



niños y adopción

REPORTAJE





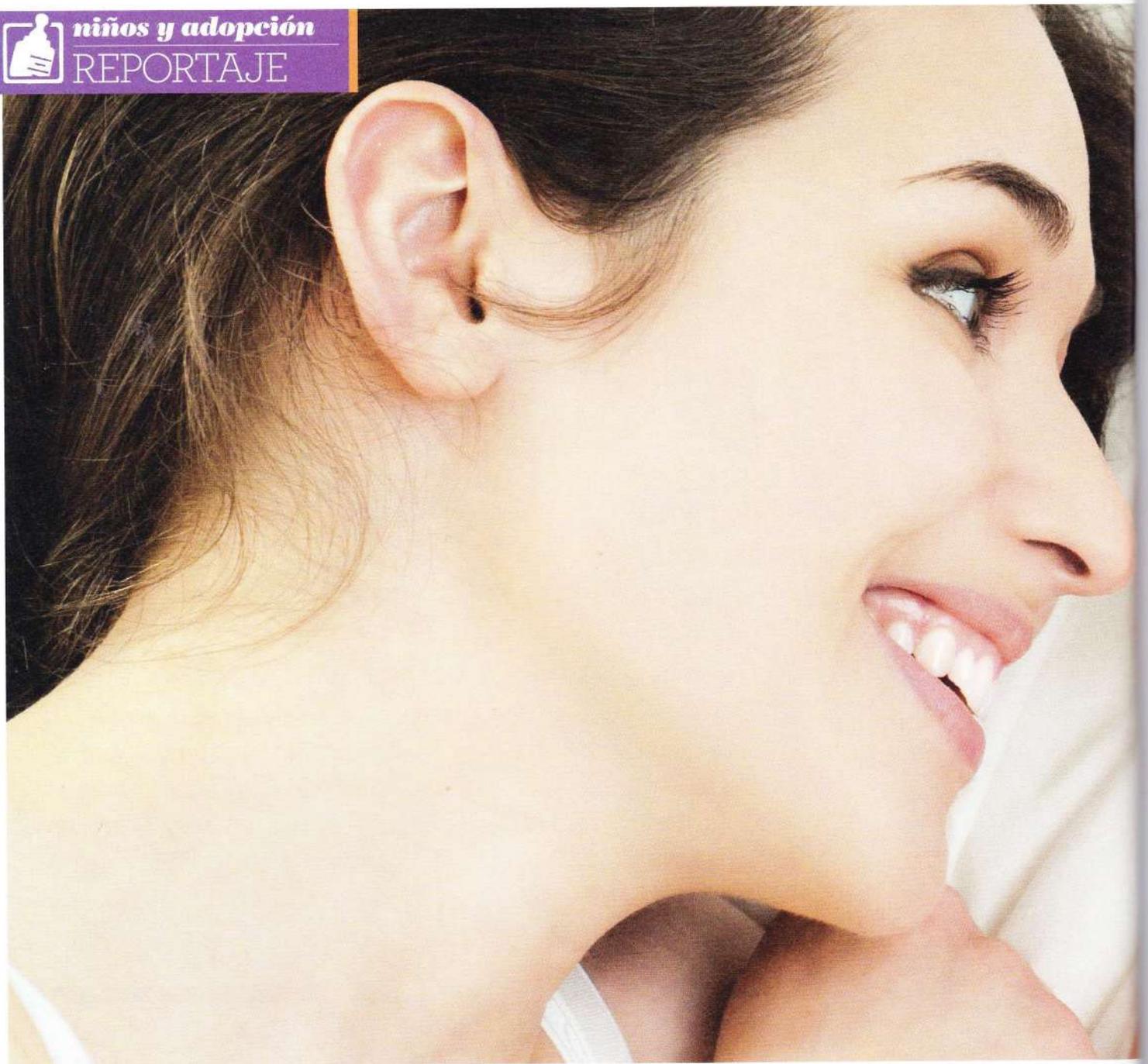
# **apego**

**percepción  
y reconocimiento  
de las emociones**

MUCHAS DE LAS PRIMERAS EXPERIENCIAS SON DETERMINANTES EN EL APRENDIZAJE INTERSUBJETIVO Y SOCIAL, MÁS CONCRETAMENTE, LAS EXPERIENCIAS RELACIONALES DE LA PRIMERA INFANCIA, DEL PRIMER AÑO DE VIDA SON FUNDAMENTALES EN EL DESARROLLO. ESTAS EXPERIENCIAS PERMITEN QUE LAS CARACTERÍSTICAS PSICOBiolÓGICAS SE EXPRESEN. EN LOS ÚLTIMOS AÑOS LAS NEUROCIENCIAS HAN MOSTRADO UN GRAN INTERÉS POR EL APEGO Y LOS CIRCUITOS NEURONALES QUE ESTÁN EN LA BASE DE LA VINCULACIÓN

