosforescente que deja en el espíritu la primera jornada, cuando ésta ha valido verdaderamente la pena de ser vivida, es tierra abonada para sembrar en el alma humana, seguridad, concordia y esperanza.

No se puede hablar de sentimientos gregarios cuando en el subconsciente hay rumor de venganza. Podemos considerar por consiguiente, que es un deber inaplazable hacer feliz a la niñez en la medida de todas nuestras fuerzas.

Hablando del respeto a la personalidad, los autores piensan en la existencia de una naturaleza que posee características especiales y que tenemos el deber de estimular para su libre desarrollo. Se apoyan en las doctrinas filosóficas que conciben la personalidad como real, original y única, distinguiéndolo de todas las demás por rasgos y valores que le son propios. Se conceden al niño potencialidades congénitas indiscutibles; manera de ver que está en abierta oposición con la obra exclusivamente intelectualista que ha venido desarrollando la Pedagogía conservadora que atiborra la mente de nociones abstractas poco propicias para el libre desarrollo de las capacidades innatas. Es justo anhelo de la época actual que todos los poderes que tengan alto valor, fluyan a la superficie para darles toda la perfección de que sean susceptibles. Por supuesto, que no basta la actitud congénita si carece de las suficientes oportunidades para su desarrollo. Sólo muy raras veces aparecen esos titanes del espíritu, quienes a saber por qué fuerza volcánica rompen las amarras; hacen crujir las barreras; encuentran solos el camino del éxito; avanzan a pesar de las dificultades acumuladas, que otros hubieran creído invencibles. Pero esta vitalidad gigante; esta fecundidad asombrosa son excepcionales. El ojo avizor del moderno cultivador de espíritus, desde magnífica atalaya, concede menos importancia a las minorías doctas, que al rendimiento de la generalidad. La mayoría de los hombres no están dotados de estas aptitudes que engrandecen solas, y a pesar de la dirección defectuosa.

Las capacidades innatas deben ser estimuladas, aunque haya que vencer para ello las fuerzas oponentes que el individuo lleva consigo, al menos durante cierto tiempo.

El número de individuos eficientes fuera mayor si los educadores se mostraran más hábiles en lo que se refiere a la iniciación y manera de promover a los niños. Lo que resulta más grave todavía, es que las disposiciones favorables no reciben el impulso y apoyo necesarios, se reprime y combate la energía naciente, que busca entonces vías inferiores de derivación. Resulta, pues, que a los que juzgamos incapaces son en realidad incapacitados. Es por consiguiente una labor meritoria y sumamente delicada, la que consiste en descubrir capacidades y potencias del alma en formación, para después conducir las al más alto grado de perfección de que sean capaces.

Esta es la misión que debe afrontarse cuando se contrae la responsabilidad de dirigir a un niño. La educación debe ser una tendencia constante a elevarse, a expandirse, y no simple labor informativa. El término "plasticidad" que tan bien expresa la fácil obediencia del niño a las exigencias del adulto, ha sido con frecuencia interpretado en el sentido de plasticidad cérea, lo que evidentemente es utópico, ya que el individuo permanece, en cierto modo, inmutable en su constitución psíquica profunda, aunque en determinados límites, sí es posible modificar y adaptar sus reacciones y sentimientos e influir en su comportamiento mediante nuevos métodos psicológicos en escala mucho mayor que la del antiguo empirismo educativo.

Si se recomiendan con tanto entusiasmo los métodos llamados activos, es porque se busca suscitar y sostener el ejercicio de una actividad verdaderamente personal, que permita a cada uno tomar consciencia de sus propios recursos y de acrecentarlos.

En cada ser humano, por mediocres que sean sus dones, se puede desde el primer momento descubrir una persona moral, es decir, un individuo que debe adquirir, poco a poco, consciencia de responsabilidad de su vida, hasta el total acatamiento de los diversos cánones impuestos por el grupo social en que le toque actuar.

No obstante la discrepancia de opiniones entre los pensadores contemporáneos que se dedican a espigar en terrenos del espíritu, es una verdad ya admitida, que el valor de una vida depende de aquello que ocurre en las intimidades de la consciencia; de lo que ha dado en llamarse el Yo profundo. Es ahí donde se encuentra el verdadero timón de la conducta, donde encuentran su explicación los actos más extraños y aparentemente inmotivados; de donde nacen los impulsos y las aspiraciones que pertenecen en propiedad al individuo; de donde surgen las iniciativas que le enriquecen y liberan. En ese mundo íntimo tan enigmático y tan real, que la conducta revela a veces confusamente; que se oculta a la observación de la mayoría; que escapa a la apreciación sensorial, ahí se resuelve el drama de cada existencia y se resuelve el problema del bienestar o de la desgracia personal. Si es así, ¿cuán difícil es la obra del artífice espiritual!

Sólo muy raras veces puede hablarse con justicia de la formación de una personalidad.

La acción educativa, dicen frecuentemente, debe ajustarse de tal manera que conduzca a la autonomía, es decir, a la actitud del que comprende y acepta voluntariamente y de buen grado la norma a que obedece. El concepto de autonomía, a pesar de ocupar hoy un lugar honorífico en el pensamiento de muchos hombres de ciencia, no ha sido completamente esclarecido todavía. Una cuestión con frecuencia discutida, por ejemplo, es aquella de las relaciones entre la autonomía y la disciplina.

La autonomía no es una libertad que desdeña toda norma y que se ejerce de una manera insensata traducida en una sucesión incoherente

de caprichos. La noción de ley está implícita en la de autonomía; se trata de saber cómo la ley regula la libertad, y cómo la libertad puede sin abdicar, sin rebajarse, subordinarse a una norma.

Los orientadores de la niñez en su dominio especial, son llevados a inquirir de qué manera la acción disciplinaria de fuera a dentro, tenderá con el tiempo, a convertirse en preceptos que uno acata voluntariamente como necesarios para la regulación de sus actos; cómo la obediencia inspirada por el temor, el interés y el afecto, se volverá paulatinamente la obediencia al deber, en cuanto el individuo se encuentre en condiciones de hacer uso de su libertad. Naturalmente, que los paidocentristas fanáticos han arremetido vigorosamente contra esta manera de pensar; ellos quieren que toda acción que tienda a formar la personalidad del niño; que pretenda darle conocimiento de sus normas de vida, proceda en sentido inverso, es decir, de dentro a fuera. Después de interminables discusiones se ha llegado a una solución, contestes en que cuando los móviles de la conducta son determinados por intereses negativos, miedo al castigo por asociarse a sensaciones desagradables, por ejemplo, el primer punto de vista es defendible, pero cuando las restricciones empiezan a aceptarse como una expresión vaga de la voluntad general, y más aún, cuando hay pleno despertar a la vida consciente, entonces cada individuo debe ser agente de su propia actuación.

El destino del individuo es ser miembro o célula social; su bienestar y satisfacción radican en la consciencia de prosperidad del grupo. Para muchos la vida del ser debe concretarse totalmente a su participación en la vida colectiva y llegan a no concebir para ésta, otra mera ideológica que no sea el poder material y la prosperidad económica. Pero es fácil darse cuenta que tal manera de pensar pone en peligro el principio de valor y dignidad personal, puesto que cada alma tiene un destino propio, que no se identifica de ninguna manera, con aquel de la colectividad. El destino del individuo no puede realizarse integralmente cuando es acaparado por el grupo. Pero de esto a defender el individualismo bastardo, hay mucha diferencia. El individualismo yerra por su parte como el colectivismo por la suya. El uno significa a la postre, una amargura en que el derecho se determina por la tradición y la costumbre, y el otro, una supeditación excesiva de los intereses personales. Entre los dos comportamientos, aceptando las ventajas de ambos y desechando sus inconvenientes, se encuentra el personalismo que enseña al individuo a encontrar su integridad y su satisfacción, como miembro voluntario del cuerpo social, con todas las obligaciones que ese carácter le impone para utilidad de los otros asociados. Se trata de establecer cómo un individuo puede y debe perseguir sus fines personales sin aislarse, siempre acomodándose a la gran ley que nos impone trabajar para el bien común de todos los hombres. No se trata simplemente de servir los intereses del grupo social, ni de luchar para conseguir a la humanidad la prosperidad económica, la dominación de las fuerzas físicas y la explotación de los productos de la tierra; es proponerse como fin un estado de cosas que

permita a la mayoría llevar una vida digna en un ambiente armónico y feliz. La dedicación de una persona al servicio común no implica que ella se reduzca a la función mecánica de instrumento. La existencia no se hace plena y fecunda si las formas más elevadas del pensamiento y de la acción están inhibidas por el principio autoritario que acarrea el conformismo improductivo y servil, ahogando el espíritu crítico y la iniciativa fructífera; los resultados serían los mismos aunque esto sucediera únicamente en las intimidades de la vida introspectiva.

La educación debe por consiguiente, orientar al niño en el cumplimiento del deber social cuya importancia no ha sido jamás tan manifiesta como ahora. Pero debe tener presente el educador lo que dijo Kant, hace mucho tiempo: «Una persona es, no un medio para alcanzar un fin, sino un fin en sí misma». El mejoramiento de la propia personalidad es la verdadera base para ser útiles a los demás y para tomar parte en las responsabilidades colectivas. Los bienes objetivos que se derivan de las acciones útiles a los demás y de la acción conjunta son por supuesto, de suma importancia, pero los resultados subjetivos en el espíritu y el carácter de los individuos que los ejecutan, son más importantes todavía.

Sólo la formación del individuo en estrecha relación con el espíritu colectivo, podrá alcanzar el ideal, por desgracia cada vez más distante, de formar almas templadas al fuego sacro de la confraternidad humana.

CONCEPTO Y ALCANCE DE LA HIGIENE MENTAL. CONSIDERACIONES GENERALES

En el presente capítulo pretendemos únicamente llamar la atención sobre los innumerables problemas que se suscitan cada vez que se trata de interpretar un rasgo de la conducta. Como es imposible estudiarlos con detención en un corto número de páginas, nos conformaremos con señalar los aspectos que hemos creído más interesantes. Asimismo consignamos someramente las proyecciones que la Higiene Mental tiene en la formación de individuos, psíquica y socialmente equilibrados.

La Higiene Mental trata de prevenir la indisposición de la mente y de elevar la personalidad sana a sus potenciales máximos.

Si la importancia de una ciencia ha de medirse por las necesidades a que da satisfacción, la más útil es sin duda la Higiene Mental, puesto que un buen equilibrio psíquico en óptimas condiciones y conducta, constituyen mayores elementos de felicidad que cualquiera otra ciencia, y para sostener dichas condiciones, su conocimiento es de tal importancia, que no cede lugar a ninguna otra.

La salud mental es, en efecto, la condición primera y principal de la existencia, de la dicha y prosperidad del individuo y de la gran comunidad.

Nada más difícil, empero, que enmarcar dentro de los estrechos límites de una definición, el vasto programa de la Higiene Mental. La salud psíquica es más inabordable que la física. Entre una y otra no pueden ponerse linderos con toda precisión, puesto que entre ambas se establecen intercambios de buenos y de malos proceder.

La salud mental ha sido concebida corrientemente como la falta de manifestaciones anormales aparatosas, «psicopatías a toda orquesta», pero en su sentido más amplio, la salud mental va más lejos, y puede ser definida como una adaptación del individuo a sí mismo y a sus semejantes, como un estado que permita a su capacidad alcanzar todo el éxito posible, con la mayor tranquilidad y satisfacción para sí y para el grupo social; el estado higiénico de la mente supone el menor número de rozamientos y fuerzas antisociales reprimidas, tal estado de bienestar y sintonía, que el individuo no sienta la molestia de tensiones insatisfechas; que no revele comportamiento social inadecuado o recusable; que su actuación intelectual o emotiva sea satisfactoria, aún en circunstancias fuera de lo común.

Es un ideal cada vez más alentador tratar de corregir las desviaciones o anomalías de la personalidad que dificultan las relaciones sociales y personales, es decir, que el alivio y mejor todavía la prevención de los desequilibrios mentales, reviste tanta importancia para el individuo como para la colectividad.

Parece increíble que la función más noble, y la única que coloca al hombre en situación de franco predominio, como es la función mental, no fuera objeto del menor cuidado, sino hasta tiempos recientísimos. No queremos afirmar con esto que los principios generales de la higiene mental sean absolutamente nuevos y originales; pecaríamos de inexactos. Pero lo que sí es original, es el vigor y entusiasmo con que se pide la contribución de las otras ciencias, en todo aquello que sea susceptible de facilitar la comprensión y mejoramiento de las actividades mentales. Lo que sí es novedoso, es la urgencia con que se llama a la puerta de todos los organismos sociales para la realización conjunta de la obra más noble y grandiosa de cuidar la mente humana.

Decíamos, pues, que el movimiento organizado en favor de la higiene mental es un honor que corresponde a la época contemporánea. El promotor fué el norteamericano Clifford W. Beers; su libro «Una mente que volvió a encontrarse», marca el comienzo de una época de brillantes promesas en la medicina moderna; es el fausto advenimiento de la higiene mental organizada. El 6 de marzo de 1908 se formó la primera sociedad de Higiene Mental: «The Connecticut Society for Mental Hygiene», en New Haven, Estado de Connecticut, Estados Unidos de América. Posteriormente el 19 de febrero de 1909, a instancias del mismo grupo de asistentes a la primera reunión, se estableció el Comité Nacional de Higiene Mental, cuya labor fecunda culminó en la celebración del primer Congreso Internacional de Higiene Mental reunido en Washington en marzo de 1930 con la asistencia de 53 países. El 8 de diciem-

bre de 1920 funda Toulouse, la Liga Francesa de Higiene Mental. Después se han fundado en distintas partes del mundo centros de igual índole. Desde entonces, todos los organismos e instituciones empiezan a desarrollar fervorosamente sus actividades en campos aliados; a tratar los problemas en conjunto, y a realizar un esfuerzo que antes era sólo aplicable a las enfermedades contagiosas, como si únicamente éstas tuvieran el triste privilegio de minar la existencia; este criterio unilateral que retardó la aparición de esta moderna ciencia no podía sostenerse más tiempo, porque las proporciones, diversidad e importancia de los asuntos relacionados con la profilaxia e higiene mentales, quizás hasta justifiquen su preeminencia.

Desde tiempos remotos el hombre lucha por alcanzar una vida mejor; constantemente espía por las rendijas de lo desconocido, poniendo a su servicio en su intento de superación, los secretos arrancados a la naturaleza. Lucha siempre por dominar los obstáculos; tratando de contrarrestar aquellas fuerzas que actúan permanentemente en contra de él. Pero es sólo cuando la cultura fragmentaria y antinatural del empirismo educativo ha llegado a dar pruebas de su más sonado fracaso, cuando las experiencias dolorosas se han sucedido con breves interrupciones. Sólo entonces se ha llegado al convencimiento de que un buen número de hechos, de fuerzas disociadoras que siembran la incompreensión, que perturban el orden y la armonía e impiden el adelanto, guardan estrecha relación con la falta de salud de la mente. Debemos aprender cada día más acerca de los resortes íntimos de la conducta y de las leyes que la regulan para aumentar el bienestar y mejorar el desarrollo de la raza humana.

El marcado progreso de la psiquiatría enriquecida con la aparición de nuevas doctrinas para explicar la conducta, ha permitido una mejor comprensión de los conflictos que surgen en el subconsciente y de su relación estrecha de causa y efecto con los desórdenes de la personalidad. Esta moderna concepción amplía considerablemente el radio de acción del Psiquiatra, paseándolo por los campos de la delincuencia, de las extrañezas del carácter y de la educación; hecho muy rico en perspectivas desde el punto de vista de la higiene y profilaxia mental.

Evidentemente la psiquiatría se socializa y se sirve de una serie de organismos diferenciados para mayor facilidad y eficacia de su labor: clínicas de hábitos, clínicas pro-orientación de la niñez, clínicas ortofrénicas, de orientación matrimonial, etcétera.

Gran parte de la indiferencia con que se han visto los problemas relacionados con la mente, la tiene la concepción errónea del mundo espiritual. En efecto los sistemas teóricos y prácticos de dirigir a los seres humanos parecen haberse inspirado en ideas pesimistas.

Se considera al hombre como un ser débil, dotado de malos instintos en quien no prepondera el bien sino que con gran dificultad y únicamente con apoyo de poderes adventicios y sobrenaturales. De ahí que se le restrinja en el uso de su libertad y se le someta a la más férrea

disciplina. Sin aceptar totalmente el optimismo de Rosseau, para quien la criatura nace perfecta y se degenera en las manos del hombre, se admite que sí es capaz de mejorarse cuando existe el propósito de luchar contra sus múltiples regresiones, creencias absurdas, mala educación e inadecuada organización política, social y económica y de otros factores externos que le impiden avanzar rápidamente.

Ahora bien, sucede algo poco halagador, pero de suma importancia porque nos pone en guardia contra una labor a medias o interrumpida, y es que estas transformaciones vaticinadas por la higiene mental, no son definitivas o adquiridas para siempre; no modifican el plasma germinal, y en consecuencia no son aseguradas por la herencia. Esta es la razón por la cual el trabajo debe iniciarse en cada individuo, en cada generación, si no se quiere correr el riesgo de perder lo poco ganado. No podrán hacerse ostensibles las repercusiones benéficas de esta tarea, sino a base de un esfuerzo siempre sostenido y adaptado a las circunstancias cambiables.

La Higiene Mental puede atenuar y, lo que es mejor, prevenir la indisposición mental concentrando sus líneas de ataque contra los factores etiológicos como: Sífilis, tuberculosis, paludismo, disfunciones glandulares, infecciones diversas, fatiga física y psíquica, choques emocionales, intoxicaciones e infecciones. Todas estas causas hacen a los que las sufren y a sus descendientes más accesibles a los agentes psicopáticos. Los desarreglos mentales reconocen a menudo determinación orgánica como sucede con el parto y traumatismos de otra naturaleza que ocasionen lesiones destructivas e inflamatorias del cerebro. Pues bien, aún las anomalías determinadas por estados patológicos adquiridos, pueden beneficiarse de un tratamiento adecuado. Naturalmente, que el ideal sería la supresión de los agentes causales.

Por evadir el trabajo de investigación, muchas de las perturbaciones mentales son imputadas a un plasma germinal defectuoso; pero en la actualidad están siendo revisados cuidadosamente los datos sobre su transmisión hereditaria, pues la frecuencia de alteración psíquica en una misma familia, no demuestra forzosamente relación biológica en la etiología. Muchos psiquiatras contemporáneos opinan que por lo menos algunos de los defectos de la personalidad atribuidos antes exclusivamente a la herencia, son en realidad adquiridos y dimanen muchas veces, de impropias condiciones de ambiente que por su actuación temprana son fácilmente olvidados. De ahí que la causa de los trastornos funcionales sea en muchos casos, una actitud indeseada, un conflicto inadvertido, una situación embarazosa, etcétera. Estos trastornos funcionales adquiridos revisten mucha importancia por el hecho de que pueden aliviarse o prevenirse con medidas inorgánicas, lo que abre un horizonte amplísimo a las posibilidades de la higiene mental.

