

**TRASTORNOS DE ANSIEDAD INFANTILES****Los daños colaterales del divorcio**

- **Los trastornos de ansiedad son más frecuentes entre los menores de padres separados**
- **Los psicólogos abogan por la custodia compartida en beneficio de los menores**

Actualizado lunes 13/10/2008 08:03 (CET)

**PATRICIA MATEY**

MADRID.- "No me atrevía a contar en el colegio que mis padres se habían separado... Estaba muy triste y no me concentraba para estudiar. Mis notas bajaron. Tampoco me apetecía salir con mis amigos". Así vivió Luis la separación de sus padres. Su testimonio, recogido en la sección 'Ser joven' de la página web de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap), refleja los 'efectos secundarios' de las rupturas conyugales en los hijos.

La tristeza es un sentimiento muy común entre los niños y niñas que ven como cambia su estructura familiar. Pero también lo es, al parecer, el trastorno de ansiedad por separación.

Mireia Orgilés, José Pedro Espada, ambos de la Universidad Miguel Hernández de Elche (Alicante) y Xavier Méndez Carrillo, de la Universidad de Murcia, firman un trabajo en el último número de la revista 'Psicotema' [publicación del Colegio Oficial de Psicólogos del Principado de Asturias] que constata que **los menores que han vivido una separación conyugal presentan niveles de ansiedad** por separación y de ansiedad generalizada mayores que los niños cuyos padres permanecen juntos.

Los datos de la nueva investigación se han obtenido tras comparar la presencia de síntomas de ambos tipos de ansiedad en 95 estudiantes, de ocho a 12 años con padres separados o divorciados, con otros tantos menores que no han vivido este trance.

"Los niveles más elevados de ansiedad en los hijos de padres divorciados se manifiestan sobre todo en el plano psicofisiológico y motor... Cuando no permanecen con sus progenitores **sienten molestias físicas, como dolor de cabeza o tripa, tienen ganas de llorar y tratan de evitar la separación física** con ellos a través, por ejemplo, de llamadas telefónicas...", determinan los autores en sus conclusiones.

Sobre todo si su custodia no es compartida. "Este hecho es muy importante en el desarrollo de los hijos, y en este sentido, defendemos claramente la opción de la custodia compartida. La Ley dice que se conceda de esta forma casi como último recurso cuando debería ser el primero", recuerda a elmundo.es José Cantón, del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Granada.

Desde que en 1981 se aprobó en España la Ley del Divorcio, **el número de separaciones se ha incrementado de forma considerable año tras año** hasta convertirnos en el país de la Unión Europea con las mayores tasas. En 2006, por ejemplo, se registraron 93.000 divorcios y 55.000 separaciones.

La Asociación Americana de Psiquiatría considera la ruptura conyugal como "una experiencia muy estresante para los hijos que puede tener consecuencias a corto, medio y largo plazo y que es capaz, además, de generar problemas físicos, emocionales, escolares y sociales.

Los motivos. "El desarrollo emocional saludable de todo ser humano requiere que la presencia de un padre y una madre se acompañe de la adopción de responsabilidades en tareas de cuidado y protección de los hijos, así como **la necesidad de construir un contexto familiar amoroso, consistente y estable** que propicie y favorezca la instauración y consolidación de sentimientos de confianza básica en el niño", documenta Reyes Vallejo, profesora de la Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla.

De hecho, y pese a que "la mayoría de los niños se adapta bien al divorcio, de un 20% a un 25% desarrolla síntomas graves. **Aunque muchos aparenten normalidad, pueden estar sufriendo altos niveles de estrés y sentimientos de dolor.** Una de las consecuencias a largo plazo más frecuentes es el sentimiento de pérdida del padre y la tendencia a enjuiciar su vida actual a través del prisma del divorcio vivido, especialmente cuando fue conflictivo y bajo la custodia exclusiva de la madre", explica el profesor Cantón.

Los autores del nuevo trabajo han constatado también que el impacto psicológico de la separación varía según la edad del menor y el género. "Los menores de ocho y nueve años de padres separados presentan más ansiedad que los chicos más mayores y las niñas presentan más miedo a la separación momentánea de los progenitores que los niños", insisten.

Diferente también es la forma de manifestar el 'golpe' de la separación. "**Las chicas tienden más a interiorizar los problemas** (psicomatización, ansiedad, depresión...) y ellos a exteriorizarlos (desobediencia, conductas agresivas o antisociales)", apunta el profesor de Granada.

Normalmente, los hijos de padres separados residen con "la madre y permanecen con el padre eventualmente. Pero en los periodos de vacaciones el niño se traslada al hogar paterno, momento en el que el contacto con la madre es esporádico... La separación de ella puede condicionar la ansiedad del niño en ocasiones futuras, aumentando su vulnerabilidad a reaccionar de forma ansiosa ante cualquier separación cotidiana", reflexionan los profesores de la Universidad Miguel Hernández y la de Murcia.

Ésta es una de las razones por las que aseguran que "**la cooperación entre cónyuges y la ausencia de desavenencias entre ellos favorece un contacto frecuente del niño** con ambos y, por tanto, puede reducir su conducta de temor ante la ausencia de las figuras de apego y fomentar su confianza y autonomía".



Una pareja observa una exhibición aérea (Foto: AP | Thanassis Stavarakis)