

Trastorn per Dèficit d'Atenció amb Hiperactivitat (TDHA): Els nens francesos i el debat sobre biologia i cultura

L'any 2005 Mireille Guiliano va publicar un llibre, ràpidament convertit en *best-seller* mundial, que portava per títol: *Les franceses no s'engreixen*, on comparava els estils de vida nord-americà i francès per concloure el "secret" de les dones franceses per no engreixar-se residia en l'estil de vida francès, molt més relaxat. El culte a la bona cuina, unit a una cultura no culpabilitzadora i a una actitud molt més plaent davant els problemes vitals, ajuda a no menjar compulsivament.

De fet, les dones franceses continuen tenint ara [2013] l'índex de massa corporal més baix del continent europeu (23 contra un promig proper a 25). Malgrat que amb la crisi econòmica també ha augmentat el nombre d'obesos, encara l'any 2009 un estudi realitzat pels laboratoris Roche i l'institut Inserm va concloure que a França hi ha un 14,5% d'obesos entre la població més gran de 18 anys, quan a Anglaterra són un 27% i als Estats Units més d'un 30%. Sembla clar que els hàbits culturals apresos correlacionen clarament amb l'obesitat. A França mateix [2013], el 15% de les persones sense diploma d'estudis eren obesos, mentre només un 5% d'universitaris es podien considerar inclosos en aquesta categoria.

El debat sobre la disparitat cultural i les seves conseqüències emocionals sobre la qualitat de vida és un tema clàssic en psicologia, i retorna d'en tant en tant amb nous arguments, basats sobretot en dades epidemiològiques. En el tema de l'obesitat, per exemple, més enllà de predisposicions genètiques, la centralitat de l'element econòmic sembla força òbvia: els pobres tendeixen més a patir l'obesitat i, de forma força majoritària, mengen de manera més compulsiva que la classe més alta. La cura del propi cos demana dedicar-hi temps i diners –i el mateix es pot dir de l'equilibri emocional. Un entorn econòmicament pròsper i estable evita angoixes, mentre que la incertesa laboral les provoca. Alguns psicòlegs d'orientació ambientalista han afirmat, però, que no és l'obesitat l'única malaltia de base 'cultural'.

El Trastorn per Dèficit d'Atenció amb Hiperactivitat (TDHA), per posar un exemple, no ha estat aliè al debat sobre els seus continguts culturals implícits i era qüestió de temps que algú acabés per plantejar-se el significat d'una dada coneguda de fa temps: en dades de 2010, mentre el 9% dels nens nord-americans han estat diagnosticats per TDH o TDHA, només el 0,5% de nens francesos tenen diagnòstic per aquesta malaltia. Com és possible això?

Un article de la terapeuta familiar Marilyn Wedge, publicat a la revista divulgativa *Psychology Today* (maig, 2013), va tornar a encendre la polèmica sobre la relació entre l'estil de vida i el problema del TDH i el TDHA. ¿Es tracta d'un trastorn biològic-neurològic, o ens les havem amb la conseqüència esperable d'un estil de vida que és agressiu, excessivament violent, ràpid i patèticament separat del cicle vital natural? El TDHA és un gran negoci, però té un origen biològic o és una malaltia cultural? Vet aquí una pregunta apassionant, que renova el debat entre herència i ambient i que (diguem-ho en passant) té molt a veure amb el tema de la relació entre psicologia i neurologia.

En la tradició francesa es considera el TDH com un problema amb causes psicosocials i ambientals. Els psicòlegs i psiquiatres francesos tenen tradicionalment una gran prevenció contra les respostes "pastilleres" i tracten molt habitualment el TDH amb teràpia familiar i amb reeducació d'hàbits. Prohibir els refrescos amb cola,

marcar horaris estrictes de menjar i dormir, no permetre ingesta de pastissos de crema i de xocolata amb colorants artificials i conservants, reduir l'horari de televisions, especialment abans del set anys (i sobretot veure-la en família!), funciona molt bé preventivament com a estratègia per respondre al TDA, però els psicòlegs tendeixen a passar per alt aquestes recomanacions tan simples i efectives. Les eines culturals, els pares sense estrès i la bona relació familiar no donen beneficis a les multinacionals farmacèutiques – i, en conseqüència, es tendeix a no pensar-hi.

Convertir en patologies medicalitzades el que són comportaments normals en la infància (enrabiades, demandes exagerades d'atenció i de protagonisme, etc.), és un gran negoci i ajuda, a més, a consolar els pares quan es troben amb una conducta inesperada o desafiant dels seus fills: si la "ciència" ens diu que allò bo són les pastilles, ¿per què ens hauríem de preocupar sobre com enfoquem els problemes de l'educació dels nostres fills? Comprar Rubifén®, Concerta® i Medikinet® (i algun antidepressiu pels pares!), garanteix la pau familiar. El tractament farmacèutic és desculpabilitzador i, per això mateix, resulta molt més simple que establir un marc ferm i estable de relacions familiars. Kant al segle 18 ja va observar que hi ha gent que viu ben convençuda que si pot pagar no li fa falta pensar.