La salud mental absoluta no existe. La salud mental perfecta, tal como hubiera de desearse, es un estado ideal inalcanzable quizás porque tampoco existe un organismo en condiciones físicas perfectas y ya son

bien conocidas las relaciones somatopsíquicas para que esta ocurrencia pueda sorprendernos. El mejor estabilizado mentalmente presenta sus deficiencias, sus fallas, «rarezas», «malos ratos» con que corrientemente los bautiza la observación popular. Es, pues, más exacto decir que algunos gozan de mejor salud mental que otros; no hay límites precisos entre lo normal y lo anormal desde este punto de vista, y son precisamente los casos intermedios los que ponen a prueba la sagacidad del clínico psiquiatra. Su verdadera piedra de toque, puesto que los estados normal y patológico, llegan a confundirse en insensibles gradaciones en que sólo el criterio social-versátil por excelencia puede servir para desenmarañar la urdimbre.

Porvenir de la Higiene Mental. Sin embargo, la higiene mental sólo puede realizar gradualmente su ideología máxima, pues hoy día los problemas relacionados con tendencias malsanas, son tan vastos y urgentes que todo plan de renovación tiene que dedicarse primordialmente al alivio de la mala salud. Debido a que el número de individuos que sufren de alteraciones aparatosas, es infinitamente menor, la higiene mental concede más importancia al grupo mayor, es decir, a aquel cuyo malestar es debido a pequeñas torceduras de la personalidad que se traducen en comportamiento impropio. Y si la higiene mental perfecciona hasta suprimir los leves inconvenientes de la conducta de los aparentemente sanos, elevando su rendimiento social e intelectual, resulta ser igualmente beneficiosa para todos.

La importancia que se concede en otras partes a los desórdenes de la conducta en apariencia más insignificantes, hace que los esfuerzos de todos los organismos dirigentes coincidan en el sentido de la profilaxia y de la higiene. Es una fuerza cada vez más potente, a la cual se suman cada día nuevas fuerzas para llevar a cabo grandes reformas en los órdenes profiláctico, higiénico, educativo y asistencial. Ha empezado ya la era preventiva llevándose a la práctica los consejos de la higiene y de la profilaxia mentales; se modifican los códigos, se reforman los planes de enseñanza y se fundan instituciones orientadoras y de corrección.

El suicidio, el divorcio, el crimen, la delincuencia y un sinnúmero de dificultades personales y sociales, buscan hoy día solución racional en la higiene de la mente.

Es un deber ineludible penetrar cada vez más el misterio de los mecanismos que determinan la conducta, para quitar espinas irritativas que rompen el bienestar y se oponen al progreso.

Por eso la higiene mental rebasa los límites de la atribución exclusivamente médica, para pasar a ser el problema más grande de política social que tienen por resolver los gobiernos.

Acrescentar la salud psíquica es garantizar la eficiencia individual y colectiva; es asegurar paz y progreso sobre una base más estable, sueño que ha sido interrumpido en todos los tiempos por horribles pesadillas que cobran triste realidad en esta época turbulenta en que el hombre parece haber perdido su sitio de honor en la escala de los seres. Aunque

parezca hiperbólica la afirmación, la higiene mental tiene que contribuir en gran parte a la resolución satisfactoria de todos los problemas humanos.

Recursos disponibles. A pesar de que los recursos científicos de la higiene mental son relativamente pocos y de que dispone de medios de acción todavía débiles e insuficientes, es posible esperar que apoyándose en los conocimientos de biología, de psicología y de psicopatología, se vayan iluminando los procesos psíquicos inconscientes y las reacciones mentales de orden afectivo o instintivo.

La magnitud del problema pone de manifiesto la necesidad de desarrollar un programa comprensivo para la prevención de la conducta inconveniente y la conservación de los rasgos deseables. Nuestros conocimientos de las causas y métodos de alivio y prevención, repetimos, distan mucho de ser perfectos, pero lo que ya se conoce, basta para formar la base de un esfuerzo nacional. Por de pronto se dispone de tres grandes recursos, a saber:

- 1o.—Prevención Terapéutica;
- 2o.—Prevención constructiva;
- 3o.—Investigación y propaganda.

1) **Prevención terapéutica.** Se necesita con urgencia ampliar los medios disponibles para el cuidado de los casos tempranos y agudos de los trastornos más graves en las personas de todas las edades. Eso puede hacerse mediante salas o departamentos de psiquiatría en los hospitales generales o bien en servicios «abiertos» para psicopatías y psico-neurosis. La prevención terapéutica ha ocupado lugar preeminente desde las experiencias de Sakel con la insulina, y de Von Meduna con el Cardiazol, en el tratamiento de la demencia precoz; los resultados obtenidos constituyen una verdadera vindicación para los médicos psiquiatras que habían tenido hasta entonces, fama de malos terapeutas, y son al mismo tiempo, una legítima esperanza para los atormentados de tan grave dolencia.

2) **Profilaxia constructiva.** Este campo es en gran parte educativo, y se interesa por los adultos, ayudándolos a impedir que creen dificultades mentales a los niños (vía indirecta); y por los niños mismos facilitándoles la resolución de sus propias dificultades (vía directa).

La profilaxia constructiva directa o indirecta bien desarrolladas, constituyen la mayor fuerza contribuyente a la salud mental, a la supresión de los sufrimientos y a la obtención del éxito. El tratamiento y la profilaxia terapéutica son y serán indispensables, pero al fin y al cabo recalcan en la restauración, en tanto que la profilaxia constructiva tiene más posibilidades de producir esa salud mental, que constituye un estado de bienestar en que la persona alcanza el mayor éxito y establece una serie de relaciones personal y socialmente satisfactorias.

Profilaxia constructiva indirecta. Hay que partir del principio de que las necesidades espirituales del niño deben ser atendidas en conjunto. Esta necesidad resalta particularmente en la profilaxia constructiva,

pues a menudo hay que estar más atento a la situación que al niño, y lo más importante en ella son los individuos o sean los elementos dinámicos. Las historias personales y sociales de los niños inadaptados revelan la tremenda responsabilidad que a menudo corresponde a los más cercanos a ellos. No basta el tratamiento del niño —y ni aun el del adulto como entidad independiente y desligada— pues no puede arrancársele de la situación total que comprenden: hogar, padres, hermanos, escuela, vecindario y compañeros. Muchas veces no es hacia el niño mismo al que hay que dirigir primordialmente las medidas preventivas, sino hacia los adultos que se hallan temporal o permanentemente en contacto con él. Todo lo que preste valor constructivo a la comprensión y actitud de los adultos, ayuda a impedir la mala salud mental del niño.

Por consiguiente, una parte indispensable del programa práctico para cualquier comunidad, consiste en impartir instrucción en higiene mental a los adultos que rigen el medio ambiente del niño. Así deberá exigirse educación profesional y educación paternal.

Educación profesional. La enseñanza de los principios de la higiene mental debe formar parte en la preparación de esos grupos profesionales cuyos trabajos los ponen en contacto con numerosos grupos de niños. Entre ellos figuran pediatras, médicos generales, enfermeras, higienistas, maestros, psicopedagogos, directores de escuelas, jueces de menores, jefes de la iglesia, etcétera. Estas personas a menudo sorprenden peculiaridades en los niños, pero como a veces les faltan conocimientos o la apropiada actitud emotiva, tal vez no ayuden a esos niños y perjudiquen hasta los mentalmente sanos. De ahí la necesidad de su preparación en los principios de la higiene mental.

De la educación paternal hablaremos oportunamente.

Profilaxia constructiva directa. Aunque la profilaxia indirecta revisite actualmente tanta importancia que va desviando la atención del niño a los adultos que lo rodean, es necesario hacer hincapié en la formación de hábitos apropiados de higiene mental en el niño mismo, es decir, preocuparse por la construcción preventiva directa. Además del influjo sobre el adulto en general y sobre los padres en particular, este ideal puede alcanzarse por medio de Jardines de la Infancia, centros maternos y otros organismos pre-escolares; organización de los cursos escolares de modo que tomen por centro al niño, sus dotes y su adaptación a la vida, más bien que a las asignaturas; educación de los niños de las escuelas elementales en los principios de las relaciones sociales e impartir cursos de higiene mental en las escuelas superiores y colegios, para que así la próxima generación de padres se encuentre mejor preparada para ayudar a los hijos en la conquista de su salud integral.

3) Investigación y propaganda. Lo mismo que todo problema sanitario, la higiene mental no puede adelantar mayor cosa si no existe preocupación por investigar y combatir el mal en sus propios fundamentos, mediante una campaña intensiva y bien meditada. Todo plan destinado a fomentar la salud de la mente debe comprender conferencias,

distribución de impresos, publicidad en los periódicos, revistas y otros medios de alcanzar a las masas. Muchas corporaciones deben recibir información relativa a la higiene mental y en lo posible persuadirlas de su obligación a diseminarla.

EL COMPLEJO ADLERIANO Y LA HIGIEDEZ MENTAL

Por ser los principios relacionados con el complejo Adleriano igualmente aplicables al niño y al adolescente, hemos creído conveniente tratarlo en capítulo aparte, exigiéndolo también así la importancia del asunto.

El «complejo de inferioridad» fué puesto de moda desde hace más de veinte años por el profesor Alfredo Adler y su escuela; ello no significa sin embargo, que antes fuera totalmente desconocido, sino que entonces no había sido advertido con toda claridad. No se había puesto de relieve la trascendencia de este sentimiento en el porvenir de la vida mental del individuo.

Si el problema es sugestivo por pura y simple elucubración psicológica, crece en importancia en el ejercicio de la función docente, puesto que los errores cometidos por falta de preparación adecuada del educador, traen consecuencias fatales e irreparables en la integración de la personalidad. Su importancia es mayor todavía, cuando se plantea el problema de la socialización del niño, es decir, su acomodación a un medio determinado, a cuya realización él mismo deberá contribuir.

Cuando no se tiene tino de equilibrar los derechos del niño con las exigencias del adulto; de armonizar los intereses particulares con los del grupo, el conflicto surge inevitablemente y será la génesis del sentimiento de inferioridad con todas las desventajas que trataremos de examinar brevemente a continuación.

Etiología.—El sentimiento de inferioridad tiene su origen en la derrota de la tendencia hegemónica, porque la vida en último análisis no es más que la perpetua lucha por la conservación del YO.

En un medio social de la estructura del nuestro, para asegurar la existencia hay que poner en movimiento esta tendencia conservadora. El ligero barniz de cultura con que nos disfrazamos hace que se disimule muchas veces la tendencia dominadora, y que no aparezca con tanta claridad como en los animales. Los incesantes progresos en las artes, en las ciencias y en la industria no son más que patéticas demostraciones de ella.

Ahora bien, esta tendencia egocéntrica es más fuerte aún en el niño que en el adulto, a causa del crecimiento que impone cambios en su equilibrio orgánico que han menester doble ración energética; para reparar las pérdidas ocasionadas por su proverbial actividad y para asegurar el

crecimiento. Cosa idéntica sucede con la expansión espiritual, máxime si se toma en cuenta que ésta se efectúa relativamente más aprisa que el crecimiento orgánico, resultando de ello que su potencial físico, no secunda eficazmente sus pretensiones mentales; quiere ejecutar las mismas acciones que el adulto y le faltan fuerzas. A pesar de las limitaciones naturales a su actividad, la tendencia de dominio se acentúa y realiza toda clase de experiencias necesarias para la construcción de su ser espiritual. No le satisface la información que pudiera llenar las necesidades momentáneas, lejos de eso, quiere saber más, desea penetrar la naturaleza, destruye, experimenta, pregunta hasta la saciedad. De esta manera va ampliando el límite de su horizonte mental.

Pero sucede que desde el principio, mucho antes de que el niño despierte a la vida consciente encuentra cortapisas al desbordamiento de su Yo: Por una parte el medio natural que al mostrarnos las maravillas de la creación, lleva luego al convencimiento de que su posesión no es absoluta; que no puede cortar las estrellas; que no puede volar como los pájaros. El medio social complementa esas restricciones con la serie de mandatos formulados siempre en términos negativos; «no te pares», «no te sientes», «no camines ligero», «no salgas al jardín. . . » se le obliga a comer lo que no le gusta, se le calla cuando tiene ganas de gritar, se le manda a la cama cuando no tiene sueño.

Y de esta manera va tomando cuerpo la sensación de impotencia en el niño que al fin considera infructuoso todo intento de lucha.

Su constante fracaso es, pues, lo que organiza el complejo de inferioridad. No hay que creer sin embargo, que dicho complejo es antinatural y por lo mismo pernicioso en todos los casos; muy al contrario, resulta saludable en cuanto estimula el deseo de superación, de imitar a los personajes de su predilección, incita, en fin, a múltiples actividades que vienen siendo algo así como ejercicios preparatorios, para su actuación posterior, sirviendo temporalmente como pseudo-satisfacción de la voluntad de potencia. Pero lo normal es que el sentimiento de inferioridad desaparezca a medida que la personalidad se consolida. En la persistencia de dicho sentimiento es que está el peligro. Diversas causas que consideramos en seguida, pueden contribuir a intensificarlo, fijándolo a tal punto, que será motivo de perpetuo sufrimiento moral y de reacciones compensatorias diversas.

Influencia del medio social. Tenemos el caso de padres incomprensivos que por avergonzar al hijo mal dotado o para despertar en él ideas de enmienda, lo comparan a diario con un pariente o amigo de mejores recursos, haciendo resaltar su despreciable condición. El comportamiento despótico de los hermanos mayores para con los más pequeños produce las mismas consecuencias. Al mismo resultado conduce el comportamiento de un maestro que se empeña en exponer a la rechifla de los compañeros a un estudiante por falta de habilidad mental. Algo parecido sucede con el propósito de evitar errores que en vez de vigorizar tiende —fuera del aspecto que consideramos— a la interrupción del discurso

y del pensamiento continuo. Niños que comienzan por decir algo o por ansiar intelectualmente decirlo, con frecuencia son víctimas de un apercibimiento que los hace tan conscientes de errores en substancia y forma insignificantes, que la energía que debieran emplear en la reflexión constructiva se distrae en una constante preocupación por no cometer errores y, en casos extremos, se esfuman en una quieta pasividad y hermetismo adoptados como el recurso más cómodo para evadir la sátira. También están los condiscípulos más fuertes que vapulean y martirizan a los débiles. Todo esto da por resultado la pérdida de la confianza en sí mismo.

Conduce al mismo resultado la precocidad en el esfuerzo. Apenas el niño adquiere ligero dominio sobre sus extremidades los padres quieren que su ayuda sea efectiva; que contribuyan con algo al sostenimiento del hogar. Entre las clases proletarias la explotación brutal de la niñez es verdaderamente escandalosa. Es de observación corriente la escena cruel de una madre que lleva arrastrando al hijo cuando a éste le faltan las fuerzas para avanzar al ritmo que ella le impone.

Otra de las causas que indudablemente tiene peligrosas consecuencias en la vida emotiva de los niños es el prolongado abandono. Todos han sido testigos presenciales de las horas interminables de desolación y angustia que pasan los hijos de clases populares, gritando y pataleando hasta el agotamiento, sin despertar el menor cuidado de parte de las madres.

Como regla de conducta cabe dejar sentado desde ahora, que no debe exigirse a un niño más de lo que puede rendir, so pena de exaltar el sentimiento de inferioridad, y de predisponerlo a no obtener nunca ningún resultado satisfactorio de su esfuerzo. Empieza el descontento consigo mismo; la inseguridad y la falta de fe se fijan en su espíritu y nadie será capaz más tarde de arrancarle la idea de que está por debajo del nivel común.

Veamos ahora el aspecto contrario del problema. Aunque parezca extraño, acostumar al niño al éxito fácil, sin graduación progresivamente ascendente de la dificultad, también conduce a lo que precisamente se quiere evitar, es decir, a la inferioridad. La confianza ilimitada en sí mismo, cuando no ha sido puesta a prueba por el rigorismo de nuevas experiencias, resulta muy amargamente desmentida cuando se sufre el primer fracaso. La primera desilusión puede ser tan grande que inhiba para siempre el deseo de luchar contra nuevos obstáculos. No es otra la razón por la cual los niños consentidos en el hogar son futuros candidatos a padecer el sentimiento de inferioridad. Los niños de clase obrera, por razones de menor robustez, humilde indumentaria y peor trato, van creándose, inconscientemente una condición inferior.

Inferioridad orgánica y psicológica reales. Los jorobados, ciegos, cojos, sordos, miopes, débiles mentales, imbéciles; o aquellos que sin llegar a la inferioridad real muy manifiesta, presentan un defecto físico llamativo, están predestinados a sufrir por doble razón, de insuficien-

cia: porque efectivamente su condición es inferior, y porque a ello se suma la inclemencia de los demás.

Sintomatología.—Fijado por las causas que hemos revisado someramente, el complejo de inferioridad es fuente de desasosiego y de reacciones diversas que tienden todas a la protección.

El martirio que lleva implícito, engendra muchas variantes en el comportamiento, que se escalonan desde la resignación hasta la rebeldía, de la timidez al despotismo, del charlatanismo al talento, de la maldad a la filantropía, de la cobardía al heroísmo, de la neurosis al crimen, de la abulia a la hipertrofia sublime de la conación.

Tal diversidad de manifestaciones derivadas de una misma causa, sólo es explicable si se toma en cuenta la mutabilidad de los factores genotípico y de ambiente.

En la lucha que emprende el individuo contra la sensación de impotencia, hace uso de un recurso universal: la compensación; decimos universal, porque casi llega a identificarse con la ley biológica de adaptación del órgano a la función, y en este sentido la naturaleza lo emplea a cada momento para establecer el equilibrio roto por una insuficiencia. Es bien conocido el corazón hipertrofiado de los que padecen de insuficiencia circulatoria, para que baste como ejemplo.

Pero quien dice compensación no dice supresión, sino equilibrio por influencias en sentido contrario, por adición de nuevos pesos al platillo de la balanza. También es cierto que en algunos casos la compensación puede llegar a la supresión, y algo más, a la sobrecompensación.

En el dominio mental las respuestas compensatorias rebasan los límites del simple equilibrio y tratan además de proteger al individuo contra la angustia de sentirse inferior. Esto es lo que ha permitido establecer dos grandes clases de compensación: heroica o triunfadora y protectora o disimuladora.

Compensación heroica. En esta clase de compensación el obstáculo se ataca frente a frente, hasta vencerlo. Se observa en aquellos individuos de exaltado amor propio que sufren de inferioridad orgánica; en los espíritus afirmativos y enérgicos para quienes el sentimiento de su deficiencia es una voz de reto que espolea la voluntad, agiganta el espíritu combativo y prepara para la victoria aún a costa de grandes caudales energéticos.