POR CRISTINA CORTES VINIEGRA

---



Se ha ido generando un interés en los procesos afectivos esenciales, fundamentados en lo corporal, que subyacen en el hecho de darse cuenta, de la consciencia (Schoore, 1997). John Bowlby fue el primero en desarrollar una teoría de apego a partir de la psicología del desarrollo. Buscaba describir y explicar por qué los niños necesitan apegarse a sus primeros cuidadores, y los efectos emocionales que resultan si eso no se da (Fonagy, 2004). Las investigaciones sugieren que "aprender cómo comunicarse" representa tal vez el proceso más importante del desarrollo que tiene lugar durante la infancia

(Papousek y Papousek, 1995). Podemos considerar que la tarea fundamental del primer año de la vida de un bebé es la creación de un lazo corporal afectivo seguro de comunicación emocional entre el bebé y su madre o cuidador principal. Mediante la comunicación que se establece de manera sensorial, ya sea a través del contacto físico o la comunicación gestual, visual y sonora, en esa danza interactiva entre la madre o el cuidador habitual y el bebé/niño, ambos aprenden el ritmo, el tono, se modulan recíprocamente, se adaptan y modifican su comportamiento. Se va produciendo el entonamiento afec-

tivo-emocional-físico que describe Stern. En este baile interactivo, el bebé primero y después el niño reproducen las expresiones de la madre, percibiendo sus estados, y en la medida en que el cuidador los identifica y tolera, con el tiempo, el niño aprende a reconocerlos en él y en el otro. Kohut (1977) nos explica como a través de esta fusión entonada y empática de la mente sin desarrollar del niño con la organización psíquica altamente desarrollada de la mente materna, o del cuidador, el niño va experimentando los estados afectivos de este como si fueran propios. De esta forma la organización del cerebro del



## DURANTE EL PRIMER AÑO DE LA VIDA DE UN BEBÉ SE CREA UN LAZO CORPORAL AFECTIVO SEGURO DE COMUNICACIÓN EMOCIONAL CON EL BEBÉ

---

niño en desarrollo se produce en el contexto de un vínculo con otra mente, otro cerebro (Schoore 2010).

Estas experiencias interrelacionales facilitan la maduración de los sistemas neuronales del hemisferio derecho en periodos críticos, sistemas que procesan las comunicaciones visuales-faciales, au-

ditivas-prosódicas y táctiles-gestuales observadas o imitadas (Dapretto y cols., 2006). Según diferentes investigaciones parece ser que el hemisferio derecho está especializado en generar la auto-conciencia y el auto-reconocimiento (Miller y cols., 2001). Estos procesos intersubjetivos son de los primeros en desarrollarse

(Decety y Chaminade, 2003).

Así pues, cuando esta comunicación interactiva, este entonamiento afectivo que cubre las necesidades tanto físicas como emocionales de sentirse sentido no se produce bien, debido a la falta de sensibilidad y mentalización del cuidador o en especial cuando las respuestas de este son



## SI EL CUIDADOR NO ES CAPAZ DE CUBRIR LA NECESIDAD DEL MENOR SE CONVIERTE EN UN ESTRESOR AMENAZANTE QUE ACTIVA EL SISTEMA DEL ESTRÉS

atemorizantes y no fiables impiden que se desarrolle adecuadamente la intersubjetividad y por ende la capacidad de reconocer e identificar los estados emocionales, tanto los de uno mismo, como los de los demás. El impacto de este trauma de desarrollo ocasionado tanto por lo ocurrido que no debió ocurrir, como por lo que no

se dio y se tenía que haber dado lleva al desarrollo de estructuras regulatorias defensivas de supervivencia. En última instancia puede abocar a una tendencia disociativa, "el escape cuando no hay escape" (Shore, 2003)

Cuando un bebé tiene una necesidad, solo tiene un medio de comunicarlo, mediante

el llanto. Este genera una activación del sistema nervioso. Si el sistema de apego y cuidados funciona en el entorno del niño; si la madre o el cuidador satisfacen su necesidad, calman su estado emocional y hacen explícita esa necesidad, con intervenciones del tipo: "Ah, tienes hambre", "tienes frío", "estás incomodo", "mo-



lesto", "triste"; en esa interacción continua a lo largo del tiempo, en el repetir y repetir de la experiencia, el bebé/niño aprende a reconocer esa sensación, a ponerle nombre y con el tiempo podrá calmar esa activación del sistema. Así puede pensar en lo sentido, lo puede reconocer, y paulatinamente podrá hacerlo explícito. Sin embargo, si el cuidador no es capaz de cubrir la necesidad, de modular y regular el estado emocional que la acompaña, y en vez de esto genera una mayor sobre activación, mediante el abuso, el mal trato o la negligencia, ese primer estado de activación producto de la necesi-

dad y el llanto, se incrementa, no se repara, y esos estados afectivos emocionales negativos desregulados se prolongan durante largos periodos de tiempo.

