

# EL MENOR ANTE EL DIVORCIO DE SUS PADRES

Juan Manuel SAUCEDA GARCÍA

SUMARIO: I. *Introducción.* II. *Etapas del proceso de divorcio.* III. *Efectos del divorcio sobre los hijos.* 1. *Efectos inmediatos de la separación.* 2. *Efectos a largo plazo de la separación.* IV. *Efectos de la batalla legal.* V. *Papel del psiquiatra ante el divorcio.*

## I. INTRODUCCIÓN

La separación y el divorcio de las parejas con hijos son fenómenos muy comunes en nuestro medio y parecen estar en aumento. Las consecuencias psicosociales de la desintegración familiar pueden ser de tal magnitud que muchas veces es necesario la intervención del psiquiatra u otros clínicos de la salud mental para disminuir sus efectos negativos sobre los padres y sus hijos. En el proceso de esta desintegración pueden quedar incluidos jueces y abogados, además de familiares y amigos, lo cual aumenta la complejidad del asunto.

En este trabajo me propongo revisar y comentar algunos aspectos relevantes de la salud mental de los menores que se ven sujetos a la discordia y separación de sus padres, con datos basados en investigaciones y en mi experiencia como psiquiatra de niños y familias.

Al comparar la información demográfica sobre las familias mexicanas recabada en los censos de 1970, 1980 y 1990 se observa en la población femenina un aumento de las parejas interrumpidas, las cuales hasta 1980 se mantenían cerca del 5% y en 1990 se aproximaron al doble: 9.5%. Simultáneamente, la proporción de hombres que en 1980 estaban en esa misma condición era de 2.9%, que descendió a 1.7% en 1990. Esto

podría interpretarse como que los hombres establecen rápidamente nuevas uniones, no así las mujeres; o quizá los hombres se declaran solteros más frecuentemente que las mujeres, cuando en realidad se encuentran separados o divorciados.<sup>1</sup>

Datos derivados de la Encuesta Nacional de Fecundidad y Salud de 1987 muestran que 6.8% de los hogares mexicanos son del tipo nuclear monoparental (jefe con hijos solteros) y 4.4% son hogares monoparentales con hijos solteros y otros parientes. Esto significa que por lo menos en la décima parte de los hogares mexicanos los hijos no cuentan con ambos progenitores dentro de sus domicilios.<sup>2</sup> Tal situación es potencialmente riesgosa para el correcto desarrollo psicosocial de los menores, ya que los hijos de padres divorciados o separados tienen más probabilidades de desarrollar trastornos psiquiátricos que aquellos que crecen y se desarrollan en una familia completa y funcional. Hasta el momento actual, la mejor manera de facilitar el desarrollo adecuado del niño es contar con ambos progenitores, en una interacción afectuosa donde los dos se apoyen en las labores de crianza y sirvan de modelo al niño para el aprendizaje de las relaciones interpersonales que hacen posible la vida en sociedad.<sup>3</sup>

El aumento en la incidencia de separaciones y divorcios puede deberse a la desaparición progresiva de los controles sociales tradicionales; al hecho de que ambos cónyuges, y en especial la mujer, dependan cada vez menos el uno del otro económicamente; una dependencia cada vez mayor del matrimonio para la satisfacción de las necesidades afectivas básicas; y una evolución cada vez más rápida de los valores, de las experiencias, de la vida profesional y de otros aspectos de la vida conyugal, entre los cuales la importancia asignada al individualismo es primordial. Por estas razones, el divorcio es a la vez considerado como un mal en la medida en que representa el fracaso de un matrimonio y la desintegración familiar,

1 Quilodrán, J., "Los cambios más relevantes", *Demos*, 1992; 5:12-13.

2 Tuirán R., "Estructura familiar: continuidad y cambio", *Demos*, 1993; 6: 20-22.

3 Saucedo JM., "Psicología de la vida en familia. Una visión estructural", *Rev. Med. IMSS* 1991; 29-61.

y como una fuente de esperanza en tanto puede conducir a una vida más dichosa.<sup>4</sup> Sin duda, la razón fundamental para buscar un divorcio es la insatisfacción de la vida conyugal y el deseo de ruptura del vínculo legal por parte de uno o ambos cónyuges. A diferencia de lo que ocurría hace unas décadas, el divorcio es ahora mucho más común y accesible a todas las clases sociales, lo cual facilita su realización. Vale decir que en no pocas ocasiones se abusa de este recurso cuando uno o ambos cónyuges muestran baja tolerancia a los problemas de la vida en común o se resisten a comprometerse en el proceso de aprender a experimentarse como una diada.