Recordamos el caso de un niño de enclenque anatomía que fué aporreado públicamente por un compañero más fuerte que él. Con la idea de vengar el agravio, practicó asiduamente el boxeo, la natación y toda clase de ejercicios gimnásticos. Al cabo de pocos años llegó a ser un muchacho de magníficas condiciones físicas; pero de sumiso y bondadoso que era, se tornó en agresivo y cruel. Su inferioridad puesta en evidencia en aquella prueba, fué el constante aguijón de su conducta. En este caso no podemos decir que se resolvió la fórmula ideal de la compensación triunfadora, porque aunque sí se logró restitución física, en el orden

moral e intelectual no hubo suplencia de su incapacidad por otra virtud de especie más elevada.

Compensación protectora.—Aquí en lugar de atacar el obstáculo de frente, el sujeto se limita a rodearlo, en cierta manera a evadirlo; como no es capaz de anular la inferioridad de que sufre, ni tampoco tiene la amplitud de criterio necesario para resignarse a ser menos que otros, tratará de cubrir sus flaquezas con el engaño y la simulación, o bien tomando la ofensiva, que en este caso, es una forma de simulación. Legiones de esta calaña andan sueltos por el mundo arrastrando su complejo que, cosa curiosa, en lugar de obstaculizarlos, les abre el camino del éxito, cuando tienen la suerte de encontrar un medio cándido. Son los charlatanes que tratan de deslumbrar cuanto más sufren por su nulidad; son los ricos de nuevo cuño que tratan de ocultar bajo de un buen traje su estrechez económica; son los nobletes que tras su talante distinguido esconden un espíritu chocarrero.

Alardear de fuerza es a menudo un buen signo para descubrir al que sufre de inferioridad. Si se trata de un niño, será jactancioso, inquieto; tratará de presentarse siempre disfrazado; de no dedicarse a ocupaciones propias de su edad sino de personas mayores; será terco y obstinado en hacer creer en su poder y capacidad para no depender de nadie.

Otra modalidad de la compensación es el refugio en el ensueño. Echar a volar la imaginación para buscar lo que la realidad nos niega; nos hacemos invisibles, paralizamos ejércitos y aviones por medio de fuerzas magnéticas. Todos los niños han deseado con vehemencia alguna vez tener fuerzas hercúleas para pulverizar al padre o maestro que osa castigarles. Si no fuera porque a veces el sueño se prolonga demasiado y hace vivir positivamente al niño en ese mundo de su invención, no tendría nada de perjudicial; pero cuando el niño se vuelve ensimismado hay que ponerse en guardia contra algún sufrimiento secreto que pueda ser su verdadera causa.

Existe otro caso más corriente: se trata de alumnos deficientemente dotados del intelecto, que con gran facilidad sorprenden a maestros poco prevenidos. Pues bien, estos alumnos tratan de compensar su poco talento con la aplicación; su falta de reflexión constructiva, con el aprendizaje de rutina; de esta manera logran a veces hacer buena impresión.

Cuando el niño no logra compensarse y pasar al primer plano de importancia por los medios corrientes; cuando le rehusan la atención que él solicita, recurre a otra estratagema: la enfermedad.

Conocemos el caso de un compañero bastante olvidado en lo que se refiere a dotaciones físicas. Dispone hacer víctima de su afecto a una joven, y como ésta lo rechazara una y otra vez, simuló un ataque de apendicitis, con tan mala suerte, que su afán por despertar la compasión de la muchacha, no fué suficiente para elevar la temperatura, ni alterar el cuadro hemático —entre otras cosas— por lo que la decisión operatoria, que él reclamaba con tanta insistencia, no tentó al cirujano.

La necesidad de dominación puede también satisfacerse de otra manera: con la crítica mordaz; deprimiendo sobre todo a los que se perfilan como competidores peligrosos por su condición superior. Si no es posible elevarse por los propios méritos, se regateará valor a los otros, se explotarán sus más pequeños defectos. De esta manera la calumnia viene siendo un medio para poder sobresalir. Esta especie de compensación por la cual se pretende que los demás paguen nuestros propios defectos, toma a veces caracteres tan alarmantes y trágicos, que puede por el mecanismo apuntado, conducir hasta el suicidio.

Profilaxia y tratamiento del complejo de inferioridad. La profilaxia consiste en suprimir las causas que puedan engendrarlo. Toda labor que en este sentido se emprenda presenta dos aspectos: negativo, cuando se trata de evitar el comportamiento inadecuado de parte de padres y maestros con el fin de prevenir la creación y fijación del complejo; positivo, cuando los esfuerzos se encaminan al desarrollo normal de la personalidad. Lo que hemos dicho ya al tratar la personalidad del niño, y lo que no debemos decir, por ser del dominio de la pedagogía general, justificará este capítulo forzosamente esquemático.

Una visión clara de lo que es la educación; educadores renovados en la escuela del estudio y protección de los intereses infantiles, educandos crecidos en una atmósfera de intenso espíritu de cooperación material y social, constituirán un medio poco apropiado para el incremento del complejo de inferioridad.

Educadores defectuosos. Debemos advertir sin embargo, que dichos defectos provienen de que estos educadores han sido víctimas a su vez de una educación malsana, que ha fijado también en ellos el complejo de que tratamos. De esta manera los errores educativos pueden transmitirse de generación en generación indefinidamente. Un maestro, por ejemplo, tiranizará a sus alumnos porque, o bien fué hijo único, señor y tirano de su casa, o porque hostilizado en su juventud se sentirá inclinado a martirizar a sus alumnos por compensación vengadora. De ahí que en la selección de futuros educadores, será muy eficaz para cortar el círculo vicioso, ahondar la encuesta para escudriñar, entre otras cosas, el ambiente emocional hogareño del futuro mentor. Otro paso indiscutiblemente fructuoso en la prevención del complejo de inferioridad sería desterrar el concepto bien pobre que se tiene de la disciplina infantil y la mentalidad obtusa con que se le interpreta, identificándola en todos los casos con la disciplina de cuartel. No se concibe orden si no hay uniformidad de movimientos y pisadas unísonas.

Esto, naturalmente, es muy agradable a la vista del profano y muy cómodo para el maestro incapaz de encauzar correctamente la desbordante actividad del niño. Pero esta disciplina férrea y autoritaria sólo alcanza su objetivo, rechazando las tendencias benéficas, desviando la energía reprimida por grietas ingratas que conducen a la pérdida de la personalidad.

Las excelentes condiciones de la adaptabilidad del niño hacen que se acomode fácilmente a este régimen; pero las desfavorables repercusiones en su vida posterior, son las que hay que temer; serán los personajes rutinarios y acomodaticios, sin asomo de iniciativa y originalidad, que sucumbirán ante la primera situación problemática que se les presente.

Afortunadamente el niño guiado por un instinto vital más inflexible aún que el reglamento, se defiende de mil modos de ese régimen coercitivo. También puede llegar el momento en que se rebele contra la coacción de la autoridad paterna o del maestro, y esto sucede cuando el sentimiento de inferioridad llega a su clímax.

La disciplina escolar bien entendida, tiene la noble ambición de la perfección espiritual del niño, es un resultado más bien que una causa. Una mente cualquiera puede decirse que está disciplinada con respecto al asunto sobre el cual ha adquirido cierto dominio y cierta iniciativa mental. De manera que la disciplina mental significa la adquisición de un metódico dominio del conocimiento de la materia, gracias al cual la mente se desarrolla gradualmente y se emancipa a la vez de toda tutela.

La disciplina mental representa la verdadera finalidad de la educación; desarrollar la inteligencia en el sentido de hacerla adquirir ese carácter efectivo e independiente; en una palabra, organizar una mentalidad. Su objetivo es la formación de hábitos de pensamiento y no la adquisición de una uniformidad para ciertas acciones exteriores. Son muchos los orientadores de la niñez que no habiéndose compenetrado del verdadero sentido de la disciplina mental, confían para el desarrollo de las energías espirituales y de la reflexión eficiente en métodos que en realidad limitan, cuando no destruyen, la actividad de la mente, a la cual sumergen en automatismos y uniformes rutinas, creando así dóciles pasividades y servilismos mentales.

Hasta aquí sólo hemos hablado del sistema autoritario, veamos ahora cómo el sistema opuesto, es decir, el de excesiva complacencia y solicitud, puede conducir al mismo resultado: la inferioridad. Y es que ambos adolecen de igual defecto, no permitiendo el desarrollo espontáneo de la voluntad reflexiva y de la autonomía del ser. Tanto en uno como en otro sistema, el niño es dependiente de alguien: o se le prohíbe actuar o se actúa por él.

La preocupación constante por allanarle el camino le impide decidirse por sí mismo. Idénticas advertencias formuladas en diferente tono, son puestas en boca de la madre áspera y de la madre complaciente. Es con distintas intenciones, una constante intervención que produce los mismos efectos.

Existe un recurso soberano para que el niño adquiera consciencia de su valor personal y abra nuevos caminos a su tendencia dominante: el trabajo, es decir la aplicación de la energía a una dificultad material o intelectual, con el objeto de vencerla.

Pero la actividad debe ser bien motivada, o lo que es lo mismo, surgir como una necesidad que arranque de intereses propios, de aspiraciones personales; que aparezca al niño como una verdadera realización de su YO. Cada dificultad vencida en estas condiciones, traerá el deseo de vencer otra nueva y de esta manera se extiende el dominio sobre el medio ambiente, fortificándose el sentimiento de superioridad. Pero si se impone un trabajo que no esté en relación con su capacidad o potencia mental, el niño queda inactivo, porque no tiene para él significado, y en caso de acometerlo, se desvalora y entristece, por el fracaso en la realización de la tarea. Si los errores se repiten el niño se va deslizando poco a poco por la peligrosa pendiente de la inferioridad.

La habilidad consiste, pues, en disponer las cosas de tal manera que sea el niño y no el adulto quien proponga los problemas. El trabajo material y el estudio aparecerán entonces como un medio nada más de realizar sus deseos.

El celo profiláctico en lo que se refiere al sentimiento de inferioridad, no debe llevarse al límite extremo de suprimir toda norma taxativa por el riesgo de exaltar el expansivismo, que fácilmente conduce al niño por senderos emocionalmente peligrosos que estorban el sano desarrollo moral. En una sociedad como la nuestra, trastornada por la rivalidad y la competencia ilícita, es necesario iniciar en las escuelas una vida de cooperación y ayuda mutua, de sacrificio al bien común, para reducir a límites prudenciales las áreas de dominio del EGO.

Algo que debe tenerse siempre presente cuando quiere apartarse al niño de influencias nocivas, es el principio de individualización. Algunos alumnos soportan sin sufrir alteraciones del carácter toda clase de violencias, que en cambio en otros ocasionarían serios trastornos. Estas particularidades individuales, corrientemente respetadas cuando se trata del cuerpo, se olvidan cuando se trata de la mente; se aplican las mismas sanciones y se exige el mismo rendimiento.

Conducta que debe seguirse en caso de inferioridad manifiesta. Ante todo tratar de vencer los temores y despertar la confianza en sí mismo. La estimación ajena está en relación directa con el valor que concedemos a nuestras posibilidades de lucha. Ningún valor tiene el hombre pusilánime y falto de criterio propio que tiembla ante cualquier empresa que requiera iniciativa. No puede triunfar jamás en esta época de porfía el desconfiado de sus propios valores. La confianza propia tiene el maravilloso poder de aunar sus potencialidades en un haz fortísimo capaz de soportar todas las tensiones.

Cuando la inferioridad se manifiesta por timidez, pereza, accesos de rabia o por creaciones fantásticas, no hay que acudir a la repreensión violenta. No queremos decir con esto, que la sanción esté fuera de lugar en caso de manifestaciones reprobables, pues está demostrado que a veces se logra con ella cierta inhibición saludable. Pero lo que se debe procurar a toda costa, es llegar a la raíz del mal; a descubrir el centro trófico que alienta la enfermedad, pues de lo contrario, la reprimenda

sólo es un paliativo que tiene además el inconveniente de hacer creer que el mal está curado, cuando en realidad, el fuego arde bajo las cenizas.

Es suficiente recordar que la víctima es irresponsable de su conducta, puesto que su actuación es en gran parte inconsciente, para despertar la simpatía y tolerancia de parte de los encargados de su custodia.

La autoridad científica del educador puede ser fuerza sugestiva de primer orden para hacerle creer en la posibilidad de mejora, y algo más, de triunfo.

En cada individuo, por mal dotado que sea, siempre hay un filón de oro que puede ser explotado si el minero es experto. El arte consiste en descubrirlo para que sirva de punto de apoyo en la tarea de rehabilitación, de tabla de salvación en el naufragio de la personalidad, en hacerle comprender que sirve para algo. Cuando esta convicción empieza a vigorizarse en el subconsciente, y nace la idea de que en efecto posee cualidades aprovechables, obra al punto de conformidad con ellas, sin temor a las consecuencias de su acción. Su situación moral se transforma: el niño está salvado.

HIGIENE MENTAL DEL NIÑO EN EL HOGAR

Una obra de prevención mental, si se quiere preciar de completa, debe forzosamente retroceder al estudio del período pre-natal y aún al período pre-concepcional. En este sentido creemos encaminadas al mismo fin, las medidas tomadas en favor de la higiene de la raza, de rendimiento práctico más considerablemente todavía que la higiene individual.

Permítasenos, pues, antes de entrar de lleno a considerar las cuestiones relacionadas con la rúbrica que encabeza este capítulo, dar algunas nociones generales de Eugenesia.

La Eugenesia es la ciencia que establece los preceptos a que debe subordinarse la especie para asegurar su perfecta continuidad.

Para la realización de tamaña ambición necesita de la concurrencia de varios factores que conciernen al:

Período pre-concepcional. Durante este período debe procurarse la preparación de los jóvenes para el matrimonio y la paternidad. El éxito obtenido por los diversos organismos interesados en la higiene mental de la infancia, depende de la cooperación que presten los padres. Se necesita con apremio preparación para el casamiento. No basta salud física, debe procurárseles buen equilibrio mental. De gran utilidad resultan los Centros Matrimoniales que ya funcionan con toda regularidad en otras partes. A ellos se acogen los futuros cónyuges y recién casados para la resolución de los problemas relativos al sexo. También se les ofrece instrucción en los principios del amoldamiento a la vida conyugal, bien al principio de la edad núbil, o mejor aún, antes de verificarse el casamien-

to. Se les informa ampliamente en lo relativo al cuidado y educación de los niños. Se pone mucha insistencia en que es mejor asistir a dichos centros, antes de que sobrevengan las desavenencias. En fin, en las clínicas conyugales se obtiene asesoramiento autoritario en cuanto a cuestiones psiquiátricas, médicas y sociales se refiere. De esta manera se ayuda a los casados o que van a casarse, a vencer dificultades de orden personal. Influye favorablemente en la salud de los descendientes el matrimonio contraído en la edad de elección. Nosotros consideramos un poco arbitrariamente, como buena edad, la de 25 a 35 años en el hombre, y la de 16 a 25 años en la mujer.

Otras medidas para garantizar buena salud a la descendencia. Prohibir el matrimonio entre consanguíneos, por la extrema dificultad de establecer con certeza, perfectas condiciones de higiene en los futuros padres, y ya se sabe que cuando de consanguíneos se trata, las taras en los ascendientes resultan multiplicadas en los descendientes, por tendencia acumulativa de la herencia. Los incisos 2o. y 4o. del artículo 93 del Código Civil de Guatemala, en lo conducente dicen: «No podrá celebrarse el matrimonio entre ascendientes y descendientes, hermanos y medio hermanos».

Nosotros creemos por la razón apuntada, que dicha prohibición debiera abarcar, por lo menos, a los primos dentro del primer grado de consanguinidad.

Proscribir la inveterada costumbre de la luna de miel, por las pésimas condiciones en que se realiza: agotamiento, libaciones, etcétera. Requerir perfectas condiciones somáticas y psíquicas a los contrayentes, garantizadas por medio del certificado médico pre-nupcial, que debe exigirse tanto a la mujer como al hombre. Sin duda para evitar transiciones bruscas, nuestra ley conserva el resabio de que dicho documento se exija a la mujer, solamente cuando el futuro marido así lo desee. Lo que prácticamente resulta una exención para ella, por razones fáciles de comprender. El artículo 90 (Artículo 1o. del decreto gubernativo No. 1,709) dice además: «Se exceptúan de la disposición de presentar certificado médico pre-nupcial, los de la raza indígena». Creemos que para los fines de una descendencia sana, sería muy conveniente abolir esta exención.

Los estados psicopáticos constitucionales, la demencia precoz, la psicosis maníaco-depresiva, la epilepsia, la idiotez, la imbecilidad atacan a ciertas familias en forma que bien podría llamarse electiva, y para estos individuos afligidos por formas tan graves de trastornos mentales, debería ser prohibitivo el matrimonio. En algunos países se han tomado medidas más radicales, como la esterilización para ciertos casos.

Período concepcional y post-concepcional. Son muy recomendables para los fines de salubridad mental de la prole, las buenas condiciones físicas y mentales en el momento de la concepción.

La salud de la madre durante el período de la gestación deberá ser rigurosamente protegida. Evitar durante la gravidez intoxicaciones de

toda naturaleza. Promulgar leyes que den amplia protección a la mujer encinta, a fin de procurarle el reposo necesario sin menoscabo de su seguridad económica. Resguardar a la gestante de toda clase de violencias psíquicas y morales que pudieran afectar al producto de la concepción.

Dar toda clase de facilidades para rescindir el contrato matrimonial, cuando las condiciones sean evidentemente desfavorables para la procreación, como en los toxicómanos, criminales natos, alienados, etc.

El parto, por los múltiples traumatismos que lleva consigo, es capaz de aminorar y hasta de pervertir el rendimiento psíquico. Con razón ha dicho alguien en pintoresco retruécano: «La angustia del nacimiento es el nacimiento de la angustia».

Competente asistencia obstétrica a base de servicio social bien organizado; evitar el uso del fórceps cuando el parto no ha hecho suficientemente su prueba, tal sería el remedio.

Con el nacimiento se inicia el trabajo de higiene mental propiamente dicho, porque el origen de un psiquismo perfecto o imperfecto es contemporáneo al de cualquier actividad mental del individuo y está demostrado por las nuevas escuelas psicológicas, y principalmente por las psicoanalíticas, la importancia fundamental que tiene el estado de lactancia.

Fué corriente hasta hace muy poco tiempo, la creencia de que la niñez es irreflexiva, pues se aseguraba que esa época era un período de puro desarrollo, y que la adolescencia trae repentinamente las manifestaciones del pensamiento y de la razón. Sin embargo, adolescencia no es sinónimo de magia. La juventud trae consigo sin duda, un ensanchamiento de los horizontes infantiles, una susceptibilidad para reaccionar ante mayores intereses, cuestiones más amplias y puntos de vista más generosos para considerar la vida y la naturaleza, en virtud de lo cual se organiza un pensamiento de tipo más comprensivo y abstracto que el infantil.