El cuidador se convierte en un estresor amenazante o negligente que activa el sistema del estrés, provocando una sobre activación del sistema simpático del bebé/niño. Este estado genera un aumento significativo de: la frecuencia cardiaca, la presión arterial y la respiración. Este estado se corresponde a un estado psico biológico desregulado por el miedo o terror acompañado con niveles muy altos de catecolaminas, las hormonas del estrés,

que pueden dañar el cerebro en desarrollo del niño. (Schoore, 2010)

El sistema nervioso propicia un mecanismo de protección pasando a un estado hipometabólico que posibilita la supervivencia celular en momentos de intenso estrés tóxico. En este estado hipometabólico, la frecuencia cardiaca, la presión arterial y la respiración disminuyen y se elevan los opiáceos endógenos que entumescen y embotan el dolor (Schoore, 2001). Este proceso desconecta al niño de su estado emocional.

Cuando el cuidador se convierte en fuente de amenaza negligente y/o atemorizante



produce inicialmente un estado de hiperactivación. Cuando no hay salida, un intento de conservación del sistema es activar el sistema vago dorsal, que media los estados de hipoactivación, colapso y congelación. En estos estados el bebé/niño no se interesa por los estímulos ni internos ni externos. El hemisferio derecho está involucrado en un mecanismo evitativo-defensivo para lidiar con el estrés emocional (Schore, 2001). El niño se desinteresa de los estímulos externos e internos, entumeciendo y anestesiando las sensaciones y emociones.

La falta de vinculación y regulación diá-

dica con sus cuidadores, en las primeras etapas de desarrollo, le impiden el conocimiento de sus sensaciones, de sus procesos emocionales y mentales. Resulta difícil poner palabras a lo sentido y percibido, si nadie lo ha hecho explícito en el inicio del desarrollo cuando comienza ese descubrimiento del otro, de uno mismo y del mundo.

Las figuras de apego en la interrelación con el bebé/niño reconocen las señales que este les envía, e intentan captar su significado en su mente adulta para comunicarse con él. Devuelven al niño la experiencia que este está viviendo, de

manera que el niño termina por tomar conciencia de la misma y desarrolla la capacidad de mentalizar sus estados y los estados de los otros.

El apego o vínculo busca encontrar una base segura en la figura del cuidador para lograr mantener un equilibrio entre las conductas exploratorias y las de proximidad. La motivación por la exploración lleva al niño, primero a explorar el cuerpo de su madre o cuidador, luego a reconocer su propio cuerpo y por último al descubrimiento del medio. Para ello el bebé precisa de un entorno rico en sensaciones y estímulos, donde se pueda moverse se-



## BIBLIOGRAFÍA

Understanding emotions in others: mirror neuron dysfunction in children with autism spectrum disorders

Dapretto, M., Davies MS., Pfeifer JH., Scott AA., Sigman M., Bookheimer SY., Iacoboni M. (2006). *Nat Neurosci*.

When the self represents the other: A new cognitive neuroscience view on psychological identification. *Consciousness and Cognition*

Decety J, Chaminade T (2003). 12, 577-596

The theory of attachment and the psychoanalysis

Fonagy P (2004). Edit Espax, S. A. Barcelona.

The restoration of the self

Kohut H (1977). International Universities Press, New York.

Neuroanatomy of the self. Evidence from patients with frontotemporal dementia

Miller BL, Seeley WW, Mychack P, Rosen HJ, Mena I, Boone K (2001). *Neurology*, 57, 817-821

Intuitive parenting

Papousek H, Papousek M (1995). In M. H.

Handbook of parenting: Vol. II. Ecology and biology of parenting

Bornstein (Ed.), (pp. 117-136). Erlbaum, Hillsdale, NJ.

The effects of relational trauma on right brain development, affect regulation, and infant mental health

Schore AN (2001). *Infant Mental Health Journal*, 22, 201-269

Affect regulation and the repair of the self

Schore AN (2003). Norton, New York.

Attachment trauma and the developing right brain: Origins of pathological dissociation

Schore AN (2010, In press). In Dell

Dissociation and the dissociative disorders: DSMV and beyond

PF, O'Neil JA (Eds.). Routledge, New York

## EL APEGO BUSCA ENCONTRAR UNA BASE SEGURA EN EL CUIDADOR PARA LOGRAR UN EQUILIBRIO ENTRE LAS CONDUCTAS EXPLORATORIAS Y LAS DE PROXIMIDAD

guro en libertad y experimentar todo un cumulo de sensaciones, sobre todo sensaciones propioceptivas de su cuerpo en contacto con el entorno.

Si estas etapas no se han cubierto adecuadamente, habrá que proporcionar al niño experiencias corporales, sensoriales y vinculares, con las que pueda reparar la falta

de confianza aprendida. Mediante el juego sensorio motor afectivo con unos padres o cuidadores sintónicos se puede recrear y representar lo que no se dio y cubrir las experiencias faltantes del bebé/niño y que este aprenda a confiar en el cuidador.

En el libro "Mírame, siénteme", la relación de Eneko con sus padres, la familia

que nos acompaña en el inicio de cada capítulo, nos muestra como ese vinculo de apego dirige y propicia el desarrollo, el conocimiento, la regulación, la exploración y la seguridad. Los casos expuestos permiten hacerse una idea del camino de la reparación cuando esto no se ha dado.