Entonces se genera lo que se ha llamado una disfunción familiar primaria, con alguna de las siguientes características: incapacidad para relacionarse en forma compatible (por ser las personalidades de los esposos demasiado rígidas o por carecer de suficientes afinidades entre ellos); incapacidad para establecer un verdadero compromiso de pareja (este es el caso de aquellos que siguen haciendo vida de soltero con muchas libertades, en nuestro medio casi siempre se trata del varón); cuando existen expectativas inconscientes conflictivas (como cuando la mujer espera que su esposo sea un segundo padre para ella). No son raros los casos de parejas inmaduras que por influencia o actitudes intrusivas de sus familias de origen desarrollan una discordia que los conduce a la ruptura del matrimonio.<sup>5</sup>

Estas dificultades aumentan cuando se agregan factores tales como limitaciones económicas, infidelidad conyugal, alcoholismo, depresión u otro tipo de psicopatología en los esposos. Sin olvidar que en ocasiones la tarea de criar a los hijos y la posible enfermedad de alguno de ellos aumenta las tensiones sobre una relación no bien consolidada. La frecuencia elevada del divorcio también se asocia con matrimonios a edades tempranas, embarazo prenupcial, embarazos con poco espaciamiento entre ellos y el tener 4 o más hijos. Ciertas ocu-

4 Naciones Unidas, *La familia*, Nueva York, Naciones Unidas, 1986, 27.

5 Tseng W., Mc. Dermott JF., "Triaxial family classification", *J Child Psychiatry*, 1979, 18: 22-43.

paciones de los esposos aumentan las posibilidades del divorcio, cuando las horas de trabajo son muchas y dificultan la convivencia. Si la esposa tiene ingresos económicos propios tiende a disminuir su tolerancia ante un matrimonio insatisfactorio. Los matrimonios iniciados antes de los 20 años de edad se encuentran en mayor riesgo de ruptura, sobre todo cuando fueron forzados por un embarazo no deseado, debido a las personalidades inmaduras de sus integrantes. La insatisfacción sexual muy raramente es invocada como propiciador del divorcio. Pero sí se observa que cuando dentro del hogar hay una atmósfera hostil y de enojo se facilita que el esposo pase más tiempo fuera de casa y busque otra pareja sexual. La disminución de la importancia concedida a las restricciones religiosas y sociales favorece la separación. Y los esposos que son hijos de padres divorciados presentan mayor índice de divorcio.

## II. ETAPAS DEL PROCESO DE DIVORCIO

El divorcio generalmente es un proceso de varios años que incluye al principio la discordia conyugal en aumento; luego la separación; trámites legales lentos y prolongados las más de las veces (sobre todo cuando el divorcio no es de común acuerdo); el decreto final; y un periodo de adaptación a corto y largo plazos. Al igual que ocurre ante una muerte, hay un periodo inicial de negación o incredulidad, la aceptación gradual, la readaptación y la redefinición de la unidad familiar. Para aquellos padres que no abandonan la pelea, el divorcio dura aún más ya que las batallas legales respecto a los bienes de la pareja y la custodia pueden prolongarse a través de la niñez y la adolescencia de los hijos.

El antropólogo Bohannan ha descrito los tipos de separación que ocurren al momento del divorcio:

1. Divorcio psicológico. Se refiere a la reacción de duelo por la muerte de la relación amorosa. La separación obliga a los cónyuges a ser más autónomos, pero a veces uno de ellos o ambos encuentran difícil abandonar la posición de dependen-

cia que normalmente se presenta en todo matrimonio. La mayor parte de los divorciantes expresan sentimientos depresivos, ambivalencia y cambios en el estado de ánimo al momento del divorcio. 2. Divorcio legal. Se refiere al procedimiento legal que formaliza la disolución del vínculo matrimonial. 3. Divorcio económico. La repartición de los bienes de la pareja y la asignación de una pensión al hijo y al ex-cónyuge. 4. Divorcio comunitario. La red social de la pareja divorciada cambia notablemente. 5. Divorcio coparental. Se refiere a la separación de la pareja en cuanto a que son progenitores del niño. El ser un padre o madre solo es muy diferente de ser un progenitor casado.<sup>6</sup>

El divorcio es una condición legal, pero las ligas emocionales entre los miembros de la pareja suelen permanecer aunque ya no sean de naturaleza amorosa. Así se explica que las batallas entre los padres continúen mucho después de que el proceso legal haya terminado. Los hijos pueden llegar a ser los intermediarios en estas peleas, con los efectos emocionales negativos consiguientes. En esta situación es común que el padre custodio se sienta frustrado o infeliz por ser el único que disciplina a los hijos, mientras que el otro progenitor (casi siempre se trata del padre) los visita y disfruta un rato previamente programado. El padre visitante, a su vez, tiende a sentirse manipulado cuando le cancelan o condicionan la visita y extraña a los niños. Las consecuencias psicológicas del divorcio sobre los miembros de la pareja también se prolongan más allá de la disolución legal del vínculo matrimonial. El estudio de Wallerstein indica que el tiempo para que una recién divorciada reestablezca un sentido de continuidad y estabilidad en su vida es de 3 a 3 años y medio. Los hombres requieren menos tiempo, de 2 a 2 y medio años, para reestablecer un orden en sus vidas.<sup>7</sup>

6 Bohannon P., "Divorce", en: Kaplan HI, Sadock BJ eds. *Comprehensive textbook of psychiatry*, Baltimore, Williams and Wilkins, 1989, 1409.

7 Wallerstein J., "Separation, divorce and remarriage", en: Levine MD, Carey WB, Crocker AC. *Developmental-behavioral pediatrics*, Filadelfia: Saunders 1992, 136-146.