El pensamiento se origina tan pronto como el bebé a quien se le ha caído su juguete, comienza a prever la posibilidad de algo que no ha sucedido aún o sea la posibilidad de su readquisición, lo cual el niño comienza a realizar con la experimentación, mediante los pasos que guiado por ideas, se aventura a ensayar con ese objeto, verificando así esas ideas. El único modo mediante el cual puede cumplirse durante la adolescencia la promesa de una aparición de actividades reflexivas superiores, es procurar que el mayor factor de cultivo mental lo constituya ese pensamiento que ya está en actividad en la experiencia infantil. Pero para que ese florecimiento se produzca sin desviaciones peligrosas, es necesario un régimen psíquico adecuado durante esta edad que ha sido llamada justamente «edad de oro de la higiene mental». Con razón constituye en la actualidad la máxima preocupación de los psicoanalistas. Desde el nacimiento se descubre un mundo nuevo de promesas todavía insospechadas, abierto a la investigación de médicos, psicólogos y edu-

cadore; época maravillosa para el delineamiento del carácter y de la formación mental y social del adulto. Para este trabajo de observación psicológica, en esta cruzada de rehabilitación deben intervenir los padres y los psico-pediatras. Cada año crece más el interés de la pediatría por la psiquiatría, urgida por utilizar los conocimientos psiquiátricos en el crecimiento y desarrollo mental del niño, así como también para sorprender en buena hora, aquellas manifestaciones que interpretadas con malicia de ciencia, pueden servir de hilo de Ariadna para aventurarse sin riesgo en las profundidades del espíritu.

La previsión y tratamiento de los desórdenes mentales suele brindar mayor optimismo en los años tempranos de la vida, cuando se hallan menos arraigados o quizás no establecidos. Por eso resulta doblemente interesante conocer e interpretar las múltiples manifestaciones de la mala adaptación en el niño. En los niños pequeños, especialmente, dichas manifestaciones se traducen en su gran mayoría, por determinados hábitos malos, tales como: chuparse los dedos, comerse las uñas, extraños movimientos corporales, caprichos, antojos alimenticios, etcétera. La mala adaptación puede hacerse ostensible también bajo formas de rasgos indeseables de la conducta: hipersensibilidad, terquedad, querellas constantes, pereza, falta de interés o ambición exagerada e intranquilidad general. Otros rasgos pueden asumir la forma de reacciones antisociales, como: mentira, hurto, tendencia a destruir, rabietas, suspicacia, rebeldía contra las autoridades.

Según el doctor Friedjung hasta algunos disturbios con toda la apariencia de orgánicos, pueden considerarse ahora ligados a influencias del factor emocional. El citado autor nos da la lista siguiente:

Aparato digestivo: anorexia, hipogueusia, vómitos habituales, diarrea, cólicos umbilicales.

Aparato urinario: enuresis, polaquiuria, incontinencia.

Aparato respiratorio: espasmos respiratorios, falso crup, asma bronquial, tos nerviosa.

Aparato circulatorio: rubor, palidez, taquicardia, síncope.

Organos de los sentidos: blefarospasmo, ambliopía, alucinaciones visuales y auditivas, hiperestesia, anestesia o hipoestesia del pene y del paladar.

Júzguese por esta simple enumeración la importancia que pueda tener, no sólo para el especialista, sino también para el médico general, la interpretación de un estado anormal, no únicamente por lujo de investigación causal, sino también en vista de la aplicación racional de un recurso terapéutico.

Ya que los hábitos adquiridos durante el período pre-escolar ejercen una acción decisiva sobre el carácter y la vida social ulterior, es necesario cortar desde entonces los brotes indeseables de la conducta, a fin de que los buenos hábitos inculcados, crezcan lozanos; dirigir en pocas palabras, la formación del carácter desde niños.

La orientación de la niñez es la preocupación más sobresaliente de la moderna higiene mental, que se ocupa de todo lo relativo a la personalidad, y que toma en cuenta además, las complejas inter-acciones entre el niño y el medio y trata de ayudarlo a conseguir una adaptación práctica que le sirva en sus relaciones con el mundo.

Los niños como es natural, aún tratándose de los perfectamente equilibrados, no alcanzan el desarrollo psicológico en que viven de ordinario. Tal cosa no sucedería si el ambiente les prestara las estimulaciones adecuadas a la expresión de sus legítimas ambiciones, lo que desgraciadamente no ocurre. Es cierto que el niño normal opone mayor resistencia que el tarado a las influencias desfavorables de orden psíquico; no obstante, su resistencia es indiscutiblemente menor que la del adulto, y si un agente que tal vez no deja huellas en un organismo maduro, actúa con cierta persistencia en determinada función del niño, ésta sufrirá alteraciones que constituyen el germen de la psicopatía.

La orientación de los niños inteligentemente realizada nos brinda una oportunidad para el estudio y tratamiento científico, que por incomprensión de sus problemas anímicos, reaccionan de manera inconveniente en el hogar, en la escuela y en la colectividad, dando margen a las dificultades de adaptación que demanda la vida cotidiana.

La preparación efectiva de la niñez no es considerada ahora como simple labor informativa, sino como un proceso que abarca todas las funciones vitales y que se sale, en consecuencia, de los linderos de la escuela para extenderse por la vida entera.

En esta obra de Sano e integral desarrollo de potenciales humanos, la familia ocupa lugar privilegiado para influir positiva o negativamente en el destino de los individuos. En el hogar pasa el niño los primeros años y la mayor parte de su existencia; al hogar van ligadas también las primeras y más fuertes impresiones de su vida. Por eso los modernos paladines de la higiene mental conceden a la familia un papel de primer orden en la prevención de la fragilidad que es fuente de malos rendimientos e imperfecta socialización. En este sentido el trabajo de prevención analiza las condiciones personales de los padres y demás parientes, así como también las de aquellas personas que por su contacto prolongado con los niños tengan alguna influencia en su vida. A medida que el niño se socializa en función de su edad, los grupos que tienen que considerarse en el mismo aspecto, tienen que ser más extensos. Los círculos de acción de la higiene mental se ensanchan cada vez más, llegando a todas partes, para ajustar, corregir y facilitar el proceso constructivo.

La voluntad de los padres de secundar esta labor, que incluso supone renunciamentos a satisfacciones primarias del instinto, apenas se ha manifestado en la actualidad, pero estamos seguros que muy luego acudirán presurosos a este llamado que se perfila con urgencia en el umbral del futuro.

CONDICIONES DEL HOGAR PARA LOS FINES DE UNA HIGIENE MENTAL EFECTIVA

Condiciones materiales. Parecerá fuera de marco hablar aquí de condiciones materiales, cuando tratamos de cuestiones mentales; pero ha de tomarse en cuenta que la habitación, juntamente con las circunstancias de ambiente natural, influyen hasta en el biotipo, haciendo que —en opinión de muchos— los individuos se parezcan más por el hecho de la convivencia, que por razones ancestrales. Aunque esta afirmación nos parece un poco exagerada, de ninguna manera será ocioso referirnos a las condiciones materiales de la vivienda, por su indiscutible repercusión sobre la salud de la mente. El desenvolvimiento fisiológico, progresivo, armónico y gradual de un ser humano en un medio salubre, en óptimas condiciones de aireación, ventilación e iluminación, ofrece muy buena garantía para un despertar físico y mental apacible. Lo que sí exige amplitud de criterio nada común, es la tarea de disponer el medio hogareño de tal manera que el niño pueda tomar amplia posesión de su casa, sin cortapisas de ninguna especie. El niño necesita que su hogar sea un remanso que le brinde suficiente calor afectivo; que se sienta en él, cómodo, confiado y feliz, para evitar conflictos entre la capacidad física y los alcances mentales, todos los objetos de uso personal, deben ser adecuados a su tamaño, de preferencia desmontables para satisfacer su curiosidad tan exuberante en las primeras edades. Las cosas prohibidas o que están fuera del alcance de sus manos, se vuelven detestables, y esparcen el germen del odio de una manera tan sigilosa, que a los adultos les cuesta trabajo comprender.

Hasta el último rincón de la vivienda debe ser abierto a su curiosidad para evitarle desconfianzas e incertidumbres que emponzoñan su vida presente y futura. La concurrencia vital complica crecientemente la lucha por la existencia, resultado en parte de la civilización, que ha permitido el hogar miserable al lado del confort más refinado, confundiendo el rumor de la bacanal con el grito del hambre. Esta circunstancia naturalmente, crea el sentimiento de injusticia y acentúa el rasgo egocéntrico de suyo hipertrofiado en la primera infancia. Los grandes desniveles económicos y prejuicios raciales no son muy propicios, por cierto, para la camaradería feliz.

En las investigaciones llevadas a cabo por nosotros, visitamos cien hogares y recogimos información de otros cien, con el objeto de darnos cuenta de las condiciones de su higiene física. Nuestra observación comprende hogares de los distintos sectores alejados del centro de la capital y pertenecientes a niños de las escuelas públicas.

El resultado de nuestra inspección lo resumimos en los cuadros siguientes:

C U A D R O No. 1

Clasificación correspondiente al número de individuos que integran cada familia y número de piezas que habitan.

No. de individuos por familia	No. de familias	Número de piezas habitadas por cada familia.						
		1	2	3	4	5	6	7
2	8	6	2					
3	22	20	2					
4	28	20	5	1	2			
5	55	33	13	7	2			
6	35	18	10	5	1		1	
7	23	5	4	7	5	2		
8	13	1	4	3	5			
9	10	3	2	1	1	2	1	
10	3	1	1	1				
11	3		1	1		1		
Total	200	107	44	26	16	5	2	

C U A D R O No. 2

Otras características de las doscientas viviendas inspeccionadas.

PISOS			LETRINAS			AGUA		
Cemento	Barro	Tierra	Buen estado,	Insalubres	Faltan	Suficiente	Insuficiente	Falta
66	63	71	61	133	6	62	101	37

El cuadro No. 1 demuestra que el 53.5 por ciento de las familias viven en un solo cuarto.

El cuadro No. 2 demuestra:

1o.—Que en el 35.5 por ciento de las viviendas faltan los pisos higiénicos.

2o.—Que en el 66.5 por ciento las letrinas son insalubres y faltan en el 3 por ciento.

3o.—Que en el 50.5 por ciento el agua es insuficiente y falta en el 18.5 por ciento.

En resumen: las habitaciones, en su mayor parte, son sucias, húmedas y sombrías, en donde no se disfruta de ninguna comodidad. La situación es más lamentable cuando las familias no disponen más que de una sola pieza (53.5 por ciento), ya que ésta es utilizada como dormitorio, comedor, sala de recibo, taller, etcétera. Encontrando también allí hospedaje los animales domésticos.

Todo lo que se haga en favor de la vivienda del niño guatemalteco irá indirectamente a multiplicar su riqueza espiritual.

Es muy promissora la obra emprendida por las autoridades sanitarias, en lo que se refiere a la formación de hábitos higiénicos en la población. Para dejar de practicar la limpieza, invoca el público con frecuencia razones de orden económico; lo cierto es que esta saludable costumbre no es dispendiosa para nadie, de ahí que cualquier recurso empleado por dichas autoridades para el logro de tan alta finalidad esté muy justificado.

Condiciones espirituales. Con este nombre designamos todo lo relativo al comportamiento de familiares y demás personas allegadas al niño, para evitar la aparición de conflictos emotivos, morales y culturales como consecuencia de una dirección defectuosa. La falta de preparación adecuada del medio familiar, no puede menos que reflejarse en la conducta de los menores. El proceso educativo que se integra desde las propias raíces de la personalidad, ha dejado de ser simple fenómeno de aprendizaje, como se entendía tradicionalmente. Y la tarea de abrir brecha para el escape de valores congénitos, no corresponde exclusivamente a la acción sistemática. Buena parte, y no la menos importante, corresponde a la familia; pero para que pueda cumplir a satisfacción este difícil cometido, necesita de cierta provisión mínima de conocimientos que le permita dar una dirección acertada a la conducta de los hijos. Se necesita mucha información especializada a fin de poder ser un buen padre, pero la mera información, aunque indispensable, no basta. Todos los esfuerzos realizados acerca de la preparación de los padres, deben profundizar hasta sus propias actitudes emotivas y moldes personales; debe hacérseles comprender su propia importancia en la situación total del niño y formarles un concepto de la relación de sus propios actos con esa situación. Los padres a menudo manifiestan exageradas reacciones frente a problemas tales como raterías, mentiras, caprichos, en tanto que dejan pasar por alto los celos, el excesivo soñar a ojos abiertos y otros signos de graves trastornos de la personalidad.

Los padres necesitan ayuda para poder comprender los fenómenos naturales del desenvolvimiento espiritual, para darse cuenta del papel que desempeñan en las situaciones familiares. El mejor modo de ayudarles es hacerles comprender sus actitudes personales hacia los niños, las cuales provienen a menudo de problemas mentales propios, acreedores a un estudio cuidadoso. Muchos padres crean situaciones en las cuales los trastornos de la conducta de los niños sólo representan síntomas. No se debe olvidar que en la lucha preventiva que ya consideramos, los padres constituyen el factor principal.

Formulando en términos negativos el aforismo de Joly, diremos: «Donde no hay familia no puede haber educación». Quizás el trabajo de mayor relevancia que corresponde a la familia es el de prevención. El conocimiento de la obra hecha en el medio familiar, es indispensable para cualquier estudio ulterior que se haga de la personalidad.

La mayor parte de los hábitos se forman antes de los diez años, es decir, cuando el niño no ha salido todavía de la tutela paterna. Es uno de los puntos básicos del programa comunal de higiene mental, este de prevenir en el pre-escolar, el incremento de faltas que puedan perpetuarse a través de la adolescencia y de la edad adulta.

Pero para ser digno acreedor al título de padre, no basta el instinto, ni el solo espíritu de sacrificio; se necesitan además elementales nociones educativas.

En nuestras clases populares, que constituyen la mayoría de la nación, casi todo está por hacerse. Los padres ignoran todo lo relativo a la instrucción y a los principios rudimentarios de ética, indispensables en la formación del niño. Se descuida la orientación metodológica y el arma preciosa del cariño y ascendiente espiritual para la represión temprana del carácter díscolo y otras tendencias peligrosas. Casi siempre el origen de todos los conflictos anímicos, tales como berrinches, vicios, delincuencia, enfermedades nerviosas y mentales, sentimientos de inseguridad, etcétera, son prohijados por constantes reyertas, carácter impulsivo y tempestuoso de los padres, relaciones conyugales impropias, trato injusto y violento; allí donde los problemas más triviales encuentran solución en la palabra subida de tono y la frase dura; en donde reina tiranía, rudeza, indiferencia e inmoralidad; allí se siembra el germen de los males instintos infantiles.

No se sabe por qué los adultos se creen justificados en la comisión de ciertos actos impulsados por fuerzas superiores a su voluntad, y en cambio se muestran rígidos e intolerantes, cuando los hijos, de voluntad todavía no disciplinada, se ven forzados a la acción movidos por las mismas causas.

Aunque el espíritu de imitación, tan preconizado por la escuela ortodoxa, ha sido orillado por las corrientes psico-pedagógicas modernas, que dan más importancia a la capacidad creadora, es indudable que dicho instinto puede ayudar a marcar derroteros educacionales mediante la ejemplarización. Desgraciadamente por ese mismo espíritu de imitación, fácilmente se produce el fenómeno contrario, o sea la acción nociva por el ejemplo malsano.

Al hablar de esta gama de influencias destructivas, no hacemos referencia exclusivamente al hogar indigente, pues aún en aquellos de posición económica envidiable, se comete el pecado de fomentar desviaciones del carácter por ignorancia de los cánones que rigen la conducta.

Cabe establecer diferencias en cuanto a las condiciones espirituales reinantes en los hogares pobres. El doctor Altmann Smythe los divide así:

- a) Hogares pobres pero en donde no falta ternura y comprensión;
- b) Hogares pobres en los cuales la dureza del trato es frecuente, llegando a veces hasta la maldad;
- c) Hogares pobres en donde además de las circunstancias apuntadas, predomina la corrupción.

¿Qué medidas deben ponerse en práctica dada la magnitud y gravedad del problema?

Como los responsables son los jefes de familia, ellos deben ser, naturalmente, objeto de mayor preocupación por parte de todos los dirigentes de países que se precien de avanzados en materia de cultura popular. Urge una atinada enseñanza de la paternidad, una intensa campaña de culturización por medio de la radio, cine, prensa y otros medios de propaganda, y poner en manos de los padres, manuales prácticos y sencillos relacionados con la educación de los niños. Con estas medidas el pueblo se familiarizará poco a poco con los elementales principios de la higiene mental.

La campaña emprendida en este sentido por Sanidad Pública, entre nosotros, a pesar de las dificultades inherentes al medio, ya es significativa. Muchos hogares han recibido el beneficio de radiodifusiones periódicas tendientes a la solución de conflictos familiares.

Y no pidamos más, con sólo despertar en la conciencia popular la simple sospecha de que existen aspectos emocionales tan dignos de atención como el aspecto físico, estaremos al principio del buen camino.

Recursos disciplinarios. La disciplina es el reconocimiento práctico de los principios autoritarios que se aceptan como expresión de la voluntad general. Se ha definido también como la unidad de la ley y de la voluntad; de la fuerza y del amor, de la autoridad y de la libertad. La unificación de la voluntad y de la ley, no se conquista de un solo golpe, es producto de un largo aprendizaje, de un paciente esfuerzo educativo, que partiendo de la heteronomía llega a la autonomía. En el deseo de acercarse a la verdad, el espíritu vence la holganza, ordena el trabajo, metodiza el esfuerzo, se socializa, se ordena a sí mismo, es decir, se disciplina.

Trataremos en los párrafos siguientes, de la manera como pueden los padres suavizar el proceso de adaptación y ayudar al niño en la conquista de su autonomía.

Disciplina afectiva. Sabemos que en los niños predominan en orden decreciente, las manifestaciones reflejas, instintivas o emotivas, sobre las intelectuales, por causas anatómicas y fisiológicas bien conocidas. Cuando su actuación no es motivada por el reflejo y el instinto, lo es por el sentimiento, más que por las ideas y razonamientos. Partamos, pues, del principio de que el niño es afectivo por naturaleza. Sus primeras acciones son inspiradas más por el sentimiento que por la inteligencia, más por el corazón que por el razonamiento. Es entonces, por ese lado por donde hay que tocarlo y moverlo para enderezar su conducta. Se comenzará utilizando el amor y la simpatía, para ir indicando después la razón,

el por qué de tal o cual proceder, para luego fortalecer paulatinamente su conciencia moral e inhibir caprichos y tendencias que se oponen a la reflexión y la conveniencia, indispensables para la ética individual y social.

El afecto es el refugio cálido en el cual el hombre debe disfrutar tranquilamente los primeros años de su vida; es la forma más sabia de contrarrestar el sentimiento de impotencia, natural en el niño, por razones de su débil organización. Pero para que del comercio interhumano —al que está obligado desde que nace— saque todo el provecho, tiene necesidad de dar, para tener el derecho a recibir. El niño que prodiga el afecto, se da a los demás, se extravierte, se realiza socialmente, porque cuando hay reciprocidad en el cariño no hay cabida a situaciones de predominio; cada uno desea la superación del otro.

Durante los primeros meses, sobre todo, si se sigue un programa científicamente preparado, los niños prosperan y se desarrollan, creciendo en inteligencia y responsabilidad, para satisfacción y deleite de sus padres. Es fácil ir educándolos durante el primer año, y si se adopta con ellos una técnica regular, no tardan en responder satisfactoriamente a los planos preparados de antemano.

