

El enfoque a las dos generaciones de las ACE



Las experiencias infantiles adversas (ACE, por su sigla en inglés) suelen ser intergeneracionales, lo que quiere decir que los hijos de padres que han sufrido estas experiencias, pueden encontrarse expuestos a un mayor riesgo. En parte, la razón de esta situación se debe a que los padres que han sufrido algún trauma en la niñez, sin tener factores de protección, podrían haber desarrollado una reacción exagerada frente al estrés; esto, a su vez, podría aumentar el riesgo de problemas de salud física, mental y conductual. Esos problemas de salud pueden agotar la energía de la familia e interferir con la habilidad de los padres para actuar como defensa saludable para sus hijos. Además, los padres que reaccionan exageradamente al estrés podrían tener más dificultades para manejar el estrés y las emociones o para autocontrolarse de una manera adecuada mientras interactúan con sus niños; esto podría afectar sus prácticas de crianza. Esta dinámica podría crear otras vulnerabilidades en las interacciones padres-hijos, un mayor riesgo de resultados adversos, además de perpetuar el ciclo intergeneracional. Este aspecto intergeneracional es de particular importancia, ya que la *crianza* (el ambiente) le da forma a la *naturaleza* (los genes) a través de la expresión genética —un proceso denominado “epigenética.” Este proceso puede exponer a los niños que han sufrido alguna ACE a un mayor riesgo de enfermedad y a otros trastornos de salud a lo largo de la vida. Esto se debe a que los efectos bioquímicos del estrés crónico, sin la presencia de factores de protección, pueden ser tóxicos para el desarrollo saludable del niño.

En consecuencia, la identificación temprana de las experiencias infantiles adversas en los entornos pediátricos es esencial, ya que cuidar de la salud de un niño significa prestar atención minuciosa a la salud y el bienestar del adulto que se ocupa de él. El tratamiento eficaz para las ACE implica un enfoque a las dos generaciones para reducir la adversidad y mejorar la habilidad del cuidador para proteger a su niño del estrés. Este enfoque brinda apoyo tanto a los *niños como a los padres*, con la meta de *interrumpir el ciclo intergeneracional*.

¿Por qué adoptar un enfoque a las dos generaciones?

- El mejoramiento de los conocimientos, la educación para padres y la prueba diagnóstica de salud mental aumentan la probabilidad de que los cuidadores reciban el apoyo que necesitan.
- Cuando los padres y otros cuidadores reciben apoyo y otros servicios necesarios, pueden mejorar los resultados de salud física, mental y conductual de los niños.
- Si los padres forjan una relación positiva y afectuosa con su hijo, esto crea una defensa que puede proteger al niño, interrumpir el ciclo intergeneracional y reducir el impacto del trauma.

Todos los padres esperan que sus hijos tengan una calidad de vida mejor que la que ellos tuvieron. La investigación muestra que la educación de los padres, la estabilidad económica y la salud general pueden tener un impacto considerable en el bienestar del niño y su camino en la vida. Si no están conscientes del problema, los padres que tuvieron experiencias infantiles adversas sin haber recibido tratamiento pueden, sin saberlo, perjudicar la trayectoria de la vida de sus hijos. Por esa razón, los factores de protección que se describen a continuación son vitales para que los niños se desarrollen bien.

Un enfoque a la relación padres-hijo de la prestación de cuidados

Toda la familia se beneficia cuando usted aborda las necesidades del sistema familiar. Este tipo de cuidados implica prestar atención a las necesidades del niño, de los padres y a la calidad de la relación que ellos tienen. De acuerdo con este enfoque, se reconoce que la salud y el bienestar de un niño se ven afectados directamente por el bienestar y la salud de los cuidadores y que el bienestar de los padres forma parte integral de las condiciones óptimas para que el niño se desarrolle bien. En este tipo de modelo de dos generaciones, la calidad del apego entre el padre y el niño se evalúa y apoya continuamente.

Cómo implementar un enfoque a las dos generaciones

- Identificar las condiciones de salud de los padres, como ansiedad y depresión, que podrían repercutir negativamente en su estilo de crianza, en sus niños o en ambos.
- Evaluar los determinantes sociales de la salud, como la salud mental de los padres y las experiencias infantiles adversas, tanto de los padres como de los niños.
- Informarles a los padres acerca del impacto que tiene su propia salud social-emocional y mental en sus hijos.
- Dígales cuáles son los efectos positivos y los factores de protección aportados por un apego sano entre padres e hijos.
- Hable sobre las maneras en que la empatía y el cuidado sensible pueden respaldar el desarrollo saludable del cerebro y el cuerpo del niño, además de protegerlo de los sucesos estresantes. Cabe señalar que el *principal factor de protección* para el desarrollo del niño es la presencia de un adulto amoroso y dedicado, que contrarreste el impacto bioquímico de la reacción al estrés tóxico.
- Hable sobre la importancia de los factores relacionados con un estilo de vida de protección, como relaciones de apoyo, opciones nutricionales saludables, ejercicio, horas de sueño, concentración en el momento presente y ayuda de salud mental.

La investigación muestra que, si los padres aprenden maneras saludables de manejar el estrés, adquieren habilidades positivas para resolver problemas, establecen vínculos sociales fuertes, además de aprender estrategias de crianza y aspectos básicos del desarrollo infantil, cuentan con mejores recursos emocionales e intelectuales que mejoran su bienestar y salud propios. Los proveedores de servicios de salud conductual tienen una oportunidad importante de ayudar a los padres a entender mejor el papel crucial que desempeñan en darle forma a la vida de su hijo y en su salud en el largo plazo; por ende, pueden ofrecerles destrezas clave y apoyo mientras los padres buscan nuevas maneras de guiar y criar a sus niños para que tengan una vida sana, feliz y productiva.

FUENTES DE INFORMACIÓN

The Aspen Institute. (2017). *Ascend messaging guide and tip sheet*. Consultado en: <https://ascend.aspeninstitute.org/resources/ascend-messaging-guide-and-tip-sheet-2>

The Aspen Institute. (n.d.). *Guiding principles*. Consultado en: <https://ascend.aspeninstitute.org/two-generation/guiding-principles>

Ascend at Aspen. (2018). *Two-gen toolbox: Community models: The United Way*. Consultado en: <https://ascend.aspeninstitute.org/wp-content/uploads/2018/01/20180126-United-Way-Brief.pdf>

Center for the Study of Social Policy. (n.d.). *Strengthening families: The protective factors framework*. Consultado en: <https://www.cssp.org/reform/strengthening-families/basic-one-pagers/Strengthening-Families-Protective-Factors.pdf>

National Human Services Assembly. (2016). *The two-generation approach framework*. Consultado en: www.nationalassembly.org/Uploads2/Resources/2GenFramework_Sept2016.pdf

Zuckerman, B. (2016). Two-generation pediatric care: A modest proposal. *Pediatrics*, 137(1), e20153447. DOI: 10.1542/peds.2015-3447