### III. EFECTOS DEL DIVORCIO SOBRE LOS HIJOS

Para estudiar los efectos psicológicos del divorcio sobre los hijos se han realizado varias investigaciones prospectivas en Estados Unidos, Europa y Nueva Zelanda. La necesidad de efectuar estudios similares en nuestro país es muy evidente, pues no podemos ignorar la relevancia de los factores socio-culturales en este tipo de problemas.

El divorcio no debe ser considerado un evento único sino más bien una serie compleja de cambios que afectan radicalmente las relaciones intrafamiliares y la vida psíquica de sus integrantes. Principia con el fracaso del matrimonio, se continúa en el frecuentemente caótico periodo de la separación y sus incidentes inmediatos y se prolonga a veces por varios años, ocasionando el desequilibrio familiar. No es raro que al divorcio siga una etapa de desajustes económicos, con la consiguiente disminución del nivel de vida de todos los miembros de la familia, cambios en las relaciones entre progenitores e hijos y pérdida de la relación con uno de los padres.<sup>8</sup>

El estudio de Block en California mostró que frecuentemente años antes de que ocurra el divorcio ha habido conflictos conyugales, infelicidad y relaciones conflictivas entre padres e hijos. De manera que las reacciones identificadas al momento de la separación posiblemente aparecieron desde mucho tiempo atrás. Los matrimonios infelices lo son desde años antes de que busquen el divorcio y seguramente una de sus expresiones es el desacuerdo sobre cómo educar a los hijos, con las consecuencias negativas que estos sufren de tal discordancia.<sup>9</sup>

Los niños cuyos padres están divorciados o sólo separados tienen más probabilidades de desarrollar trastornos psiquiátricos que aquellos que viven en un hogar relativamente estable y completo. Dos padres pueden dar a sus hijos más protección, orientación y apoyo que sólo uno. El niño que

8 Wallerstein, J., "Long term effects of divorce", *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 1991; 30:349-360.

9 Block J, Block JH, Gjerde PF, "Parental functioning and the home environment in families of divorce", *J Am. Acad. Child Adolesc. Psychiatry*, 1988, 27:207-213.

crece sin el contacto cercano de un padre pierde un modelo importante de identificación. Una niña que crece sin padre puede desarrollar dificultades en su relación con los varones o presentar intentos inadecuados de recuperar al padre perdido. Además, los hijos son expuestos al trauma psicológico que precede al divorcio y a la interacción conflictiva que se da entre los progenitores después de la separación. Aunque el divorcio puede aumentar así los riesgos emocionales del hijo, no lo condena necesariamente al desajuste psicológico. Probablemente los factores más importantes que determinan el desarrollo o no de reacciones negativas es la naturaleza de las interacciones del niño con sus padres antes y después del divorcio. Aunque muchos menores enfrentan el estrés de la discordia conyugal y la ruptura familiar sin secuelas psicopatológicas, un número significativo de ellos sí las sufren. Se ha visto que los hijos de padres separados son una gran proporción de los niños en consulta psiquiátrica.<sup>10</sup>

Los niños se atemorizan ante las peleas de sus padres y son muy sensibles al desacuerdo no reconocido que se da entre padre y madre. Por eso, la separación de los progenitores es mejor para los hijos que ser criados en una atmósfera de marcada tensión conyugal crónica y desacuerdos importantes en la crianza. Sin embargo, los menores sufren por la separación y pueden sentirse culpables sin razón por los problemas matrimoniales de sus padres. Y es un hecho que con frecuencia los hijos son involucrados en la pelea conyugal ya que los padres compiten por el afecto de ellos, su custodia, los derechos de visita y la retención del dinero de la pensión para molestar al ex cónyuge. El padre solitario, quien aún lucha con sus propias reacciones a la ruptura del matrimonio, se siente peor ante las demandas de su hijo y su ex esposa. Las cosas pueden complicarse aún más con la introducción de un nuevo compañero sexual o conyugal, lo cual suele crear una crisis mientras se define la relación entre padrastro y ma-

<sup>10</sup> Gardner RA, "Guidance for separated and divorced parents", en Arnold Le (ed.), *Helping parents help their children*, Nueva York, Brunner and Mazel, 1978, 279-291.

drastra, padre o madre e hijos.<sup>11</sup> Los posibles mecanismos por los cuales el ser expuesto al divorcio entre los padres conducen al niño a sufrir problemas psicológicos son: 1. Hipótesis del modelado. Los niños tienden a imitar la conducta conflictiva de sus padres. 2. El conflicto entre los padres puede conducir a prácticas inconsistentes de disciplina que resultan en problemas de conducta en los niños. 3. El conflicto parental puede ser considerado un factor de estrés para el niño. En la medida que el grado de estrés aumenta también se incrementan los problemas del menor. 4. Hipótesis genética. Los hijos de padres que se encuentran en conflicto grave tienden a desarrollar síntomas psicológicos para distraer a sus progenitores de los suyos. 5. También se ha sugerido que, en ocasiones, los niños con problemas de conducta pueden más bien ser los causantes o factores importantes de la discordancia conyugal. La importancia relativa de cada uno de estos mecanismos en la determinación del efecto de la discordia parental en el niño aún no se conoce con exactitud.<sup>12</sup>

### 1. Efectos inmediatos de la separación

Sin dejar de reconocer que las reacciones emocionales del niño ante el divorcio depende de varios factores, una variable fundamental es la edad del pequeño al ocurrir la separación.<sup>13</sup>

Los niños menores de 3 años pueden reflejar las preocupaciones de su padre custodio, tristeza por la pérdida del otro progenitor y estrés. Suelen responder con irritabilidad, llanto, miedos, ansiedad de separación, problemas de sueño, conducta agresiva o regresión en su desarrollo psicomotor.