Generalmente los problemas relacionados con el desarrollo empiezan después del primer año, a medida que adquieren gradualmente mayor independencia de acción y de pensamiento. Desde entonces, parece que la batalla de la vida para estos jóvenes seres, es una lucha de ingenio entre ellos y sus mayores, particularmente sus padres. La época peligrosa para la salud mental del niño es la del segundo al tercer año de vida, que ha sido llamada de resistencia. En verdad, el niño se resiste a doblegarse a las exigencias extrañas. La primera actitud expresiva de esta tragedia interna es la protesta: grita, patalea, se enfurece, vomita, se golpea, no come, tiene pesadillas, sobresaltos, miedo, períodos de apnea durante el llanto, etcétera. Todas estas manifestaciones, como se ve, traducen una reacción de franca protesta contra la incomprensión del medio. En otros casos, el niño sufre un retardo en el desarrollo, disminuye de peso y el crecimiento se hace irregular (inanición psíquica).

Otra manera de defenderse contra la agresión, es el refugio en su interior, se vuelve hermético y acepta todas las exigencias; en este caso la resistencia es pasiva. Este período de escenas escandalosas y extravagantes, es hasta cierto punto normal o fisiológico, su prolongación es lo que debe poner sobre aviso a los padres para facilitar por todos los medios posibles, la adaptación del niño a su ambiente. Debe tenerse presente que este cuadro aparatoso, cuyo móvil escapa a los familiares y aún a los médicos, es casi siempre motivado por intranquilidad en el hogar. Como la conducta en esta época es esencialmente emotiva será inútil hacer llamados a la razón. De nada servirá tampoco una disciplina rigo-rista, con miras a quebrar estas explosiones de rabia; no se logra más que hacerlo reacio. En vez de rigor, es más conveniente averiguar la causa de la inseguridad; endurecer un poco el corazón a estas bravatas

y hacer como que no preocupan demasiado. Enviarlos a las escuelas maternales es un buen recurso, ahí con el sedante y derivativo magnífico de juego, muchas veces, estas reacciones desaparecen como por encanto.

La infancia es un período de preparación para el hombre, y esto se aplica especialmente a su primera parte. El éxito final depende mayormente de que se empiece de manera correcta. La primera cosa de importancia, y sobre la que no nos cansaremos de insistir, consiste en que el niño pase los primeros años en un medio agradable. Los niños debieran ser dichosos a todo trance, pero desafortunadamente, lo son únicamente cuando se hallan en un medio alegre. Porque los niños son pronto afectados por cualquier depresión que exista a su alrededor. Un niño necesita del concurso ajeno para ser feliz. Tampoco depende su felicidad de la simple comodidad física que pueda ofrecerles un hogar económicamente salvado. Depende en gran parte de las actitudes emotivas asumidas, principalmente por las dos personas responsables de su existencia. Esto deben tenerlo muy presente los padres que creen estar cumpliendo con su deber cuando proveen de alimentos y vestido a sus hijos y los mandan a la escuela. Esto como prueba de afecto no tiene ningún valor, porque no pueden hacer menos. Para que un niño se sienta feliz, debe tener plena seguridad del cariño de sus padres, aunque el niño mismo se dé cuenta de que su conducta es reprobable. La mayoría de los menores se creen aborrecidos por sus padres, y para ello no les falta la razón, porque las palabras y actos de éstos no están diciendo otra cosa. Se les grita desafortunadamente cuando cometen una falta, y no hay una palabra de estímulo para las buenas acciones; se les prohíbe o se les suspende sin ninguna explicación en sus acciones más queridas. Si se trata del padre, jamás despliega el entrecejo, porque mostrarse sonriente y complacido, lo cree poco masculino. Es imposible con esa conducta hostil que el niño deje de pensar que no se le quiere, cuando menos, lo duda. Este proceder continuado a través de la adolescencia, puede salvar el respeto, pero pierde la amistad que debe existir entre padres e hijos. El cariño paterno no debe ser una dádiva sólo para el hijo ejemplar, sino que para todos, por reprochable que sea su conducta. Hacerlo de otro modo, acarrea la falta de ánimo, la timidez y hasta el odio. Los padres deben ser demostrativos; manifestar en voz alta los sinceros sentimientos que inspiran los hijos, sin exclusivismos ni exageraciones. El amor y la risa, la alegría y la cooperación, la fe y la confianza contribuyen a crear apropiado medio para el desarrollo normal de ese nuevo ser humano. Estos cuidados deben hacerse extensivos igualmente al lactante que también es muy sensible a la falta de la felicidad que se advierte en el tono de la voz de la madre y en la expresión de su fisonomía. En muy temprana edad, el niño llorará cuando lllore su madre, y reirá cuando ella ría; y en forma muy sutil, las variaciones de su ánimo y espíritu se transmiten a la placa sensible de su mecanismo nervioso. Los tonos agudos, la inquietud de la voz, el antagonismo en las palabras no deben nunca permitirse en la cercanía de un menor. Y no sólo perjudican estas cosas el desarrollo correcto y

equilibrado del sistema nervioso, sino que los niños son grandes imitadores, y gradualmente se vuelven semejantes a los mayores que los rodean. Son partes tan integrantes del hogar, que cualquier desgracia que se sienta en él, se refleja en ellos.

La actitud de los padres no tarda en ser la actitud de los hijos. Si el padre y la madre son siempre corteses el uno para con la otra, los niños propenden a serlo también. Las cosas que nunca se hacen en el hogar, raras veces llegan a ser hábitos de los niños. No es lo que se les dice que hagan o que dejen de hacer, sino lo que oyen y ven, lo que afecta el desarrollo de la personalidad. No hay nada que los niños se deleiten más en hacer, que aquello que ven hacer a sus padres; y el poder del ejemplo aventaja de tal manera al del precepto, que si nos pusieran a elegir una sola de estas cosas, nos quedaríamos con la primera.

Si se traslada a un niño de un hogar en que todo es bondad y cooperación, abnegación y cortesía, a otro donde hay rudeza y descortesía, antagonismo y queja, la nueva situación le parecerá brutalmente intolerable. Pero los niños creados en tan indeseable atmósfera llegan a aceptarla como la más natural.

Estos jóvenes se sienten desalentados y desconfiados con la vida. Advierten que sus padres se conducen bien cuando hay extraños en casa, y llegan a creer que el buen trato, es algo usado solamente en determinadas ocasiones, y que no es necesario practicarlo en la vida común del hogar. Si tales niños tienen oportunidad de vivir temporalmente en el seno de otras familias cultas refinadas y corteses, sienten un gran anhelo de que pueda haber algo semejante en su propia casa. Es únicamente en un medio bondadoso donde encuentra bienestar el niño, y el recuerdo de un hogar feliz, es una de las mejores salvaguardias que un joven puede tener al arrostrar los problemas futuros.

El afecto es, pues, un instrumento precioso de educación infantil, pero al mismo tiempo peligroso si se prodiga desmesuradamente o deja de prodigarse.

Lucha contra los afectos deprimentes. El amor materno en su más alta expresión es un escudo que protege contra mil asechanzas y también valiosa ayuda para luchar fructuosamente en la vida.

El amor de los padres a los hijos puede ser, según esté impregnado o no de una firmeza clarividente, debida a la fuerza de caracteres, para ellos espléndido apoyo o funesto regalo.

Muchos padres se imaginan que faltarían a sus deberes si no testimoniasen a sus hijos una indulgencia que en muchas ocasiones es sólo debilidad culpable. Y lo más curioso es que esta indulgencia es pocas veces resultado de un sentimiento noble. Obedece a un interés mezquino de egoísmo personal, las más de las veces, el dar a un niño lo que desea; cuando sería más prudente rehusárselo. La razón más corriente de eso no es otra cosa que un egoísmo subconsciente que hace temer el llanto de los niños porque siempre es desagradable oírlos. Se cubren con el nombre de bondad y se decoran con el amor, cediendo bajo el pretexto de no poder negar nada al «nene».

Cuánto más capaces de un amor prudente son los padres que saben resistir a lloros intempestivos y hacen comprender al niño las razones principales de su negativa.

Ceder a todos los antojos del menor es una sentimentalidad debilitante que aparta las previsiones de separación e independencia. Muchos son los padres que prefieren ver cómo vegetan sus hijos cerca de ellos que tenerlos dichosos y afortunados lejos del hogar.

Esta ternura ciega crea sentimientos deprimentes en sumo grado y alienta la fragilidad mental. Los hombres fuertes han sido siempre aquellos cuyo hogar paterno no ha retenido fuera de los límites de la infancia y que temprano han sido advertidos por padres previsores del alcance de su responsabilidad. Está lejos de nosotros el propósito de socavar el edificio maravilloso de la familia. Mas, para conservar su hegemonía, necesita estar convenientemente preparada.

Acaparadores de afecto. Bajo esta rúbrica agrupamos una serie de casos cuyo estudio se presta a consideraciones generales por obedecer a idéntica o parecida etiología y serles aplicables las mismas medidas preventivas. Ellos son: el hijo único, el hijo de viuda, el hijo de padres ricos, el primogénito, el niño bonito, el hermano único entre varias hermanas, la hermana única entre varios hermanos, el hijo inteligente entre hermanos atrasados y el hijo protegido por personas extrañas, (padrinos, abuelos, tíos, etcétera).

El problema psicológico del niño mimado. Por lo general son niños emotivos y sensibles a quienes no se ha dado oportunidad de templar sus energías y ensayar sus fuerzas. El mimado carece en absoluto del sentimiento de independencia, se acostumbra a que otros actúen por él; es objeto de toda clase de solicitudes por parte de sus mayores; nunca se le deja hacer uso de sus aptitudes naturales; se le ayuda hasta en las rutinas más insignificantes: se le baña, se le viste, se le peina, se le calza; no van a ninguna parte si no es de la mano de la madre o de la niñera; no se les deja correr o saltar por miedo a que se golpeen; no van a la tienda vecina a comprar golosinas por temor a que puedan ser atropellados o se pierdan en la calle; si se tienden en el suelo, hay escándalo porque su traje ya no estará impecable; desconocen los juegos colectivos, porque los compañeros no son suficientemente refinados para alternar con ellos. Hacia él se dirigen todas las atenciones, sus deseos y caprichos son satisfechos al instante. El niño es presentado a las amistades como un dechado de perfección. Si posee alguna habilidad especial, para la música o el canto por ejemplo, o que tenga fácil memoria, dichas cualidades son explotadas superabundantemente. Al «consentido» se le cree el más bello e inteligente de todos; se le fotografía en todos los ángulos, exaltando con esto su tendencia narcisista. En fin el afecto para el niño mimado es ciego e ilimitado. Esta tendencia a no ver más que buenas cualidades y exaltar los valores de las personas entrañablemente queridas, es lo que técnicamente se llama escotoma psíquico o ceguera afectiva.

Veamos las consecuencias de esta concentración de cariño; de esta convergencia de afectos: cuando por cualquier circunstancia el niño mimado no logra lo que desea, se vuelve tirano; cuando siente por primera vez la limitación a sus caprichos, se torna violento y autoritario; se finge enfermo cuando se da cuenta que ya no está en el mismo plano de importancia, para atraerse los cuidados que se le niegan; hace berrinches, golpea su cabeza contra el suelo; miente para el logro de sus finalidades; se vuelve agresivo, inestable, déspota. Otras veces su manera de reaccionar es la depresión: se entristece, se torna comunicativo, deja de comer. Cunde entonces la alarma familiar; se le cree víctima de alguna enfermedad extraña; viene el médico, que necesita proceder con mucho tino y audacia para poner en claro esta falta de comprensión psicológica, y declarar la pretendida enfermedad, como una reacción psíquica a un fin no alcanzado. El niño crece y su vida será una constante protesta, será un cobarde fracasado; sus acciones tendrán que estar supeditadas siempre al consejo de los demás, y vivirá eternamente sumido en una sensación de impotencia.

Llega la edad escolar y el niño tiene que amoldarse a las exigencias que impone esta nueva vida en comunidad. El contraste le parece demasiado duro e intolerable, por la falta de preparación para salir con bien de esta heterogénea sociedad. Cuando en su casa le habían dicho que era bonito, y él estaba muy convencido de ello, resulta un bribonzuelo descargándole a quema ropa un mote que le hace poca gracia; vuelve la vista en busca de respaldo, quiere hacer de la escuela un nuevo reinado en donde impere su voluntad, y nadie le obedece. El niño se inquieta y se vuelve indisciplinado, sembrando la discordia entre condiscípulos, padres y maestros, o bien, busca en el aislamiento su falta de talento social. No es que el niño deje de sentir los mismos impulsos que sus camaradas; él anhela hacerse miembro importante de la colectividad; quiere que sus acciones sean admiradas por los demás; pero el afecto mal administrado ha inhibido toda posibilidad de expresión de estos sentimientos. No sabe cómo acercarse a sus compañeros, porque nunca ha frecuentado el trato de otros que no fueran sus parientes; no sabe reclamar sus derechos porque nunca le han sido negados. De esta falta de adaptación a la realidad, resulta incapacidad y carencia de iniciativas, porque estas cualidades sólo pueden adquirirse mediante el trato diario con los demás niños.

Como todo intento de participar con éxito en las actividades del grupo le resulta fallido, sus impulsos se desvían por formas de conducta improcedentes. Se defiende de la manera que le signifique el menor esfuerzo; busca la oportunidad de no ser visto para hacer el daño; se adhiere al maestro que le sirve de baluarte; llora, se queja y delata a los compañeros.

Para formar niños normales, dotados de cierta natural agresividad y sentido de defensa, se necesita no acceder incondicionalmente a todos sus caprichos. Requiere valor de parte de los padres dejarlos correr al-

gunos peligros, que naturalmente, no comprometan la vida, para que los hijos sean afirmativos, independientes y ágiles en el campo de la competencia. Para contrarrestar la complacencia absoluta, proponemos una fórmula que no es nuestra, pero que nos parece llena de significado: «Guardar equilibrio entre cariño y seguridad de una parte, y suficiente libertad de acción y experiencia personal por otra». La falta completa de restricciones conduce a la infelicidad.

La higiene mental previene contra el miedo, el cinismo, la timidez, la incapacidad y la arrogancia, todos defectos que corroen la personalidad y conducen al fracaso. Hay que dejar a los niños que actúen con libertad, la intromisión de elementos extraños en sus actividades sólo debe ser permitida cuando ellos la soliciten, mientras tanto será mejor dejarlos que se valgan de sus propios recursos.

Las dificultades que encuentren en el trabajo, nunca deben ser puestas de relieve. Más que por su capacidad retentiva y reproductora, debemos mostrarnos complacidos y respetuosos por todas aquellas manifestaciones de la actividad creadora.

Contra la exaltación del narcisismo primario, que es considerado como un fenómeno normal en los niños, lo mejor será evitar la supervaloración de la belleza física, si realmente existe, o aunque sólo sea en la imaginación de los obnubilados padres. Será muy beneficioso en este sentido, proscribir los concursos de belleza infantil, y eso sí, multiplicar las competencias de robustez y de buena salud.

En el extremo opuesto a los monopolizadores del cariño a que acabamos de referirnos, están los desheredados de este confortante regalo, que también constituyen un serio problema psicológico. Contestan presente en las filas de este batallón condenado: los feos, los mal dotados intelectualmente, aquellos que no son del sexo que los padres deseaban, los que se parecen a alguien que no es del agrado de la familia, los poco demostrativos del amor filial, los lisiados, los ilegítimos y los huérfanos. Los colocados en esta triste situación, son desconfiados y agresivos; viven urdiendo tramas para vengarse de sus opresores; madurando planes y alimentando sentimientos insanos para cuando suene la hora de las represalias. En su mirada torva se trasluce la falta de sentimientos nobles. Son apartados, soberbios y egoístas. Su rendimiento en el hogar y en la escuela, es mediocre, porque toda tarea impuesta es interpretada como prueba de hostilidad.

A veces tratan de buscar lejos la tranquilidad que les niegan en el hogar; vagabundean y cuando se sienten con fuerzas y valor suficientes se fugan con la esperanza de encontrar horizontes más anchos a su imaginación y espíritu aventurero. Muchas veces los niños tratan de encontrar compensación a sus desavenencias hogareñas en la escuela, mostrando más predilección por ésta, cuando tienen la suerte de encontrar un mentor que les comprenda; en caso contrario intensifican sus sentimientos de agresión, y hacia el maestro orientan la protesta y espíritu de revuelta.

Todavía existen más complicaciones como consecuencia de la falta de afecto o del afecto excesivo. Participan en el drama los abuelos, tíos, padrinos y otros miembros allegados a la familia. Intervienen otros factores entre los cuales sobresale la rivalidad de los hermanos.

El niño querido a quien «le viene» un hermanito, se siente derrumbado de su pedestal, se considera robado en sus afectos, y reacciona con odio hacia el intruso; beberá lágrimas silenciosamente, se angustiara y el sentimiento de odio y de injusticia asomarán en su corazón.

Estos sentimientos que amenazan destruir la fraternidad, son engendrados por el desigual trato de los padres, por la injusta distribución del cariño. El hijo de «en medio» está muy predispuesto a los desórdenes emotivos por razón de que el mayor muchas veces ha salido de la categoría de parásito familiar, y además porque todavía conserva muchos de los privilegios inherentes al primogénito, y el menor absorbe la otra parte de los cuidados paternos. La desigual educación puede también alterar la armonía entre los hermanos, ya sea porque las fluctuaciones económicas no les permita a todos recibir la misma educación, o asistir a colegios de igual categoría. Muere el padre, y la madre no puede agenciarse de fondos suficientes para conceder iguales granjerías a todos los hijos, o bien algún protector acomodado se encarga del cuidado de alguno de ellos.

Este sordo despecho de los perjudicados, este rencor recíproco entre hermanos desigualmente apreciados, que se llama «Complejo de Caín» puede tener un desenlace violento, llegando muchas veces hasta la tragedia.

La selección afectiva puede manifestarse de otro modo: las mujeres buscan protección en el padre, y los varones en la madre, estableciéndose bandos que complican más el resultado. Cuando la identificación con los padres es muy exagerada, la sexualidad puede desviarse de los fines normales, extinguiéndose la atracción hacia el sexo contrario, y aparecen entonces regresiones a la homosexualidad (Complejo de Edipo).

Influencia de los abuelos y otras personas sobre la salud mental del niño. Toda la actitud del abuelo para con los nietos se desprende de su psicología especial. Sugestibilidad, falta de prospección, emotividad excesiva, narcisismo y puerilidad, tales parecen ser los rasgos psicológicos esenciales del abuelo, que nos explican la comunidad de intereses con los nietos. La edad los hace sufrir una verdadera infantilización psíquica. La identificación es más perfecta cuando el nieto desciende del hijo único, o del hijo querido, más si éstos ya han desaparecido, en cuyo caso el descendiente simboliza los afectos perdidos y atrae para sí todas las atenciones y mimos, con las desastrosas consecuencias que ya conocemos. Puede suceder que la comunidad espiritual a que aludimos, sea una compensación a la disciplina autoritaria y severa para con los propios hijos. Como la luz pronto va a extinguirse, hay que limpiar de pecado la conciencia, y el afecto se prodiga a manos llenas.

