

# Uno de cada cuatro jóvenes de padres separados se inicia antes en el consumo de alcohol y drogas

La separación es uno de los acontecimientos más estresantes que puede vivir un menor

Los pediatras recomiendan explicar con claridad las razones de ese acto y cómo será su vida diaria

M. J. G. MURCIA

Uno de cada cuatro adolescentes de padres separados se inician en el alcohol y las drogas a edades más tempranas que otros jóvenes de su edad. En concreto a los 14 años, y a los 17 años más de la mitad consumen drogas y beben de forma habitual, según los datos presentados por el doctor Paulino Castells, profesor de Psicología de la Universidad Abat Oliba CEU de Barcelona y autor del libro *Los padres no se divorcian de sus hijos*, en el marco del 58º Congreso de la Asociación Española de Pediatría que se ha celebrado en Zaragoza.

Cada año aumentan el número de separaciones y divorcios en nuestro país (en el año 2008, se produjeron más de 131.000 separaciones) y con ello la aparición de problemas médicos y psicológicos en los niños.

La separación es uno de los acontecimientos más estresantes que se pueden producir en la vida de un niño. «En un primer momento —explica el doctor Castells— el niño sufre un shock que se acompaña de un sentimiento continuo de miedo, confusión y ansiedad. Así, la mitad de los niños experimenta temor a ser abandonados y se estima que un 34% reacciona con una depresión enmascarada».

Sin embargo, «las consecuencias de la separación dependen en gran medida de la edad del niño. En los pequeños, el síntoma fundamental —indica Castells— es el temor a perder a sus padres lo que se traduce en ansiedad, pánico al salir fuera de casa, trastornos del sueño y miedos nocturnos. En adolescentes, la repercusión de la separación se transforma en la adopción de hábitos de vida de mayor riesgo con



**JUVENTUD.** Unos jóvenes, durante una noche de botelleo en las escaleras de una plaza. / ARCHIVOLV

consumo de drogas e inclusive intentos de suicidio».

En opinión del doctor Paulino Castells, no existen fórmulas mágicas para minimizar el impacto de una separación en el niño, pero es cierto que existen ciertas medidas que se han demostrado beneficiosas, una de ellas es cuidar la forma y el momento en que se informa sobre la separación.

## Información

Según comenta el doctor Castells, «la información sobre la ruptura debe ser comunicada al hijo de forma conjunta por los padres en el mismo momento y debe tener lugar en un sitio neutral que permita hablar sin interrupciones. Tam-

poco es necesario decirles todo en un día sino que se pueden plantear varios encuentros de forma que el impacto no sea tan brusco».

Respecto a la información que se debería facilitar, «los padres tiene que tener claro que van a transmitir a los hijos y previamente en la medida de posible haberlo acordado entre ambos. Asimismo, hay que comunicarles con claridad que se producirán cambios en su manera de vivir, aclararles cómo se sucederán estos cambios, en que consistirá su nueva rutina, dónde dormirán y sobre todo, mostrarles que la familia no desaparece con la separación».

Por otro lado, el doctor Castells recomienda que se debería tam-

bién informar sobre las causas de la separación para evitar, por un lado, que cuando lo descubran se sientan traicionados y evitar, por otro lado, desembarazarse de ideas ficticias sobre posibles reconciliaciones.

Otra de las situaciones que se suelen reproducir con frecuencia en las separaciones con niños adolescentes es que éstos tienden a asumir el papel de padres de sus propios padres debido al hundimiento en el que se quedan tras la separación. En esta línea del problema, una cuarta parte de los adolescentes suelen aliarse con un progenitor en contra del otro, muchas veces promovido por uno de los padres.