11 Berman, G., "Family Disruption and its Effects", en Steinhauer PD, Rae-Grant, Q. *Psychological Problems of the Child and his Family*, Toronto, Macmillan de Canadá, 1977, 371-382.

12 Forehand, LN., "The Effects of Parental Divorce and Parental Conflict on Children: An Overview", *Dev Beh Pediatrics*, 1987; 8:292-296.

13 American Academy of Pediatrics, "The Pediatrician's Role in Helping Children and Families Deal with Separation and Divorce", *Pediatrics*, 1994, 94:119-121.

Los preescolares de 4 a 5 años de edad frecuentemente se culpan ellos mismos por la ausencia o infelicidad de sus padres y son altamente vulnerables en su autoestima.

Los niños en edad escolar se observan preocupados, con inestabilidad emocional, berrinches, tendencias a fantasear y conductas agresivas. A su edad ya pueden comprender más objetivamente lo que sucede y también expresar verbalmente su tristeza y deseo de reunir a sus padres. Su rendimiento escolar suele deteriorarse y también pueden sufrir debido a sus conflictos de lealtad hacia cada progenitor.

Los adolescentes pueden desarrollar un grado prematuro de autonomía emocional como una forma de manejar sus sentimientos acerca del divorcio. En este proceso, el adolescente puede necesitar desidealizar a cada uno de sus padres. Los sentimientos de enojo suelen surgir en forma de agresividad, conducta antisocial o abuso de drogas. Algunos se sienten muy solos y dependen excesivamente de sus compañeros o practican relaciones sexuales para consolarse. El adolescente que es capaz de excluirse del conflicto entre sus progenitores y obtiene apoyo emocional de ellos parece tener un mejor pronóstico emocional.

A todas las edades los síntomas psicósomáticos pueden representar una solución inconsciente a los sentimientos de enojo o de pérdida que surgen con el divorcio. Algunos niños ponen a prueba los límites y reglas familiares en un esfuerzo por reunir a sus padres. Otros intentan jugar a un padre contra el otro para ganar poder sobre una situación que sienten fuera de control.

Los niños que viven con sus dos progenitores, cuando hay mucha discordia entre estos, pueden tener tantos o más problemas que aquellos cuyos padres se han separado. Un hecho digno de mención es que los problemas psicológicos de los hijos del divorcio no se originan precisamente a partir de la ausencia de un progenitor (habitualmente se trata del padre), pues la vulnerabilidad emocional de los niños comienza desde tiempo antes por haber presenciado los diversos episodios de desavenencia conyugal de sus padres. La desadaptación psi-

cosocial del niño se encuentra francamente asociada al nivel de conflicto entre los padres antes y después del divorcio.<sup>14</sup>

Ante la separación de sus progenitores no es raro que el niño asuma alguna de las siguientes actitudes dentro del sistema familiar, ya sea por decisión personal o por la influencia de uno de sus progenitores: 1. Esfuerzos dirigidos a promover el regreso del padre ausente, o por lo menos a que mantengan una comunicación frecuente entre ellos. Las quejas psicósomáticas, los temores y las regresiones en el desarrollo psicomotor pueden deberse a estas motivaciones conscientes o inconscientes. 2. Resentimiento contra el progenitor custodio (casi siempre se trata de la madre) por haber "causado" la salida del hogar de su pareja. 3. Resentimiento contra el progenitor ausente, por haberse ido del hogar. 4. Alianza con alguno de sus progenitores para agredir al ausente, o en algunos casos para promover su regreso. 5. Mensajero entre sus padres, a veces no sólo para transmitir mensajes instrumentales sino también otros con fuerte carga emocional de tipo agresivo.

## 2. *Efectos a largo plazo de la separación*

Hetherington y cols. estudiaron las consecuencias a largo plazo sobre niños de padres divorciados cuando la separación ocurría a los 4 años de edad. Al comparar a estos menores con otros de edades similares pero de familias intactas se encontró que inmediatamente después del divorcio había una irritabilidad elevada en las madres y los niños, una disminución del tiempo que le dedicaban a sus hijos y una menor atención a sus necesidades, desaliño en sus hogares y disciplina errática. Seis años más tarde, cuando los niños tenían ya 10 años de edad, las relaciones entre las madres y los hijos varones bajo su custodia, y las relaciones entre los progenitores y los hijos en las familias con nuevos matrimonios mos-

<sup>14</sup> Cherlin AJ, Furstenberg FF, Lindsay Ch, Diernan KE, Robins PK, Morrison DR y col., "Longitudinal Studies of Effects of Divorce on Children in Great Britain and the United States", *Science*, 1991, 252:1386-1389.