Lo que hay de más grave en la intromisión nociva de los abuelos, es que impiden a los padres dar al niño la dirección conveniente. Si el abuelo es rico, peor todavía, porque todos los caprichos refrenados con miras disciplinarias, son satisfechos con creces por los indulgentes abuelos; si es amenazado por los padres, corre a casa de sus pseudo-protectores en donde sabe que tiene refugio seguro. De esta manera crece evadiendo la acción constructiva de los padres; si éstos son conscientes del peligro que corren sus hijos, protestan y el desorden familiar se amplía: padres contra abuelos, hijos contra padres, hermanos contra hermanos. Cuando la intervención dañina de los abuelos se haga sentir en esta forma, lo más conveniente es alejar a la víctima, valiéndose de algún subterfugio que no hiera susceptibilidades.

Después de los abuelos la influencia de otros parientes sobre la vida del niño, debe ser examinada y estudiada cuidadosamente. En este caso la repercusión sobre la salud mental, no está forzosamente en relación directa del parentesco sino de la proximidad de su afecto a los menores. De ahí que no deben ser considerados sólo los parientes como tíos, primos, etcétera, sino que también todas aquellas personas que hacen vida en común con la familia, como niñeras y miembros del servicio doméstico. Es de gran importancia el papel que desempeñan esas personas en la formación espiritual del niño, antes de la acción del educador y a veces simultáneamente con ésta.

OBEDIENCIA CONSCIENTE A MANDATO RACIONAL

Otra función no menos importante de la familia es formar hábitos adecuados para ser uso de una libertad disciplinada. El niño no nace libre; el carácter impulsivo de su voluntad, su falta de experiencia y comprensión de los valores, hacen de él un ser subordinado a sus caprichos y tendencias instintivas. La libertad es una conquista que el niño lleva a cabo por la acción persistente de la educación. A tan loable resultado contribuye poderosamente la dirección prudente de la familia y de la escuela.

En la primera parte de la vida, el niño es un ser que necesita adiestramiento. Esto debe realizarse en la infancia. Temprano se le debe enseñar a obedecer, a no tocar lo prohibido y a reconocer que cuando los padres dicen que no, es definitivo. No debe haber en este procedimiento disciplinario fallas que alienten a cometer faltas, confiando en que en esta ocasión particular, su desobediencia no será advertida. Sin entrar aquí a discutir el pro y el contra del castigo, creemos que a pesar de las condenaciones teóricas, puede ser útil en ciertos casos para crear asociaciones negativas. Básicamente el niño se rige por sus inclinaciones. Lo que necesita primero es aprender a controlar sus impulsos; y este es un

paso muy importante en el desarrollo de su carácter. Habiendo aprendido a no hacer las cosas prohibidas, le resulta luego comparativamente fácil seguir las indicaciones de sus padres, aprender la obediencia positiva. Si el niño no se acostumbra a obedecer una orden negativa, los padres se hallan en situación desventajosa al exigirle obediencia positiva. Se puede castigar a un niño que ha roto el vestido de su hermanito, atándolo de pies y manos o azotándolo, pero resultará imposible hacerle recoger un papel del suelo, si por alguna razón decide no hacerlo. Sin embargo será muy raro que se presente tal dificultad con un niño o una niña que haya aprendido la obediencia negativa en sus primeros años.

Cuando un niño ha llegado a la edad en que se le puede hablar invocando razones, los cuidados para lograr la obediencia positiva deben multiplicarse. Los padres para evadir las situaciones desagradables creadas por los hijos ceden a sus exigencias; el niño que se ve contrariado en sus deseos llora, y si con esto logra el propósito perseguido, lo toma en lo sucesivo como norma de conducta. Lo correcto será adoptar un término medio; ni obediencia incondicional, ni oposición sistemática. Con la obediencia indiscutida se corre el riesgo de fomentar tendencias negativas; se declaran en contra de todo; con nada están de acuerdo; se vuelven murmuradores. Si se permite que sean incontrollables, se tendrá después al niño caprichoso, inconstante, sin espíritu de empresa. Es, pues, una necesidad formar hábitos de obediencia. Pero para que los mandatos no sean contraproducentes, deben reunir ciertos requisitos, a saber:

a) Que el niño comprenda, si fuere posible, las razones de la orden. Hablamos en términos condicionales, porque hay órdenes que deben ser cumplidas para seguridad propia, aunque las razones se escapen a la comprensión del menor;

b) Las órdenes deben ser formuladas en lenguaje sencillo y al alcance de la mentalidad del niño;

c) Los mandatos deben ser consecuentes y firmes, no ordenar hoy una cosa y mañana exigir lo contrario;

d) No deben darse varias órdenes al mismo tiempo;

e) Será mejor abstenerse de mandatos en momentos de cólera;

f) No ordenar lo que no haya posibilidad de que sea cumplido;

g) El soborno es un mal sistema para lograr obediencia.

Hay que hacer comprender al niño que todo se hace por su propio bien; ellos son muy accesibles a las explicaciones y al trato afable. Adoptar actitudes benévolas; tratarlos amigablemente. No debemos olvidar que la psicología del niño es esencialmente egoísta y para llevarlo al concepto de obediencia y servicio social, hay que hacerle comprender primero, que con eso beneficia sus propios intereses.

Cuando los niños tienen suficiente edad, deben ser tratados con la cortesía que se merece un caballero o una dama. Su cooperación se obtendrá mediante una solicitud o sugestión más bien que por una orden. Fórmulas tan baratas y corrientes en la vida social, como «por favor, tráeme tal cosa», «¿quieres alcanzarme eso o aquello?», son desusadas tratándose del niño.

Un niño que ha recibido la debida educación desde el principio, y a quien se le habla en la forma cortés a la cual tiene derecho, dejará muy rara vez de responder de manera correcta. Por supuesto, puede presentarse una ocasión insólita en que el niño rehusa obedecer. En este caso y cuando se tiene la seguridad de que el mandato es racional, ningún argumento del hijo y por ningún concepto deberá cambiar la decisión del padre. En la mayor parte de los casos es bueno tener una alternativa preparada, la pérdida de algún privilegio por ejemplo, antes que profiera una negativa histérica. Con frecuencia será necesario que haya firmeza en el tono de la voz. Las sanciones que se apliquen serán proporcionales y de la misma naturaleza de la falta que se cometa. Las sanciones atentatorias a la salud física y mental deberán ser proscritas.

Los elogios por buenas acciones ejecutadas son estimulantes para las actividades sociales; infunden confianza e invitan a proceder de la misma manera, pero cuando se prodigan a granel, despiertan la vanidad y la pereza. Lo mismo puede decirse acerca de los premios. La mejor recompensa es la satisfacción de haber cumplido con el deber.

De esta manera, a medida que transcurre el tiempo, el niño llega a comprender que hay una relación entre la causa y el efecto, y a darse cuenta de que el mundo social considera sus acciones a la luz del efecto que producen en los demás.

Medrosidad y timidez. Hay mucho de sublime en el hombre resuelto y decidido que sin conocer el miedo confía firmemente en sí mismo. La sociedad nos aprecia en la medida que nos apreciamos; y cree en quien cree a sí mismo; pero desdeña al inseguro, falto de criterio propio, que para moverse necesita de la ayuda ajena y se amedrenta de todo cuanto requiere iniciativa, empuje y resolución. Por regla general los hombres destinados a realizar grandes empresas son audaces y confiados. No puede encontrar buen lugar en esta época de encarnizada competencia el tímido y vacilante, sin el valor necesario para afrontar las circunstancias. El enérgico, de recia voluntad y deliberado propósito, no se fija en lo que dicen ni en lo que hacen otras gentes, sino que luego de preparado el plan lo lleva a cabo con los recursos disponibles, sin retroceder jamás, sin apartar la vista del camino del éxito. No es el estado normal del hombre vivir en la duda e incertidumbre. Nació para libertarse de sujeciones, para ser enérgico, entero y vigoroso.

Así es que al ensayar el niño sus primeros pasos en la vida activa, debe enseñársele a ser dueño de las circunstancias, a no dejarse dominar por ellas, desterrando todo pensamiento débil, enfermizo y deprimente que le invalidarán para su lucha con la adversidad. Quien reconozca la falta o deficiencia de las cualidades necesarias para que un niño pueda consolidar más tarde su personalidad, le haría mucho bien vigorizando la fe en sí mismo, infundiéndole la confianza en su propio valer.

Las causas del espíritu pusilánime y taciturno son casi imponderables, tienen un origen muchas veces tenue; aparecen en los principios ontogénicos del ambiente familiar. Los cuentos de espantos, duendes y

otras patrañas, así como también el temor que inspiran ciertas divinidades, dan como resultado: fobias, pesadillas, sueño interrumpido e interminables horas de suplicio mental, cuyas resultantes son las personalidades defectuosas.

No puede menos que compadecerse a quienes su enfermiza voluntad hace víctimas de esa debilidad que se llama miedo. El miedo es una especie de angustia por un peligro real o imaginario que determina la cesación de todo acto de voluntad que no sea el de huir. La huida es un movimiento instintivo, una deserción ante un peligro desconocido. El miedo es un sentimiento inconsciente que participa del instinto de conservación, por lo que en la lucha contra él no se debe llegar a su completa extinción. Su función biológica de conservación contra el peligro oculto debe ser respetada. Un individuo carente en lo absoluto de esta tendencia instintiva sería una monstruosidad que de seguro pondría su vida en peligro a cada instante. Sólo debe combatirse el sentimiento exaltado, morboso. Miedo a la obscuridad: saben que ese espacio está vacío y por nada del mundo consentirían en aventurarse en él. Si las personas miedosas se tomaran el trabajo de reflexionar un poco, advertirían al instante que su lacra está basada en un sentimiento exagerado de desconfianza y debilidad. El miedo es eminentemente contagioso; se comunica al niño por los relatos de los padres y nodrizas, y si transcurriendo el tiempo no se le reprime, por medio de una educación adecuada, puede llegar a intranquilizar la vida. El miedoso se complace en hacer miedosos; le parece que su defecto es menos vergonzante cuanto más extendido sea, y por eso le gusta contagiar a los que le rodean. Casi siempre es inútil hacer razonamientos a los miedosos, sobre todo, en el momento de la crisis. A todos los argumentos contestan: «Pero si tengo miedo» y no salen de este reducto. Lo más sencillo es no tratar, por el momento, de demostrarles que están equivocados; que no hay motivo para tener miedo; son impenetrables a todas las razones. Lo prudente es imponerles ejercicios propios para darles ocasión de dominarse. Mandarles a buscar algún objeto en una habitación oscura después de mostrarles que se encuentra vacía de todo aquello que pueda despertar el más ligero temor. Sólo cuando regresan victoriosos de la prueba debe intervenir el lenguaje de la razón.

Los miedosos son casi siempre obedientes, su naturaleza se deja impresionar por una voluntad más fuerte, y el temor a las complicaciones que ocasionaría su oposición, les incita a esforzarse. El primer triunfo va seguido de otro semejante, y así sucesivamente van modificando su naturaleza cobarde.

Muchos niños tímidos y huraños son víctimas de agresiones mentales nacidas del fracaso ocasional, al hallarse en ciertas situaciones, como la del niño que desea participar en las discusiones del hogar o de la escuela y lo hace en formas defectuosas de expresión que van seguidas de la mofa de los hermanos o compañeros. El niño reconcentra cada vez más la atención sobre el defecto que ha causado la burla. Después experimenta miedo al hablar y a medida que la obsesión es mayor, comete

más errores de dicción; vocaliza mal, suda, enrojece, se sofoca, la boca se le seca y termina hablando en una forma incoherente y atropellada, sin atender a relaciones lógicas entre los conceptos. Como se comprende estos individuos optan por permanecer siempre callados, lo que obstaculiza su adaptación social. Hay necesidad de proceder con táctica en la corrección de barbarismos, dislalias, disartrías y otros defectos del lenguaje.

Hablarles en forma clara y correcta, recordando que si los elementos del lenguaje son creados por el niño, su fijeza es obra del adulto. Procurar no llamar la atención sobre el defecto y evitar censuras por la poca habilidad dialéctica.

El gran secreto para combatir la timidez es descubrir alguna capacidad especial que los conduzca a una situación dominante en donde puedan experimentar la sensación de triunfo; que les dé la seguridad de que ellos pueden como los demás. Porque sólo mediante éxitos sucesivos puede infundirse valor y seguridad. Con los tímidos da también resultado satisfactorio, mandarlos a cumplir órdenes sencillas como preguntar alguna dirección a una persona extraña, hablar por teléfono, etcétera. Si la primera vez fracasa, no hay que inquietarse, sino darle ánimo y decirle que otra vez será. Este dominio del pensamiento, esta afirmación de poder, esta segurísima confianza en el éxito, vigorizan el temperamento psíquico y lo preservan contra la duda, el temor y la desconfianza.

INTERESES LUDICOS

El juego es una auto-ilusión consciente que permite desplegar la actividad despreocupadamente, sin demasiado interés por la realidad pero considerando al mismo tiempo lo ilusorio como si fuera algo real o positivo. Analizando las características de la vivencia del juego, se comprende mejor su índole específica, que formulando una definición.

Cuando las cosas se convierten en signos, cuando adquieren una entidad representativa que permite a una cosa ocupar el lugar de otra, el juego se convierte de mera exuberancia física en actividades que comprenden un factor mental. Los niños que brindan los mismos cuidados a sus pedazos de juguete como si se tratara del juguete entero, no reaccionan al estímulo sensible y presente, sino al significado sugerido por el objeto sensible y presente. Por esta razón los niños emplean una piedra por mesa, hojas por platos, fragmentos de porcelana por moneda, etcétera. Mientras manipulan sus juguetes viven en ellos el gran mundo de significados naturales y sociales que las cosas evocan. Así, cuando juega a la tienda, a la escuela, el niño subordina lo físico presente a lo ideal significado. De esta manera define y construye todo un mundo de significados, toda una gran reserva de conceptos que son de suma importancia para su porvenir mental.

La predisposición para jugar tiene más importancia que el juego mismo. La primera es una actitud mental de la cual lo segundo es una manifestación exterior y pasajera.

Cuando se toman las cosas como simples vehículos de sugerencia, se pierden detrás de lo que sugieren; de ahí que la predisposición para jugar sea primordialmente una actitud de libertad. El individuo no está ligado a los aspectos materiales de las cosas, ni le importa que un objeto signifique o no, en realidad, lo que él cree que ese objeto representa.

Cuando el niño juega al caballo con una escoba, o a la tienda con polvo de ladrillo, el hecho de que la escoba no es caballo, ni el polvo de ladrillo es «tiste» o chocolate, no tiene importancia. En consecuencia, para que la disposición para el juego no termine en una fantasía arbitraria o en la formación de un mundo imaginario paralelo al mundo real, es necesario que se convierta gradualmente en una disposición para el trabajo.

Para hacer clara la distinción entre el juego y el trabajo, usaremos una descripción comúnmente empleada. En las actividades del juego, se dice, el interés reside en la actividad por la actividad misma. En el trabajo, el interés se dirige al producto o resultado a que conduce la actividad. El primero es libre, mientras que el último está ligado al fin que debe realizarse.

Pasemos a considerar el juego desde el punto de vista que por ahora nos interesa. La actitud de abandono que supone la actividad lúdica, es una ventana abierta para el higienista mental. En efecto, permite observar al niño en sus manifestaciones espontáneas y naturales; parece que cuando se juega, el subconsciente se mantuviera en la superficie, presto a sumergirse a la menor intervención extraña. Por eso el juego constituye una situación mental preciosa para juzgar a un niño. Cuando de juegos colectivos se trata, los participantes olvidan sus egoísmos y diferencias para identificarse con las ambiciones de los demás. En la educación física el juego desempeña una función de importancia capital, porque como ejercicio corporal es superior a la gimnasia analítica y convencional, puesto que considera al cuerpo como un organismo dirigido por una voluntad y estimulado por interés humanos.

No es raro tratándose de niños tímidos, que aquellos que hayan sentido el estímulo poderoso del aplauso y alabanza de los compañeros, por laureles conquistados en el campo de la competencia del músculo, rompan las compuertas de la ambición y liberten su espíritu timorato. Si damos crédito a la teoría catártica que quiere hacer del juego un derivativo de las tendencias antisociales, debemos aprovecharlo para encauzar el espíritu de agresión y combate hacia finalidades de servicio social. El juego tiene la virtud de transformar los temperamentos esquizoides haciéndoles ver la vida de diferente manera, encontrarle significado a la palabra cooperación y pasearlos alguna vez felices fuera de su cubierta impenetrable.

Si de niños jugáramos más, tal vez seríamos menos tristes, más fuertes, menos ignorantes y más sanos moral y socialmente.

Ajustándose a las reglas que a continuación se enuncian, se sacará mayor provecho y placer del interés por el juego:

- a) Los juegos deben ser escogidos libremente;
- b) Debe darse preferencia a los juegos colectivos cuando la edad lo permita;
- c) Aceptar el fracaso como alternativa natural;
- d) No debe llegarse nunca al cansancio extremado;
- e) Tanto las victorias como las derrotas deben compartirlas todos los jugadores;
- f) Hacer partícipes a los tímidos hasta que encuentren sitio en que puedan sobresalir;
- g) No dar rienda suelta al espíritu agresivo;
- h) La intervención extraña debe limitarse a los casos muy necesarios;
- i) Los reglamentos establecidos deben ser respetados;
- j) Los juegos deben de ser adecuados a la edad de los niños.

CLINICAS DE HABITOS Y ORIENTACION DE LA NINEZ

Cuando los recursos de padres y maestros se agotan y la causa del trastorno aún permanece ignorada, deben acudir presurosos a estas clínicas en busca de prudente consejo. De las funciones principales de dichos centros trataremos brevemente en las siguientes páginas.

Son organismos de creación relativamente reciente en los Estados Unidos de América, de cuya eficacia habla bien claro su incesante multiplicación en el país de origen y en muchas partes del mundo.

Su función capital es sobre todo preventiva. Tratan de descubrir reacciones psicológicas defectuosas en la edad temprana, así como también hábitos y tendencias anormales que puedan ser arraigados definitivamente y transformarse en manifestaciones graves.

Si es verdad que estos centros se ocupan preferentemente de aquellos niños capaces de una adaptación más o menos normal, también es cierto que a falta de otros centros especializados, pueden ocuparse esporádicamente de tendencias antisociales más serias como el robo, intereses sexuales insanos, sublevación, etcétera.

Las clínicas psicopedagógicas de orientación están haciendo rápidos progresos en el movimiento conjunto de psiquiatras y psicólogos empeñados en atraer el interés público por los cuidados del niño. Su programa es promisor: se proponen nada menos que evitar el cortejo de sinsabores de la mala adaptación; pretenden hacer accesibles a todos los niños los principios y la técnica de la higiene mental. Es indudable que si todos los niños pudieran acogerse a los beneficios del estudio amplio de

su personalidad, como ya se hace en muchas partes con los desequilibrados, gran parte de la tarea dispendiosa y difícil de reconstrucción y rehabilitación podría evitarse.

