



SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
INFANTO-JUVENIL



Editorial

El mes de septiembre es un mes donde las noticias sobre la escuela, la educación y los problemas de la población infantojuvenil suelen tener un espacio destacado en bastantes medios de comunicación, por diferentes razones. Por lo que atañe a los objetivos de nuestra Sociedad, dos noticias me han llamado especialmente la atención, porque creo que alimentan un debate de fondo donde los psicólogos deberíamos estar en primera fila, aunque tengo la impresión que también se puede dar el caso que estemos en “distintas filas”. La primera fue una reflexión, del Colegio Oficial de Psicólogos de Santa Cruz de Tenerife en relación con el dato aparecido en el Observatorio Social de La Caixa que indicaba que casi la mitad de jóvenes entre 16 y 32 años padecía malestar emocional. El comunicado, en primer lugar, cuestiona indirectamente que todos estos jóvenes en realidad padezcan un trastorno psicopatológico y que este tipo de datos ya esté tan normalizado en la sociedad. Tamara Cabrera (secretaria de la junta del colegio) dice: “...existe también una parte de la población que esta normalización la extrapola a la creencia de que todo puede ser un trastorno mental y hay que recalcar que hay situaciones de la vida que ocurren y que podemos sentirnos tristes, sin ganas o nerviosos en algunas situaciones sin que esto sea patológico”. Pero, lo más interesante es que achaca gran parte del incremento de los trastornos a la excesiva sobreprotección que ejercen algunos padres y especialmente a no educar en la tolerancia a la frustración (algo que además refuerzan las redes sociales mostrando un mundo irreal de éxito y felicidad constante). Un buen contrabalance a las opiniones de muchos influencers, coaches o incluso psicólogos que claman por una protección de la frustración en la infancia vinculándola inexorablemente a un trauma.

La segunda noticia tiene un titular más impactante: “un colegio inglés sustituye a los profesores por inteligencia artificial y realidad virtual”. Esto pasará en el David Game College a partir del 23 de septiembre de este año donde 20 alumnos entre 15 y 17 años seguirán un plan de estudios diseñado e impartido por una IA en la mayoría de materias. La IA y la RV se encargarán de adaptar el currículo a cada alumno, diseñar y controlar su aprendizaje. No habrá profesores como tales en el aula, pero sí “tutores de apoyo”. La función de estos tutores no será (excepto en algunas materias) educativa, sino mucho más prosaica, si bien no por ello menos importante: el control de los posibles problemas de comportamiento de los alumnos. Es decir, se sobreentiende que de poco servirá un currículo perfectamente adaptado a cada alumno si el alumno se quita las gafas de RV, no sigue las indicaciones del IA, etc. Es decir, de momento la función del psicólogo clínico infantil, al menos en casos de problemas de comportamiento, parece que permanece a salvo de la IA ;-).

Mateu Servera
Presidente SEPCIJ.

Cognitive disengagement syndrome: What is it?, why does it matter?, and where do we go from here?

Lecture by Stephen P. Becker, PhD, in Seville, September 24, 2024



Stephen P. Becker, PhD, es Profesor de Pediatría, Catedrático, Director de Investigación y Codirector del Centro para el TDAH en la División de Medicina del Comportamiento y Psicología Clínica en el Cincinnati Children's Hospital Medical Center y en el Departamento de Pediatría de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cincinnati. Su investigación examina el trastorno por déficit de atención/hiperactividad (TDAH), el síndrome de desconexión cognitiva (SDC) y el sueño en niños y adolescentes <https://www.stephenpbecker.com/>.

La conferencia tendrá lugar en el Salón de Grados de la Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla el día 24 de septiembre de 2024, a las 12:00 hora española (UTC-10:00). La conferencia se transmitirá por streaming, pero para asistir es necesario completar el siguiente formulario. Aproximadamente una semana antes del evento, recibirá el enlace para conectarse. Si desea más información, pincha en este [enlace](#)

TÚ A BOSTON Y YO A CALIFORNIA

Las vacaciones están a la vuelta de la esquina y dos amigas planean irse juntas de viaje. Si ambas se mueren de ganas de embarcarse en un crucero por el Mediterráneo, ¡fantástico!, ya pueden reservar los pasajes. Si a una le pirran las playas de arena fina de Tahití y a la otra las de agua cristalina de Bora Bora, ¡mecachis!, tendrán que dialogar, pero no parece complicado alcanzar un acuerdo sobre la isla de la Polinesia elegida como destino. Si a una le chifla la costa este de Estados Unidos: Nueva York, Long Island, las cataratas del Niágara, etc., y la otra es la más ferviente devota del santoral californiano: San Francisco, Santa Mónica, San Diego, etc., ¡horror!, los cerca de cinco mil kilómetros que separan Boston de Los Ángeles se antojan una distancia insalvable. ¿Cómo resolver el desacuerdo?