traban datos más negativos que en las familias intactas. Cuando había padrastro, sus relaciones con los hijos varones de su esposa eran mejores que las que mantenían con las hijas. Había una gran complejidad en la interacción de los factores relevantes para el resultado, dentro de los cuales sobresalieron las características de la personalidad del niño, su edad y sexo, disponibilidad de relaciones protectoras o estresantes dentro y fuera de la familia, experiencias subsecuentes y, más que nada, las vicisitudes de las relaciones interpersonales.<sup>15</sup>

En ese mismo estudio (*Virginia Longitudinal Study of Divorce and Remarriage*) se observó mucho distrés y disfunción tanto en los niños como en sus padres durante el primer año posterior al divorcio. Los varones parecían sufrir más problemas pues manifestaban conductas agresivas y opositoras y las relaciones con sus madres eran más conflictivas. Durante el segundo año se observó mejoría sustancial, aunque los varones todavía mostraban mucho más problemas comparados con los hijos de familias íntegras. En cambio, la conducta de las hijas de padres divorciados era más parecida a la de sus contrapartes no divorciadas. Comparados con menores pertenecientes a familias no divorciadas altamente conflictivas, los niños de hogares divorciados inicialmente se comportaban peor, pero dos años después se encontraban mejor adaptados que los niños que permanecían en hogares muy conflictivos. Después de 6 años, los muchachos que vivían con madres que no habían vuelto a contraer matrimonio continuaban mostrando más síntomas de externalización (conductas agresivas, destructivas, opositoras, etcétera) que las muchachas de familias similares o que los menores de hogares íntegros. Posteriormente, muchos de los progenitores divorciados volvieron a contraer matrimonio. Tanto los niños como las niñas presentaron en estos casos más síntomas de externalización. Las chicas en estas familias reconstituidas también tenían más síntomas de internalización (ansiedad, depresión, etcétera) y menos habilidades sociales que las menores de hogares íntegros o no

15 Hetherington EM., "Coping with Family Transitions", *Child Dev*, 1989; 60:1-14.

reconstituidos. Después de 2 años del nuevo matrimonio, tanto la conducta de los muchachos como la de las muchachas pareció mejorar. Sin embargo, quedó demostrado que los adolescentes tempranos pueden tener más dificultades para adaptarse al nuevo matrimonio de sus padres.

El estudio prospectivo más largo hasta el momento actual es el de Wallerstein y cols. en California, pues comenzó en 1971 y aún continúa.<sup>16</sup> A los 5 años posdivorcio se encontró una fuerte conexión entre la adaptación psicológica general de estos niños y la calidad de vida dentro de su familia monoparental o en familias con nuevo matrimonio del padre custodio. La edad y el sexo del niño al momento del divorcio no fueron factores críticos, lo más importante fueron las relaciones interpersonales en la familia después del divorcio y el grado en que la familia había sido capaz de crear un medio ambiente protector para los niños. Se encontró depresión de moderada a grave en un tercio de la muestra de niños estudiados. Diez años después del divorcio muchos de estos niños eran ya adolescentes y funcionaban relativamente bien en la escuela. Todavía hablaban con pena de sus deprivaciones económicas y emocionales y añoraban su vida temprana dentro de su familia intacta. La mitad de ellos aún manifestaban fantasías de que sus padres se reconciliaran. Experimentaban una necesidad marcada de establecer relaciones más cercanas con sus padres ausentes. El grupo de mayor edad (entre 19 y 29 años), diez años después del divorcio manifestaban que aún consideraban esa separación la principal experiencia formativa de sus vidas. Muchos de ellos todavía se sentían oprimidos por los recuerdos de los eventos traumáticos ocurridos durante la separación de sus padres. Otros presentaban amnesias problemáticas. Sus sentimientos predominantes al recordar los años posteriores al divorcio eran de cierta tristeza, resentimiento hacia sus padres y nostalgia por no haber crecido en una familia intacta. Aunque orgullosos de su madurez e in-

16 Wallerstein, J., "Long Term Effects of Divorce", *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 1991; 30:349-360.

dependencia, hablaban del divorcio como algo que había interrumpido su niñez.

Diez años después del divorcio, un número significativo de jóvenes, hombres y mujeres, aparecían con problemas y bajo rendimiento. Muchos de ellos confrontaban asuntos amorosos, compromisos emocionales y posible matrimonio con ansiedad y a veces con gran preocupación acerca de supuestas traiciones, abandonos y el no ser amados. Sentían un gran temor de repetir el matrimonio fracasado de sus padres y deseaban evitar el divorcio ellos mismos en beneficio de sus futuros hijos. Aún en su vida adulta temprana se identificaban como "hijos del divorcio". Quince años después de iniciado este estudio, la tercera época de la vida era crítica en la resolución de asuntos propios de las relaciones hombre/mujer.