Las clínicas psicopedagógicas o de orientación infantil pueden funcionar como parte integrante o en íntima asociación con el sistema de escuelas nacionales o hallarse vinculadas a organismos sociales tales como Sanidad Pública.

El personal de dichos organismos estaría integrado por médicos psiquiatras, médicos generales, psicólogos, pedagogos y visitantes sociales. El trabajo realizado por este personal lleva a cabo un cuidadoso y detenido estudio del origen del malentendimiento. Este estudio debe comprender: un completo examen físico (incluso los exámenes especiales, serológicos, endocrinológicos y de laboratorio, que parezcan indicados), exploraciones neurológicas y psiquiátricas, estudios psicológicos (para determinar el nivel de la mentalidad y averiguar las dotes especiales o incapacidades), un estudio prolijo del medio ambiente en el pasado y en el presente, y los antecedentes personales y sociales del niño. Cada uno de esos exámenes constituye parte integrante del niño en conjunto, y todos son indispensables para la comprensión del niño como personalidad total. Aunque las clínicas psicopedagógicas atienden a los párvulos así como a los niños de edad escolar, hay clínicas dedicadas exclusivamente a los primeros y son llamadas Clínicas de Hábitos.

Con este desbordamiento de actividades a fin de alcanzar mayor efectividad en los trabajos educacionales, esta obra orientadora ha dejado de ser sólo para los inadaptados, pasando a ser valiosa ayuda para todos los niños en la tarea de encontrarse a sí mismos, apoyándose sobre bases de la más amplia utilización de los padres y facultades.

Estos organismos consultivos para las autoridades escolares, padres o tutores y otras personas interesadas, tendrían además de las funciones apuntadas, las de visitar el hogar o la escuela del niño observado, para dar las indicaciones y hacer las sugerencias pertinentes; darse cuenta de las condiciones en que se realiza el trabajo, y de si las indicaciones prescritas son cumplidas; pronunciar conferencias en aquellos centros de custodia y educación de menores, actos para los cuales pueden ser invitados especialmente los padres de familia; ilustrar la opinión pública en los principios rudimentarios de la higiene mental; llenar una ficha de cada caso sometido a su consideración.

RELATO Y CONSIDERACION DE CASOS OBSERVADOS

D. M. . . , hijo menor, de sorprendente parecido al padre, éste muere a los cuatro años del nacimiento del niño. Simboliza para la madre todo el amor perdido, por lo que le otorga toda clase de mimos. El niño crece

voluntarioso y tímido. Llegada la edad escolar, se resiste a cumplir con esta obligación, prorrumpiendo en lágrimas y lamentaciones siempre que se le insinúa la idea de separarse del hogar. La madre cede a su llanto. El niño crece con una serie de temores e inhibiciones, entre las que sobresalen la excesiva timidez: entre cierta clase de amigos a quienes considera menos dotados que él, se expresa correctamente, pero ante personas mayores, sólo lo hace con sentencias cortas y cometiendo toda clase de alteraciones del lenguaje. Nadie puede verle fijamente a la cara sin que instintivamente se la cubra con el antebrazo. No padece de ningún defecto físico y hasta podríamos agregar que es bastante bien parecido.

E. K. . . , hijo único de padre severo, la madre le trata con prudente solícitud. El niño es vivo y de notoria inteligencia. No le da importancia a los gritos y amenazas del padre. Si se le niega algún juguete tampoco parece alterarse mucho. Lo que hace es refugiarse en casa de la abuela, quien le colma de besos y de cuanta golosina se le antoja. Se le invita a jugar centavos al naípe y otros juegos similares, para los que este niño de siete años, muestra admirable predilección y habilidad. Es mentiroso, terco e indisciplinado, sobre todo en el hogar de la abuela. Por el menor motivo sufre accesos de ira que culminan en arañazos y golpes para las tías, quienes no obstante encontrarse ya todas marcadas, nada pueden contra el chico por temor a la abuela.

C. D. . . , niña poco agraciada físicamente entre varias hermanas que no le aventajan mucho en este aspecto, pero por razones que escaparon a nuestra observación, la madre se encargó de acentuar diferencias. Mientras las otras hermanas gastaban sedas, al vestuario de ella se le prestaba poca atención. Se le encargaba de los oficios domésticos en tanto que las otras se divertían en cines y meriendas. A pesar de todo, la niña logró conquistar brillantes notas en los centros educativos; pero creció huraña y silenciosa, evadiendo las miradas de todos. Para evitar las continuas reyertas entre las hermanas, le asignaron una habitación independiente, en donde se mantenía encerrada la mayor parte del día, algunas veces llorando. Sus paseos los prefería nocturnos. Llegado el tiempo de coronar sus estudios de maestra de instrucción primaria, la niña se resistió a someterse a la prueba final, para evitarse la vergüenza, decía, de recibir el título en público. Así lo hizo saber a sus padres y no hubo amenaza ni castigo capaz de hacerla cambiar de decisión.

G. H. . . , hijo de padres déspotas, para quienes no existía otro medio correctivo que no fuera el grito o el látigo. Desde muy pequeño el niño se distinguió por el trato cruel para con los animales y su espíritu de murmuración e inconformidad. Hostilizaba constantemente a sus hermanitos menores. En la escuela fué objeto de frecuentes castigos por parte de los maestros, no más concedores que los padres de su conflicto. Se volvió haragán y vagabundo. En cierta ocasión se le encontró dormido entre un matorral, esperando la señal de las doce para coincidir con sus compañeros de escuela en el arribo al hogar.

M. D. . . , primogénito de padres acomodados, para quienes el cumplimiento de las exigencias sociales, valía mucho más que el cariño al hijo, quien estaba al cuidado exclusivo de una niñera, que no tenía naturalmente, más obligación que los padres de manifestarle amor al pequeño. El niño creció enfermizo, desnutrido, en parte por imperfecciones dietéticas y en parte por «inanición psíquica». Por alguna causa que al principio fué indudablemente orgánica —pues pudimos descartar el papel que podría haber jugado la imitación—. El niño sufrió un calambre del brazo derecho que llamó poderosamente la atención de los padres. El niño conoció este ardid, y siempre que le dejaban solo o se le contrariaba en algo, era presa de convulsiones tónicas y clónicas del mismo brazo. Llegan los médicos quienes administran calcio y paratiroides, creyendo en una posible tetania. No obstante las cosas siguieron lo mismo. Por la circunstancia de que los hechos sucedieron en casa de una familia amiga y precisamente cuando estábamos nosotros más interesados en estos trabajos, la sugestión tal vez, nos hizo prescribir a los padres más comprensión y menos aspaviento; indicamos dejarlo solo durante las crisis; advirtiéndole que su vida no corría ningún riesgo; que fueran más solícitos con el niño. Así se hizo y las cosas pasaron.

RELACIONES ENTRE EL ESTADO FISICO Y LA SALUD MENTAL

No es sino hasta principios del presente siglo que el médico general empieza a preocuparse de sus pacientes fuera del aspecto puramente físico, para prestarle atención al factor psicológico y social, muchas veces más importante. El fervor que se pone en la búsqueda de causas psicogenéticas, cada día tiende a igualar al que se gasta en la lucha contra los factores microbianos.

Actualmente se insiste en que para lograr estado de salud, el individuo debe estar en posesión no solamente de su ambiente físico, sino también del ambiente psíquico y social.

Las acciones medicamentosas o quirúrgicas son insuficientes muchas veces para restaurar la salud, si no se intensifica el estado higiénico, las condiciones de trabajo, las actividades psíquicas y los regímenes alimenticios. Lo que equivale a transformar favorablemente la situación económica, doméstica o espiritual de los enfermos. La sensación de insuficiencia, de desperdicio en su labor, es lo que ha obligado al médico moderno a completarse espigando en los campos de la higiene mental.

La máquina orgánica debe trabajar en condiciones perfectas de funcionamiento. Su trabajo debe realizarse en la más completa inconciencia; para que nuestra atención prescinda de nosotros mismos y pueda así dedicarse al servicio de lo circundante con entera independencia.

Ahora bien, estas condiciones ideales, prácticamente nunca se

sentan; siempre hay algún defecto en el funcionamiento que preocupa la conciencia, que altera el sosiego y mueve a evadirlo o a compensarlo. Por eso las alteraciones orgánicas, por pequeñas que sean, constituyen un obstáculo serio al desarrollo normal de la psique. En los individuos orgánicamente desequilibrados puede suceder: que reaccionen con exageración, de manera insuficiente o que no reaccionen. Tales individuos están condenados a sufrir de toda clase de complejos psicológicos, cuyo estudio y la influencia que tienen en la determinación de la conducta individual, es de la más alta importancia.

La desnutrición es causa de déficit mental. La desnutrición es un estado digno de tomarse en consideración, porque, como es bien sabido, disminuye la resistencia contra los agentes microbianos, alterando considerablemente el rendimiento personal; además retarda el crecimiento y la aparición de las características del hombre maduro.

Las causas más corrientes, que según el doctor Mora, dan lugar a la falta de un equilibrio adecuado son las siguientes:

- a) Deficiencia de alimentos en cantidad o calidad;
- b) Asimilación defectuosa, por desorden digestivo, taquifagia y mala dentadura;
- c) Estado patológico del sistema linfático; infecciones tuberculosas subagudas o crónicas;
- d) Deficiente oxidación de los tejidos por mala calidad del aire respirado, escasez de aire por obstáculo mecánico en las vías respiratorias; adenoides, mala conformación del tórax, estrechez de los vestidos; trastornos circulatorios, lesiones cardíacas.

Tal vez podría agregarse a las causas enumeradas, el parasitismo intestinal.

Ocasionan el uso inmoderado de la energía, según el mismo autor, los siguientes estados:

- a) Irritación nerviosa por sueño insatisfecho o interrumpido;
- b) Demasiado trabajo e insuficiente reposo;
- c) Estados febriles.

Sintomatología de la desnutrición. Aspecto indiferente, lentitud de movimientos, mirada vaga, piel y mucosas pálidas, escaso desarrollo con relación a la edad, orejas transparentes, carnes fofas, párpados hinchados, sudor viscoso, manos y pies fríos, pulso rápido, brotes purpúricos cuando el estado es más serio. Manifestaciones de orden psíquico: falta de concentración del pensamiento, atención discontinua, pérdida del interés por el juego, falta de esfuerzo mental sostenido, sensibilidad y emotividad exageradas, carácter irritable (niños vidriosos). El ritmo con que avanzan en sus estudios es demasiado lento, sin que esto quiera decir que sean poco inteligentes.

Conocidas las estrechas relaciones somatopsíquicas no deberá sorprender la existencia de debilidad mental por nutrición deficiente.

Según recientes investigaciones se sabe que el cuerpo genera cada día 3,400 libras pies de energía. Estas 3,400 libras pies, las adquiere el

cuerpo de los alimentos y del aire. De ellas, 2,840, se utilizan en mantener el calor natural. Solamente 560, o sea una sexta parte del total, son las que restan para la realización del trabajo mental y otras actividades. Esto cuando se trata de personas sanas, ¿cuál será la reserva energética disponible para la cerebración en los desnutridos? No sabríamos decirlo, pero de seguro es muy limitada. De ahí que por un mecanismo defensivo el niño desnutrido ahorre la energía que requiere el pensamiento activo. Esta manera de considerar las cosas, tiene una repercusión favorable en la actitud de los educadores, para con el perezoso y retrasado mental, que de casos «perdidos» pasan a ser objeto de indicaciones racionales como la del cambio de régimen alimenticio y de la manera de vivir.

Existen observaciones y experiencias rigurosas demostrativas de que gran parte de la actividad psíquica que se trueca en conducta, guarda estrecha relación con la clase y cantidad de alimentos ingeridos.

A continuación presentamos un cuadro que puede dar una idea general de cómo se alimentan nuestros escolares. Lamentamos bastante referirnos sólo al desayuno, pero varias razones nos indujeron a darle preferencia, a saber:

- a) Los niños se encuentran mejor dispuestos para el trabajo mental por la mañana que por la tarde;
- b) Es costumbre generalizada asignar sitio en el horario matutino a los cursos más fatigantes;
- c) El niño es mucho más activo por la mañana que por la tarde;
- d) El estudio completo de la ración alimenticia adecuada, es de tal importancia, que bien merece el honor de un estudio exclusivo.

C U A D R O No. 3

Clasificación, por años de edad, correspondiente a la clase de alimentos tomados en el desayuno de doscientos niños de nuestra población escolar.

Años de edad	No. de examinados	DESAYUNO						
		Café y pan	Leche y pan	Café, pan y frijoles	Café y tortillas	Sólo café	Café, frijol y tortillas	Huevos
7	50	22	12	4	7	1	4	
8	36	22	5	3	2	1	3	
9	29	14		2	8	4	1	
10	24	13	1	2	5	1	2	
11	14	8	2		3	1		
12	19	10	5		1	2	1	
13	16	9	2		2	1		2
14	12	7	2			1		2
Total	200	105	29	11	28	12	11	4

El cuadro número 3 demuestra:

1o.—Que el 52.5 por ciento toman café y pan.

2o.—Que solamente el 14.5 por ciento toman leche.

3o.—Que el 14 por ciento desayunan café y tortillas, y el 6 por ciento sólo café.

4o.—Que únicamente el 2 por ciento toman huevos.

Evidentemente, en la mayoría, es defectuoso el régimen alimenticio, cuya base la constituyen los hidrocarbonados como la fécula y el azúcar.

Revisando las fichas de 5,000 niños, encontramos un 32.48 por ciento de caries dentaria y 6.22 por ciento de estados de desnutrición franca.

En las 174 pruebas psicométricas que llevamos a cabo, encontramos un retraso mental que fluctúa entre uno, dos y tres años, en el 18.3 por ciento de los casos, correspondiendo el 13.3 por ciento a niños de condiciones alimenticias desfavorables, y el 5 por ciento restante, a niños en perfectas condiciones físicas.

Siendo la alimentación el problema básico para el logro de la salud integral y necesitando el niño por razones de mayor desasimilación y crecimiento, más albúminas y grasas, somos de opinión que: proveer de alimentos a los niños indigentes con fondos del estado, o mediante suscripción popular, resultaría una economía a no muy largo plazo. Por de pronto, un vaso de leche distribuido gratuitamente en el recreo de las 10 de la mañana, no sería dispendioso y sabría muy bien.

La fatiga mental. Entre los factores que dan origen a trastornos en las funciones adaptativas, se encuentra la fatiga mental. La fatiga aparece como consecuencia de la producción y acúmulo de aquellos productos del metabolismo orgánico, cuya presencia en el organismo disminuye la capacidad funcional. El cansancio, es decir, la sensación subjetiva de un estado general, no constituye ningún indicio despreciable con respecto al grado de fatiga, sino que más bien ha de ser considerado como una advertencia saludable. La fatiga para que pueda considerarse como normal, debe desaparecer después de 10 a 15 minutos de reposo. Cuando no desaparece después de este tiempo, debe considerarse como patológica.

Si un niño sano desde su nacimiento, que vive en buenas condiciones higiénicas (habitación, alimentación, etcétera), se retrasa en su desarrollo, se vuelve irritable, y adquiere malas notas en la escuela, debe ser objeto de un examen cuidadoso.

Para evitar la fatiga mental, la escuela tiene que salir del error generalizado de suponer que existe un tipo de alumno que represente el término de resistencia media, porque tal alumno no existe. Se olvidan que no sólo nacen millares de niños constitucionalmente deficientes, sino que muchos sufren luego las desventajas del ambiente y de su primera educación y que soportan, muchos de ellos, los recargos de trabajo únicamente por exceso de voluntad y amor propio. Las causas de agotamiento podrían evitarse si se les tratara en forma más individual; si los padres aceptaran como lógicas las limitaciones impuestas por la naturaleza, antes de insistir en que hagan rápidos progresos con sacrificio de su salud.

Un maestro puede tener una clase de 30 alumnos; 10 de éstos pueden realizar con facilidad su tarea, pero imponer ese esfuerzo a los otros 20, puede ser el comienzo de trastornos que predisponen al desarrollo de complejos mentales que alteran el funcionamiento sano y coordinado del intelecto, de las emociones y de la voluntad.

Es necesario conocer lo pronto que se agotan las fuerzas mentales de los niños en pleno desarrollo. Al pasar el niño de una etapa a la otra, de la infancia a la niñez y de la niñez a la adolescencia, el cerebro que es un conglomerado de centros nerviosos, se desarrolla y es impresionado con frecuencia y de manera persistente. Pero como la energía del niño es reducida, llega pronto al agotamiento. Además, si los requerimientos hechos al sistema nervioso afectan aquellas partes que todavía no se han desarrollado completamente, hay peligro de perjudicar su estructura delicada. Puede obligarse a un niño a realizar un trabajo físico para el cual no está preparado, pero el resultado es dificultar su crecimiento. Lo mismo pasa exactamente con el cerebro. El trabajo mental no sólo significa a los órganos del cuerpo un consumo de energía tan grande como la del trabajo físico, sino que mayor aún. Y cuando el cerebro se cansa, quedan afectadas también otras funciones orgánicas de importancia.

Está probado que el trabajo de los escolares cuando están cansados, casi no tiene valor; los niños no deben, pues, ser mantenidos en su trabajo después de que se ha manifestado la fatiga. Nosotros encontramos un 20 por ciento más de errores en las prácticas de dictado después de las tres primeras horas de clase.

Siempre debe recordarse que lo que el niño realiza o llega a dominar, no depende completamente de cuánto tiempo y con cuánta intensidad trabaja; depende más de si está trabajando al máximo de sus facultades, o de si estas facultades mentales son estorbadas por el cansancio.

Muchos educadores contemporáneos han comprendido que el tiempo de trabajo no da realmente la medida del progreso en el aula. La cuestión vital, sostienen, es enseñar a los niños a estudiar a fin de que no malgasten sus energías en esfuerzos inútiles. El trabajo mental de los niños debe hacerse en períodos cortos alternando con descansos proporcionales a su edad; más largos para los pequeños y para los que han trabajado con cierta intensidad; más cortos —hasta cierto límite— para los mayores, con miras a la formación de hábitos de resistencia mental. Se les debe conceder mucha libertad de movimientos. No exigir tareas a domicilio a los que hubieren cumplido satisfactoriamente con su obligación en la clase, o dejaren de cumplirla por causas de las que ellos no son responsables.

Si los horarios se aceptan en las escuelas modernas, es con la condición de que sean susceptibles de ser alterados de acuerdo con los cambiantes intereses infantiles. De ninguna manera deben prescribir rígidamente el curso de la enseñanza. En su elaboración deberá tomarse en cuenta el valor ponogenético de las asignaturas, de tal manera que los

cursos que exijan mayor esfuerzo de pensamiento, alternen con actividades sencillas y recreativas.