En opinió dels corrents psicològics ambientalistes, només un marc coherent i continuat de conducta familiar portat a la pràctica pels pares (i no delegat a ningú, i encara menys que a ningú a l'escola!), permet establir pautes que donin seguretat als nens i evita que converteixin qualsevol activitat en una sorda pugna pel reconeixement. Els criteris de DSM per diagnosticar TDAH no passen de ser una broma macabra per a qualsevol que hagi tractat amb nens petits. Simplement, presenta com a símptomes, el que són conductes molt habituals en la infància. Tots els nens i nenes del món poden tenir dificultats per concentrar-se en tasques o en jocs, tots poden cometre errors (els adults també!), tots tendeixen a distreure's i a tots els costa organitzar activitats. De la mateixa manera que fàcilment perden el llibre, els llibres o la plastilina. Si es converteix conductes d'aquesta mena (típiques dels infants "despistats") en símptomes de malalties, la vida podria ser molt difícil de viure. Per cert, a partir dels sis anys la plastilina ensopeix solemnement els infants, perquè si tenen un quocient intel·lectual una mica alt els agrada molt més llegir, tot cal dir-ho.

Una societat que ofereix a infants molt petits la possibilitat de triar entre moltes coses sense oferir pautes d'orientació clares, no és més alliberadora, sinó que més aviat els neurotitzava. Una societat en què qualsevol "gest" necessàriament ha de significar alguna cosa, i que converteix qualsevol cosa en símptoma, acaba essent sinistra per als nens petits que encara no han interioritzat normes. Aixecar-se de la cadira quan no toca, córrer en moments inoportuns o xerrar massa pot ser un indicatiu que el nen ha estat mal educat, però ni es estrany ni hauria de ser patològic. Els nens normals són moguts i ho han de ser.

Ser mogut, impertinent i tafaer no és cap malaltia. Ensopir-se a classe quan expliquen coses que no interessin, que no tenen res a veure amb la pròpia vida o que, simplement, estan mal explicades per mestres estressats o incompetents, no és cap malaltia. No ho seria si no hi haguessin en dansa interessos milionaris de multinacionals potents, i si els pares dediquessin als seus fills el temps que una societat malalta els obliga a dedicar a un treball que els deixa rebentats i sense ganes d'escoltar els fills quan arriben a casa. Si hi ha una "saviesa francesa" o (en general) una "saviesa mediterrània" és la de valorar la recta mesura, o el que és el

mateix, la prudència, ja defensada com a criteri per Aristòtil al segle 4 abans de Crist. Però, com és obvi, aquesta saviesa s'enfronta directament a la modernitat.

Medicalitzar la infància, optant per la química, per comptes d'educar els nens a través de regles clares i no negociades, és una tendència contemporània lamentable i té conseqüències terribles en la mesura que carrega l'escola amb una responsabilitat a l'hora d'establir hàbits que no hauria de ser la seva en cap cas. Que els nens francesos (i fins i tot els espanyols i els italians!) tinguin molt més èxit escolar a primària i secundària que els nord-americans no té res de biològic: és, senzillament, una conseqüència esperable d'una estratègia social. Si per prevenir l'obesitat és molt convenient un ritme de vida no estressant i una alimentació variada, per prevenir el TDH cal bastir un món de regles fixes que eduqui els infants en la seguretat emocional i evitar demandes d'atenció indiscriminades. Això no significa, és clar, que no hi hagi propensió genètica a l'obesitat, ni que el TDH no existeixi i no es pot negar amb dades a la mà que en un petit nombre de nens i nenes hi hagi problemes deguts a desajustaments hormonals o a problemes en la connexió entre àrees cerebrals. La normalitat, però, és un criteri estadístic.

Caldria preguntar-se, fins i tot, si el nano amb TDH (per esgotador que pugui ser en una família laboralment sobrecarregada) és realment tan horrible com el pinten. La part més interessant del TDH es que la mateixa impaciència i la falta d'autocontrol predisposen a la creativitat. Tampoc es tracta de substituir la llegenda negra per la llegenda rosa. Els TDH no són gairebé mai futurs genis, ni molt menys; però no necessàriament són projectes de fracassat, ni inadaptats en potència. Un nombre inhabitual de genis han patit TDH i tal vegada això seria la causa (o una de les possibles causes) de la seva naturalesa investigadora, com també de la dificultat de les persones genials per tal de mantenir la disciplina. En tot cas, el debat sobre el TDH i sobre la seva teràpia no es pot separar del debat sobre el mecanicisme en psicologia. I tothom hauria de saber a hores d'ara que el mecanicisme, fins i tot quan és benintencionat, ofereix un marc conceptual poc explicatiu dels traumes emocionals.