Nadie entabla una relación al tuntún, siempre abrigamos una finalidad concreta: besamos a nuestra pareja para expresarle afecto, compramos al tendero para aprovisionarnos de comida, pedimos un favor al amigo porque necesitamos de su ayuda, incluso cuando hablamos por hablar sin razón aparente en el fondo pretendemos pasar un rato ameno y entretenernos, por este motivo cuando la conversación decae nos despedimos y nos marchamos. Somos gente corriente, no psicópatas a la altura del protagonista de *La naranja mecánica* o *El silencio de los corderos*, por lo que preferimos mantener relaciones cordiales a andar a la greña.

La joven ha estado ahorrando durante el primer año de trabajo para ver cumplido su sueño: unas elegantes botas de ante. Por la tarde, al salir del trabajo, pasea con orgullo la calle mayor arriba y abajo para que todo el mundo admire las joyas que lucen sus pies cuando, ¡ay!, el tacón fino se desprende y ella queda coja y a la altura del betún. A primera hora del día siguiente se encamina sin pérdida de tiempo a los grandes almacenes donde adquirió su tesoro, ahora devaluado.

—Buenos días, señorita, ¿qué desea? —saluda el dependiente con sonrisa radiante, nada que envidiar a los anuncios de pasta dental.

—Ayer compré estas botas...

—Excelente elección —alaba la sonrisa dentífrico.

—Gracias, pero el problema es que nada más estrenarlas se ha despegado el tacón —se lo entrega con el ticket de la compra.

—Déjeme ver.

La sonrisa se ha esfumado.

—Señorita, estas botas son muy, pero que muy delicadas. Usted ha estado bailando y pegando botes en la discoteca —le recrimina el ceño fruncido.

—Oiga, yo no...

—Mire —prosigue implacable el cara de pocos amigos—, he vendido este modelo a espuestas y le aseguro que en jamás de los jamases han devuelto un par, claro, que si usted se dedica a dar brincos como Tarzán de los monos...

Por la noche la joven habla con su novio por el móvil.

—Pocholo, han inaugurado un restaurante chino, se llama La Gran Muralla (nombre original donde los haya). Mis amigas me han comentado que está fetén, este sábado te invito a cenar.

—¿¡Estás loca!? Donde abren un chino desaparecen los gatos del barrio.

—No digas memeces.

—No, no y no. A mí no me dan gato por liebre...

En las situaciones comerciales prima la meta y la joven está resuelta a quejarse al departamento de atención al cliente, al sindicato Comisiones Zapateras, a la Organización de Consumidores y Usuarios, al Defensor del Pueblo, a la Organización Internacional de Comercio, a la Corte Penal Internacional, a remover cielo y tierra si fuera menester, con tal de que atiendan su reclamación: O botas nuevas, o devolución del importe; no es negociable. En las situaciones románticas, en cambio, prevalece la relación y la joven accede a ir a la Trattoria Il Vesuvio (otra genialidad de nombre), porque antepone el amor al menú. Pero cómo actuar cuando dudamos entre la meta y la relación.

El adolescente aparca la deslumbradora escúter, regalo de los padres por las excelentes notas. Nada más verla el amigo, los ojos se le hacen chiribitas.

—¡Qué moto tan guapa, tío! Deja que me dé una vuelta.

El chico sabe que es un cabeza loca y teme que si se la presta sufra un percance, pero tampoco quiere que se disguste.

—Es que no le queda gasolina —se excusa.

—Tranqui, tronqui, ya le echo yo —contesta arrebatándole las llaves.

Además de la meta, por ejemplo, hacerse con un producto o solicitar información, y la relación, llevarse bien con la otra parte, existe un tercer objetivo no tan claro a primera vista, que permite resolver el dilema: la auto-satisfacción, es decir, hay que tomar la decisión de acuerdo con las convicciones personales. Esta idea subyace a muchos programas: Sé auténtico, se tú mismo, no digas sí cuando quieres decir no, no te traiciones, etc.

Conforme a este planteamiento la respuesta del adolescente habría sido bien distinta:

—Tío, eres mi amigo y puedes pedirme lo que quieras, menos tres cosas personales e intransferibles: el cepillo de dientes, la novia y la moto.

Puede que el amigo se moleste, pero se le pasará. Si no fuera así, si tu amigo no acepta un no por respuesta, si te fuerza a obrar contra tu voluntad, plantéate si te conviene esa amistad, al decir de los modernos «tóxica».



Al igual que en otros ámbitos en el seno de la familia también surge el desacuerdo. La legítima aspiración a la convivencia armoniosa y confortable tropieza en el hogar con las caras largas, discusiones y opiniones enfrentadas. Esta guía explora el enorme potencial de la comunicación y el diálogo y propone un amplio repertorio de competencias y prácticas para una paternidad competente y positiva. Se aborda la escucha activa, la empatía, las habilidades para llegar a acuerdos y resolver los conflictos.