Manifestaciones de la fatiga mental. Una de sus primeras manifestaciones es la falta de atención motivada por la dispersión del pensamiento que produce la fatiga. Eso se debe a que es una ley de la naturaleza acumular una reserva de energía tanto mental como física, para usarla en momentos de tensión inusitada. La falta de atención en otros casos debe ser interpretada como un medio de protección de los niveles más hondos de la energía.

Hay una serie de signos y síntomas del cansancio cerebral que se presentan en los niños de todas las edades. Entre los que se consideran de mayor gravedad están: El temblor involuntario de las manos, de la cara y los ojos, muecas, asimetría de la postura, insomnio y dolor de cabeza.

Los niños poco resistentes a la fatiga deben quedar libres de toda excitación e irregularidad; darles alimentos abundantes y nutritivos; paseos al aire libre y procurarles sueño tranquilo. Ocho horas de sueño es lo que se considera como mínimo para conservar la salud en condiciones normales, este tiempo no es suficiente para el joven trabajador intelectual. Los domingos no deben emplearse para faenas mentales sino para el descanso y recreo. Cuando un niño se inquieta y estudia de mala gana las lecciones que antes estudiaba gustosamente, debe dársele descanso, reducir sus horas de estudio y aumentar el tiempo de juego.

«**Surmenage**». Usamos esta palabra, que ha hecho fortuna en los países de habla española, por falta de equivalente exacto en castellano. Es un grado mayor y persistente de fatiga. Se observa difícilmente en la población escolar, y sobre todo, tratándose de niños muy pequeños, porque para llegar a tal estado se necesita hacer constantes y violentos esfuerzos mentales que no son propios de estas edades. El «surmenage» se presenta cuando la disparidad mental obliga a los menos capacitados a realizar esfuerzos extraordinarios para colocarse al mismo nivel de aprovechamiento que sus compañeros. Se comprende que esto puede suceder sólo en los alumnos mayores o muy aplicados que no dan tregua a su lucha de compensación. Puede registrarse también en aquellos estudiantes que sin tener la debida resistencia mental, se exponen a excesos durante los períodos de trabajo extraordinario como son los que preceden a los exámenes; época de inquietudes, de horas de espera, de sorpresas; todo un cortejo de emociones y de esfuerzos violentos suficientes para perjudicar a los predispuestos.

El pensamiento de buena calidad sólo se produce cuando se reúnen ciertas condiciones de sosiego mental. Hoy para gozar de alguna consideración, y lo que es peor, para asegurarse el pan cotidiano, un joven a los diez y ocho años debe haber dado ya su vuelta al mundo intelectual. No se camina hacia la verdad, se corre tras ella.

El niño no conoce ya los años de tranquila formación; ninguna etapa de la vida se aprovecha en toda su plenitud; se funden los eslabones

de la cadena del crecimiento. En el despertar primero de su inteligencia se recarga su mente de nociones; se atiborra el cerebro de ideas abstractas; se le embrutece con programas absurdos, sin proporciones ni sobriedad; la falta de respeto a su tendencia sincrética establece linderos artificiales entre las ciencias, justificables únicamente desde el punto de vista del adulto; en los planes de estudio se amontonan las ciencias sin orden ni concierto. Con tan funesto cargamento, las fuerzas mentales flaquean y puede caerse paulatinamente en el «surmenage».

Manifestaciones del «surmenage». El individuo que tiene la desgracia de padecerlo, siente una disminución considerable y progresiva de la capacidad para el trabajo mental; su atención es discontinua y momentánea, si logra mantenerla no comprende, y si comprende no retiene. Se muestra irascible, triste y apático. En suma existe un estado de profunda depresión física y psíquica que incapacitan para la menor actividad. Las alteraciones de la salud general a consecuencia de dicho estado aparecen rápidamente, como cefalea, insomnio, enflaquecimiento y astenia.

La escuela debe ser el gran instrumento de profilaxia mental. Hacer uso de una pedagogía más individualista; permitir que cada alumno avance al ritmo de trabajo que le permitan sus capacidades; evitar parangones como medio para estimular el rendimiento.

Las principales características de un centro docente respetuoso de la higiene de la mente, deberían ser:

a) Autoridades y educadores enterados de que es necesario darse cuenta del estado mental del niño antes de pretender enseñarle;

b) Programas y planes de estudio que den margen a otras actividades informales para descubrir habilidades e inclinaciones especiales del educando;

c) Maestros que disfrutan de buena salud mental (sólo un maestro equilibrado puede ayudar a un niño que no lo es);

d) Preocupación constante de los educadores por investigar la forma en que se desenvuelven las actividades de los niños en los organismos pre-escolares y por establecer contacto con los padres de familia para inquirir el régimen de vida, carácter y medio social de cada alumno, para poder estar así en condiciones de interpretar inteligentemente las anormalidades sorprendidas;

e) Acomodación del trabajo a los intereses y necesidades del alumno;

f) Suficiente estímulo para los maestros laboriosos y capaces de mejorar sus técnicas de investigación.

EL PROBLEMA PSICOLOGICO DEL ADOLESCENTE

El estudio de la adolescencia, desde el punto de vista que nos venimos ocupando, no constituye un nuevo tema después de las consideraciones que preceden, puesto que los principios de higiene mental que hemos

esbozado, le son igualmente aplicables. Pero por razones de índole muy especial que daremos a continuación, el adolescente tiene problemas exclusivos que nos obligan a reservarle sitio aparte.

Los rasgos característicos del adolescente se deben al hecho de que, como dijo Rousseau, «nacemos dos veces: la primera vez a la existencia y la segunda a la vida sexual». La primera vez nacemos como miembros de la raza, y la segunda vez como seres pertenecientes a determinado sexo. Los efectos físicos y mentales de esta época de la vida humana empiezan en tiempo variable y duran más de lo que a veces se supone. Los años de la adolescencia se distinguen por el crecimiento rápido y el incremento de la energía mental. A la placidez de la infancia suceden emociones confusas y desordenadas, debidas indudablemente a la falta de armonía entre el crecimiento anatómico, el desarrollo fisiológico y la madurez psicológica. Aparecen en forma imprecisa nuevas ambiciones, anhelos y deseos. Principia la introversión, y no es raro que se presente con carácter mórbido la consciencia de sí mismo. El niño que pasa a ser hombre, se vuelve torpe, irritable, triste y contemplativo; él mismo no se da cuenta de lo que le sucede, en esta edad turbulenta, en que los padres con más razón que nunca, deben acercarse a los hijos para hacerlos amigos confidentes; evitarles castigos por falta de que no son culpables, si no quieren alimentar rencores que terminen con el cariño y destruyan una personalidad que pudo haber sido buena. La perversidad, el robo, la destrucción, son generalmente manifestaciones agresivas asociadas a conflictos sexuales. La falta de respeto a padres y maestros, la rebeldía, las huelgas, son faltas expresivas de su lucha por la independencia. Son comunes las emociones y las ideas místicas y románticas de intensidad anormal. Ya no satisfacen los antiguos menesteres, oficios y distracciones. El alma parece desbordarse y reclama nuevos problemas que la absorban. Las funciones superiores del espíritu empiezan a adquirir esplendor y se ostentan de mil maneras. El razonamiento infantil, que hasta entonces necesitaba del soporte material, se independiza, para luego internarse en el complicado mundo de las deducciones.

El instinto genésico es el fundamento biológico más fuerte del organismo social. De ahí que la educación sexual sea en la actualidad un deber ineludible, si se quiere formar hombres integralmente sanos.

SUMARIO METODOLOGICO DE LA ENSEÑANZA SEXUAL

Contribución del hogar: a) Establecer nexos de confianza entre el padre y el hijo;

b) Estar siempre preparado para facilitar nuevos datos para la conquista de la confianza del niño en materias relativas al sexo;

c) Preparación bien definida para los cambios que trae consigo la adolescencia;

d) Dirección de la adolescencia en cuanto ramo pueda interesarle, incluso recreos y relaciones sociales.

Contribución de la escuela. La enseñanza debe facilitar material y vocabulario científico apropiado a las necesidades del niño. Los maestros encargados de la información deben ser de suficiente prestigio científico y moral, que sepan escoger el momento propicio para interpretar los hechos normales relativos al sexo.

Orientación sexual de la infancia. a) Facilitar información siempre que sea solicitada;

b) De no hacer preguntas el niño, hay que proporcionarle datos antes de que se asocie con otros pequeños y corra el riesgo de adquirir conocimientos y actitudes mentales impropias;

c) Proveerlo de un vocabulario sencillo y digno acerca de los órganos sexuales y los procesos biológicos;

d) Como el niño no conoce las implicaciones emotivas del sexo, no hay necesidad de explicárselas;

e) La observación de la vida de los animales puede ofrecer una base aprovechable para hacerle comprender la reproducción como fenómeno universal.

Ventajas de la educación sexual. a) Las relaciones amistosas y espíritu de comprensión que deben existir entre padres e hijos se perpetúan a través de la adolescencia y de la edad adulta;

b) Impide que el niño satisfaga su curiosidad dirigiéndose a fuentes insanas;

c) Alienta al niño para poner al tanto a sus padres de conversaciones inconvenientes o situaciones antihigiénicas a medida que se presentan.

Errores cometidos al satisfacer la curiosidad sexual del menor: a) Perderse en largas explicaciones inconducentes;

b) Incurrir en vulgaridades, con lo que se pierde la autoridad moral;

c) Exagerar la solemnidad de la revelación impúdica, pecando de pomposos;

d) Hacer referencia a mitos como los de la cigüeña, el ángel, la compra del niño, etcétera.

Hacia el término de la infancia hay que facilitar conocimientos relacionados con los cambios que trae la adolescencia, y sobre su naturaleza, dignidad e importancia. De esta manera se ahorran al niño las innecesarias cavilaciones que suscitan estos cambios. Preparar a las niñas para que los períodos catameniales no las tomen de sorpresa; hacerles comprender que sólo son una manifestación de feminidad sana; recomendarles mucho aseo y abstención de ejercicios violentos.

Si se trata de niños, explicarles que las emisiones seminales son expresión de sexualidad normal; que no debilitan, y que por el contrario, producen sensación de alivio; que el onanismo afecta la energía física y

mental disminuyendo la capacidad para satisfacer más tarde las exigencias conyugales.

La actividad es el mejor sedante del instinto sexual. La derivación del instinto por vías de actividad interesante, nos ha dado la clave para dominar el deseo de apareamiento. Dichas actividades pueden abarcar:

- a) Trabajo regular y llamativo;
- b) Adiestramiento en el arte manual, música, pintura, dibujo, etc.;
- c) Dar oportunidades sociales y recreativas que puedan compartir ambos sexos;
- d) Formar ideales de amor y de matrimonio.

Advertir a los jóvenes que para alcanzar el ideal de un matrimonio duradero y feliz, se necesita de preparación adecuada, que no se improvisa, sino que es producto de pacientes esfuerzos; que si no hay buena salud física y perfecto equilibrio mental, suficiente base económica y sanos principios de ética, el desengaño y la tristeza serán los eternos visitantes del hogar desdichado.

Los infrascritos, Jefe y Médicos de la Sección de Higiene Escolar de Sanidad Pública, hacen constar: que los trabajos a que se refiere el Bachiller Víctor Manuel Mejía en su tesis de doctoramiento, fueron realizados por él, con material humano y datos suministrados por esta dependencia.

Guatemala, 24 de julio de 1942.

(f) **Dr. Francisco Díaz A.**
Jefe de la Sección.

(f) **Dr. Ramiro Rivera.**
Médico Escolar.

(f) **Dr. Carlos E. Martínez.**
Médico Escolar.

CONCLUSIONES

1o.—Las personalidades que se desenvuelven natural y espontáneamente, bajo la dirección acertada de la familia y de la escuela, son las únicas que cuentan en la prosperidad de la nación.

2o.—El médico general necesita conocer los principios básicos de la higiene de la mente, cuyos preceptos deben ser del dominio absoluto del pediatra para cumplir con eficiencia la obra social que les está encomendada.

3o.—Las condiciones higiénicas de la vivienda y de la alimentación, tienen influencia indiscutible en la salud mental, por lo que la formación de hábitos de limpieza y aumento del potencial biológico de la raza por medio de regímenes alimenticios bien equilibrados, garantizarán el florecimiento espiritual.

4o.—Para los fines de una interpretación consciente de los problemas de la conducta, es necesaria la creación de organismos consultivos de higiene mental a los que pueden acogerse los niños normales y psicópatas para recibir el beneficio de un estudio amplio de su personalidad.

5o.—Aunque la Eugenesia es la ciencia que resuelve de manera más satisfactoria la fórmula de previsión social, todavía es posible en la primera infancia sentar las bases de una personalidad robusta y productiva individual y socialmente.

6o.—Siendo el complejo de inferioridad causa de múltiples fracasos y malentendimientos entre el individuo y el grupo, es conveniente contrarrestar su peligrosidad por medio de una disciplina justa y hábilmente manejada, que tenga la virtud de formar en cada uno consciencia clara de su propio valer.

7o.—Todo engaño con relación al sexo debe ser suprimido, debiendo hacerse la revelación impúdica con valor, veracidad y sencillez, cuando aparezca en el niño curiosidad por la vida sexual.

8o.—Recomendamos a la Secretaría de Educación Pública, la ampliación del programa oficial del curso de higiene, en los estudios de instrucción normal, secundaria y especial relacionados con la vida del espíritu.

VICTOR MANUEL MEJIA

IMPRIMASE:

Ramiro Gálvez A.

Decano.

BIBLIOGRAFIA



Aguero Correa G. y Luis Cubillos L. Consideraciones sobre clínicas de higiene mental, infantil y delincuencia de menores. «Revista de Psiquiatría y disciplinas conexas». Santiago de Chile, julio de 1938.

Abramsom J. Le Niveau intellectuel et le raisonnements des instables. «Annales médico, Psychologiques». París, 1937.

Amar J. Pédagogie Scientifique. París, 1922.

Aguayo A. M. Didáctica de la Escuela Nueva. Habana, 1923.

Archivos Peruanos de Higiene Mental. 1937.

A Higiene Mental nas escolas. Río de Janeiro, 1934.

A Família e a escola. Río de Janeiro, 1934.

Badonnel. Prophylaxie de la délinquance juvénil et déspistage scolar. París, 1938.

Bosch. Gonzalo. Los propósitos de la Liga Argentina de Higiene mental. Buenos Aires, 1938.

Berry. C. S. A comparison of the Binet tests of 1908 and 1911.

Bassi. Angel C. Pedagogía general. Buenos Aires, 1929.

Bermann. Organización de la asistencia psiquiátrica e higiene mental en la República Argentina. Buenos Aires, 1921.

Bautraux E. Science et religion. París, 1922.

Binet y Simón. La medida del desarrollo de la inteligencia. Año Psicológico, 1905.

Bobertag. Quelques réflexions méthodologiques a de l'échelle métrique de l'intelligence de Binet et Simon. Année psych. 1912.

Bradford. E. J. Factors in mental tests. 1921.

Bremond H. L'enfant et la vie. París, 1924.

Brossais Casimir. Higiene moral.

Burgestein. Higiene Escolar.

Claparede E. Psychologie de l'enfant et Pedagogie experimentale. París, 1926.

Caravedo Baltazar. El servicio social en los enfermos de la mente. Lima, 1939.

Caravedo Baltazar. Algunos datos sobre higiene mental en el Perú, 1936.

Caravedo Baltazar. El servicio social en los enfermos de la mente. Lima, 1939.

- Chevalier.** Deux experiences de psychologie Pédagogique. París, 1918.
- Ciampi. Lafranco.** La Asistencia de los menores. Consideraciones Médico-Pedagógicas «Revista de criminalología», Psiquiatría y Medicina Legal». Buenos Aires, julio de 1920.
- Ciampi. Lafranco.** La asistencia de los enfermos mentales según los criterios reformadores modernos. «Revista de Criminalología, Psiquiatría y Medicina Legal». Buenos Aires, agosto de 1922.
- Daubes Guyot.** El método en el estudio y en el trabajo mental.
- Dewey John.** Psicología del pensamiento. 1928.
- Delille Armand.** L'Assistance Social et ses Moyens D'Action. París, 1922.
- Demoor Juan.** Los niños anormales.
- Decroly et Buyse.** Les aplicaciones américaines de la Psychologie a L'éducation. 1923.
- Descœudres A.** Le developpement de L'enfant de 2 a 7 ans. Neuchatel. 1921.
- Eleizequi José de.** Las rebeldías de la infancia escolar.
- Freud S.** Psicopatología de la vida cotidiana.
- Fox Evelyn.** The Social Service «Mental Hygiene», London, 1936.
- Genil Perrin G.** Les origines du Mouvement d'hygiène Mentale». La prophylaxie mentale». París, 1937.
- Goldberg J. A.** Social aspects of treatment of the insane. New York, 1921.
- Henry G.** Le developpement des soins aux aliénés et du traitement des malades aux Etats Unis. París, 1930.
- Janet Pierre.** Les troubles de la personnalité sociales. «Anales Medico-psychologiques». París, 1937.
- Lorente Sebastián.** Orientaciones de la Psiquiatría. Lima, 1914.
- Mora C. F.** El médico y la escuela. Guatemala, 1926.
- Potet M.** Hygiene Mentale. París, 1926.
- Pacheco Ramírez. M.** Ensayos sobre criminalología infantil. Guatemala, 1937.
- Proceedings of the first International Congress on Mental Hygiene** New York, 1932.
- Robin Gilbert.** Précis de Neuro-Psychiatrie infantile. París, 1939.
- Roxo Henrique.** Problemas de higiene mental. «Arquivos Brasileiros de higiene mental». Río de Janeiro, 1938.
- Starke.** La entereza de carácter.
- Saldaña Quintiliano.** La sexología.
- Vermeylan G.** Psicología del niño y del adolescente.
- Vermeylan G.** Les débiles mentaux. Etude expérimentale et clinique. París, 1922.

PROPOSICIONES

Anatomía Descriptiva	Músculos del brazo.
Anatomía Topográfica	Región pectoral.
Anatomía Patológica	Sarcomas.
Bacteriología	Estafilococo.
Botánica Médica	Púnica granatum.
Clínica Médica	Exploración del Hígado.
Clínica Quirúrgica	Paracentesis abdominal.
Fisiología	Del páncreas.
Física Médica	Espectros de absorción de la hemoglobina.
Ginecología	Fibromas del útero.
Higiene	Profilaxia de la fiebre amarilla.
Histología	Del timo.
Medicina Forense y Toxicología	Asfixia por sumersión.
Medicina Operatoria	Desarticulación de Chopart.
Obstetricia	Hipermesis gravídica.
Patología Externa	Shock traumático.
Patología Interna	Neumonía del vértice.
Patología Tropical	Dengue.
Patología General	Fagocitosis.
Pediatría	Estenosis congénita del píloro.
Psiquiatría	Idiicia mongoloide.
Química Médica Inorgánica	Yodo.
Química Médica Orgánica	Tetracloruro de carbono.
Química Biológica	Reacción de Gmelin.
Terapéutica	Salicilato de Sodio.
Zoología Médica	Uncinaria.