Durante la década posdivorcio la relación central era la de la madre con el hijo. Pocos menores disfrutaban una relación cercana con ambos padres. Aunque los hijos varones habían tenido más dificultades que las mujeres al paso de los años, pues sufrían de una gama más amplia de dificultades en la escuela, con sus compañeros y en el manejo de la agresividad, esta disparidad se diluyó en la etapa adulta temprana, cuando muchas de las jóvenes se involucraron en procesos desadaptados que incluían relaciones múltiples y matrimonios impulsivos que terminaban en divorcios tempranos. La conclusión de este estudio es que los hijos del divorcio enfrentan muchas cargas psicológicas que se suman a las tareas habituales del crecimiento. Estas cargas comprenden dificultades especiales en la adolescencia, problemas intensificados con la salida del hogar, complejidades de la indentificación con figuras parentales dentro de un contexto conflictivo y problemas asociados con la visita o ausencia del padre y con las nuevas figuras introducidas en la familia cuando ocurre un nuevo matrimonio.

Este y otros estudios longitudinales muestran que puede haber efectos del divorcio persistentes hasta la edad adulta: mayor probabilidad de depresión, relaciones maritales más pobres, índice de divorcio más elevado y nivel socioeconómico

más bajo. Las posibilidades de asistir a la universidad disminuyen debido probablemente a la disminución de ingresos, el estrés parental y los problemas emocionales y sociales de los hijos. Las dificultades entre padres e hijos pueden también alentar a éstos a involucrarse en relaciones sociales fuera del hogar que no favorecen los logros académicos.

En una cohorte de niños en Nueva Zelanda se estudió la relación entre la exposición al cambio familiar y a la discordia parental durante el periodo del nacimiento a los 10 años y los riesgos de presentar una conducta delictiva a los 15 años de edad. Se encontró que estos adolescentes tenían riesgos elevados de presentar trastornos de conducta y de oposicionismo, trastornos de ansiedad, depresión, abuso de drogas y actividad sexual temprana. Sin embargo, al analizar los factores de confusión se encontró que esta asociación entre ser expuesto a la separación de los padres en la niñez y sufrir riesgo aumentado de experimentar problemas en la adolescencia era espuria y se debía precisamente a factores contextuales y sociales que ya estaban presentes en las familias desde antes de la separación. Tales factores de riesgo eran: abuso de drogas de parte de los padres, clase social baja, pobres valores de los padres y conflictos entre ellos. No hubo diferencias debidas al género. Los investigadores concluyeron que la separación de los padres durante la niñez se asociaba con un aumento pequeño en el riesgo de sufrir trastornos psiquiátricos en la adolescencia, riesgo que aumentaba al asociarse el divorcio con los factores contextuales mencionados. La separación de los padres durante la niñez es una experiencia desventajosa que aisladamente produce poco incremento de psicopatología, pero aunada a los factores mencionados eleva significativamente la vulnerabilidad a las enfermedades psiquiátricas.<sup>17</sup>

17 Ferguson DM, Horwood LJ, Lynskey MT, "Family Change, Parental Discord and Early Offending", *J Child Psychol Psychiat*, 1992, 1059-1075.

## IV. EFECTOS DE LA BATALLA LEGAL

A las consecuencias negativas sobre la salud mental del niño derivadas de la discordia entre sus padres previa a la separación en ocasiones se agrega el estrés de ser incluido en la batalla legal por los derechos de custodia y de visita. Esta situación impone un riesgo extra al equilibrio emocional del menor. Si bien la opinión del niño sobre sus preferencias para vivir con el padre o la madre deben ser tomadas en cuenta, el hacerle indiscriminadamente una pregunta de este tipo puede generarle ansiedad y exacerbar sus conflictos de lealtad. Tampoco hay que olvidar que, en ocasiones, el menor puede ser manipulado por alguno de sus padres a base de regalos o de promesas. A veces, ante la duda del juez sobre a quién otorgar la custodia del menor, se debe recurrir a solicitar la opinión de un profesional de la salud mental (psiquiatra, psicólogo o trabajadora social psiquiátrica) para que investiguen los factores relevantes del caso y hagan sugerencias de acciones legales encaminadas a proteger psicológicamente al niño por encima de cualquiera otra consideración. En el camino de llegar a una decisión, el juez también puede ayudarse de los informes de otros clínicos de la salud mental que hayan intervenido en el tratamiento psicológico del niño o de sus padres, proceso que puede llegar a tener dificultades potenciales de naturaleza ética en términos de preservar el secreto profesional sobre informaciones delicadas. Al respecto cabe mencionar que el hecho de que un progenitor padezca alguna enfermedad psiquiátrica no lo excluye automáticamente de su derecho a la custodia del hijo, pues se puede tener alguna forma de psicopatología y ser un buen padre o madre, lo más importante es la relación que se mantiene en términos de involucramiento afectivo, crianza y supervisión de la conducta del hijo.

Johnston realizó un estudio en niños de 1 a 12 años cuyos padres habían seguido procedimientos legales para obtener su custodia y/o estuvieron en disputa por los derechos de visita después del fracaso de intentos de mediación para resolver

sus diferencias. Los hijos habían presenciado las agresiones físicas o verbales de sus padres y también habían quedado incluidos como aliados de uno de ellos en formas por demás desconsideradas.<sup>18</sup> Estos pequeños se mostraban atemorizados, inhibidos y con síntomas somáticos. Los de mayor edad llegaban a intervenir agresivamente en las disputas de sus padres. Las transiciones entre las dos casas parentales eran especialmente amenazantes. Sin embargo, a pesar de su ansiedad a veces rayan en el terror, ellos deseaban el contacto regular con ambos progenitores. Muchos se sentían responsables por sus padres y también del conflicto parental. Se preocupaban constantemente acerca de ellos mismos, de ser abandonados y de muchas otras cosas. A los dos y medio años después del divorcio estos niños parecían muy trastornados, con nuevas conductas agresivas y depresión clínica. Los varones mostraban mayor desorganización que las mujeres. Con este mismo grupo se realizó un estudio a los 4 años y medio posteriores al divorcio con el objeto de comparar los resultados de un subgrupo de custodia conjunta con otro subgrupo de custodia única. Los pequeños que por orden del juez se encontraban en custodia compartida o tenían mayor acceso a ambos hogares debido a las órdenes del juez, estaban significativamente más deprimidos y aislados que aquellos que permanecían bajo custodia única, fuera ésta con el padre o la madre. Las relaciones entre los hijos y los progenitores se había deteriorado notablemente cuando la custodia era compartida. Las hijas estaban más negativamente afectadas que los varones por el acceso frecuente a ambos padres. Así se concluyó que es un error ordenar la custodia conjunta o los derechos de visita frecuente cuando hay datos de discordia conyugal seria que presumiblemente va a continuar después del proceso legal. Esta contraindicación es especialmente fuerte en casos de adolescentes. Los arreglos de residencia dual de adolescentes son dañinos cuando los padres siguen en conflicto.

18 Johnston JR, Kline M, Tschann JM, "Ongoing Post-Divorce Conflict", *Am J Orthopsychiatry*, 1989, 59:576-592.

En otro estudio se encontró que la separación de los padres tiende a destruir la relación entre los hijos y el padre biológico que vive fuera del hogar. Esta relación se convierte en una de tipo predominantemente social donde el padre raramente asume el rol disciplinario o de maestro de sus hijos, tiende a ser más amigo que padre. El progenitor custodio es el responsable de la crianza, y la supuesta crianza conjunta realizada por ambos padres es más un mito que una realidad. En ese estudio los investigadores concluyeron que no había evidencia franca de que los niños se beneficiaran de las intervenciones judiciales diseñadas para promover la participación paterna, aparte de proveer el apoyo económico.<sup>19</sup>

En un estudio realizado en Estados Unidos por Peterson y Zill con adolescentes de 12 a 16 años de edad se encontró que los varones bajo custodia de sus madres eran más agresivos y conflictivos y estaban más deprimidos que los muchachos bajo custodia de sus padres. Es más, en los raros casos de muchachas bajo custodia de sus padres, ellas también mostraban más síntomas de externalización y ánimo depresivo que las chicas en custodia de sus madres. El vivir con el progenitor del mismo sexo puede ser un factor importante que influye sobre la conducta del menor después del divorcio. Y, por supuesto, la calidad de la relación con el padre del mismo sexo puede ser un factor crucial, tanto antes como después del divorcio. Respecto a las diferencias de género en las reacciones a la reparación, ahora se sabe que éstas son más notables en los niños pequeños, pues son los varones los más afectados. Sin embargo, cabe aclarar que no en todos los estudios sobre divorcio se han encontrado diferencias genéricas, aún en niños pequeños.<sup>20</sup>

En la decisión de a cuál progenitor asignar la custodia del hijo, Rae-Grant y Awad recomiendan considerar los siguientes criterios: 1. Reconocer con quién mantiene el niño las ligas

19 Furstenberg FF, Morgan SP, Allison PD, "Parental Participation and Children's Well Being After Marital Dissolution", *Am. Soc. Rev.*, 1987, 52:695-701.

20 Peterson JL, Zill N., *Marital Disruption, Parent-Child Relationships and Behavior Problems in Children*, J Marriage Family.

afectivas más fuertes. 2. Determinar cuál es la capacidad de cada progenitor para satisfacer las necesidades emocionales y físicas del niño. 3. Considerar las preferencias del propio niño. 4. Considerar la necesidad de mantener una continuidad en el contexto de las relaciones intrafamiliares y el medio ambiente: mientras menos disrupción ambiental se produzca (mudanzas, etcétera), mejor. 5. Investigar si el progenitor custodio tiene alguna enfermedad mental y de qué tipo. Pero recordar que la existencia de psicopatología no necesariamente excluye al progenitor de ser el custodio, depende del tipo de trastorno (la personalidad antisocial sí es excluyente), pues lo más importante es el funcionamiento psicosocial de cada padre y cómo afecta al niño. 6. Moralidad del padre. Este factor sólo debe ser considerado en tanto afecte la capacidad del progenitor para proporcionar una buena crianza.<sup>21</sup>

Por lo que respecta a los derechos de visita, los mismos autores proponen los siguientes criterios generales: 1. El plan debe permitir el acceso frecuente e ininterrumpido del padre visitante. 2. Para los niños preescolares son preferibles las visitas breves y frecuentes a las visitas de todo el día o el ir a dormir a casa del padre no custodio. 3. A los escolares y niños mayores es mejor permitirles controlar la frecuencia y duración de las visitas. 4. Los asuntos relacionados con las rutinas diarias, los cuidados de la salud, educación, religión y empleo del tiempo libre deben ser acordados conjuntamente por ambos cónyuges y apoyados tanto en el hogar custodio como durante las visitas. Cuando los padres no son capaces de negociar y resolver sus desacuerdos, cinco principios generales deben guiar las decisiones en las disputas sobre la visita: 1. El niño pertenece sólo a un hogar, el del padre custodio. 2. El padre custodio tiene la responsabilidad principal en la crianza del hijo. 3. Los arreglos deben ser los que convengan a la edad del niño. 4. El padre visitante debe adaptarse al horario del niño y no a la inversa. 5. El padre visitante debe evitar

21 Rae-Grant Q, Awad G., "The Effects of Marital Breakdown", en Steinhauer y Rae-Grant eds., *Psychological Problems of the Child in the Family*, Nueva York, Basic Books, 1983, 565-587.

Las visitas extraordinarias en ocasiones "especiales". Es mejor que padre e hijo sólo compartan las actividades normales, para favorecer el desarrollo natural de la relación padre-hijo.

#### V. PAPEL DEL PSIQUIATRA ANTE EL DIVORCIO

El clínico de la salud mental debe valorar, ante un caso de divorcio o separación, los siguientes factores: 1. La reacción aguda del niño; 2. Nivel de hostilidad de sus padres; 3. Capacidad de los padres para satisfacer las necesidades físicas y emocionales del niño; 4. Indicios de depresión y otros trastornos psiquiátricos en los padres; 5. Acuerdos respecto a los derechos de visita del padre separado y los efectos sobre el niño de las relaciones continuadas con ambos progenitores; 6. La adaptación del niño y su funcionamiento psicosocial entre sus iguales y en la escuela; 7. Si el niño, ante la discordia de sus padres, ha asumido un rol disfuncional que le genere angustia.

El divorcio tiende a confundir a los niños, por lo cual es conveniente se les haga saber lo que está sucediendo en el matrimonio, cuál es su participación en el problema y qué ocurrirá con ellos al resolverse la situación. Algunos menores creen ser la causa del conflicto entre sus padres y asumen la responsabilidad de tratar de reconciliarlos y reunirlos. Es conveniente hablar con ellos para intentar corregir tales ideas distorsionadas.

El clínico de la salud mental sabe que la pérdida de uno de sus progenitores hace más vulnerable al niño a las enfermedades psicológicas y físicas. Por eso conviene que orienten a los padres para que estén alertas e identifiquen algunas señales de ansiedad en sus hijos como son: pérdida de motivación en la escuela, dificultades para hacer amigos, pocos deseos de disfrutar de las cosas buenas y síntomas tales como problemas del sueño (dormir muy poco o demasiado), tornarse más rebeldes o crear conflictos en la familia.<sup>22</sup>

22 American Academy of Pediatrics, "The Pediatrician's Role in Helping Children and families deal with separation and divorce", *Pediatrics*, 1994, 94:119-121.

Otra tarea del psiquiatra consiste en identificar síntomas en los progenitores divorciantes, pues la psicopatología en ellos se encuentra relacionada con dificultades en la relación de pareja y con el riesgo de que los hijos sufran problemas psicológicos. Los padres con trastornos de personalidad de tipo antisocial tienden a criar a sus hijos en forma dura e inconsistente. El alcoholismo, la depresión y la angustia en los progenitores son especialmente relevantes. La discordia conyugal se asocia con síntomas de externalización, y la depresión en los padres se relaciona con depresión en los hijos.<sup>23</sup>

Vale mencionar que no todos los hijos de padres divorciados desarrollan síntomas serios de desadaptación psicológica, aunque hayan quedado expuestos a los factores de riesgo ya mencionados. Algunas investigaciones han puesto en evidencia que existen por lo menos tres tipos de factores de protección: 1. Atributos individuales relacionados con el temperamento, tales como sociabilidad, inteligencia, nivel de actividad, capacidad para resolver problemas y competencia social y académica. 2. Fortaleza de la familia, principalmente las ligas afectivas entre sus miembros. 3. Red social de apoyo, tal como escuela, iglesia y grupos de ayuda.<sup>24</sup>

En otras palabras, el hijo de padres divorciados puede ser protegido del estrés de la separación si cuenta con suficiente afecto en su familia y si es educado con una disciplina consistente y supervisión adecuada. El mantenerlo fuera del conflicto entre sus padres también es fundamental. Sin embargo, debido a las consecuencias emocionales que el divorcio produce en los niños y en los divorciantes es evidente que muchas familias requieren de la guía y orientación profesionales para resolver el complejo proceso del divorcio al través de los años.

23 Garnezy N, Masten AS., "Chronic Adversities", en Rutter M, Taylor E, Hersov L eds., *Child and Adolescent Psychiatry*, Londres, Blackwell Scientific Publications, 1994, 191-208.

24 Werner EE. "High Risk Children in Young Adulthood: A Longitudinal Study from Birth to 32 Years", *Am J Orthopsychiatry*, 1989, 59; 72-81.