Recomendamos:



The screenshot shows the top navigation bar of the Child Mind Institute website. The logo is on the left, followed by the text 'Atención Educación Ciencia'. On the right, there are links for 'Sobre nosotros', 'Global', 'Donaciones', and 'in English', along with a search icon and a 'Done' button. Below the navigation bar is a dark blue banner with the text '77 libros infantiles sobre salud mental por Karen Cicero' and buttons for 'Descargar' and 'Compartir'. Underneath the banner is a breadcrumb trail: 'Centro de recursos para las familias > Fomentar un desarrollo saludable en los niños'. The main heading is '77 libros infantiles y juveniles sobre salud mental'.

Este [artículo](#) presenta una lista cuidadosamente seleccionada de 75 libros infantiles sobre salud mental. Se destacan libros que abordan temas como la ansiedad, el duelo, la autoestima, el TDAH, la depresión, y otros aspectos esenciales de la salud mental de una manera accesible y amigable para los niños.

¿Qué encontrarás en el artículo?

- 📖 Diversidad de títulos para todas las edades, desde libros ilustrados para los más pequeños hasta lecturas más profundas para adolescentes.
- 📖 Historias inspiradoras y educativas que ayudan a los niños a sentirse comprendidos y apoyados en sus propias experiencias emocionales.
- 🧠 Recursos valiosos para padres, educadores y profesionales que buscan maneras creativas de hablar sobre la salud mental con los más jóvenes.

"No debería ser necesaria una preparación para la vuelta al cole"



Manuel Antonio Fernández, neuropediatra, sostiene que "no debería ser necesaria una preparación previa relevante para volver al cole si hacemos las cosas bien". Según Fernández, la clave para que el regreso a las aulas no sea estresante es mantener una estructura mínima y un orden básico en la rutina diaria, evitando transmitir ansiedad o dramatismo a los niños.

El especialista subraya que el retorno a las clases no debe percibirse como un evento estresante. Si un niño muestra signos de ansiedad al respecto, es posible que exista un problema subyacente en el entorno escolar, en el propio niño o en el hogar. Fernández sugiere que la preparación para el regreso a la escuela debe incluir el establecimiento gradual de rutinas de sueño, alimentación y actividad física, comenzando al menos una semana antes de que inicie el curso.

Consejos para una transición sin estrés:

1. Naturalidad y positividad: Hablar del regreso al colegio de manera natural y resaltar los aspectos positivos, como el reencuentro con amigos o las actividades extraescolares.
2. Evitar dramatismos: No expresar quejas por la vuelta al trabajo frente a los niños, para no contagiarles una percepción negativa del regreso a la rutina.
3. Establecer un ambiente relajado el primer día: En lugar de apresurarse, dedicar tiempo a caminar juntos hacia el colegio y mantener una conversación relajada para transmitir seguridad y alegría.

Para más información, consulta el artículo completo [aquí](#)

Recomendamos:

Subiza-Pérez, M., García-Baquero, G., Fernández-Somoano, A., Guxens, M., González, L., Tardón, A., Dadvand, P., Estarlich, M., de Castro, M., McEachan, R. R. C., Ibarluzea, J., & Lertxundi, N. (2023). Residential green and blue spaces and working memory in children aged 6–12 years old: Results from the INMA cohort. *Health & Place*, 84, 103136. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2023.103136>



La memoria de trabajo (WM) es una función ejecutiva esencial que surge de la interacción entre la memoria y la atención, permitiendo mantener y manipular información a corto plazo, fundamental para tareas cognitivas como la comprensión del lenguaje, el aprendizaje y la resolución de problemas. Diversos factores biológicos y socioeconómicos influyen en el rendimiento de la memoria de trabajo en la infancia, como el nacimiento prematuro, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), y las condiciones socioeconómicas desfavorables.

En los últimos años, ha crecido el interés en el impacto de las exposiciones ambientales, especialmente la cercanía a espacios verdes (vegetación) y azules (cuerpos de agua), sobre el desarrollo de las funciones ejecutivas infantiles. Estudios previos han mostrado resultados mixtos sobre la asociación entre los espacios verdes y azules y el desarrollo de la memoria de trabajo. Por ejemplo, algunos estudios han sugerido que la presencia de vegetación en los entornos escolares puede mejorar la memoria de trabajo en los niños, pero no hay consenso sobre el efecto de los espacios verdes en el entorno residencial.

Este estudio tiene como objetivo analizar los efectos de los espacios verdes y azules residenciales en la memoria de trabajo de los niños que participan en la cohorte de nacimientos del proyecto Infancia y Medio Ambiente (INMA). Se espera que los espacios verdes y azules residenciales tendrán un efecto positivo en los puntajes de memoria de trabajo, y que parte de estos efectos se explicarán por la reducción de la exposición a dióxido de nitrógeno (NO₂) y por una disminución en las tasas de diagnóstico de TDAH.

El estudio también examina el posible papel mediador conjunto de la contaminación del aire (NO₂) y el TDAH en la relación entre la exposición a espacios verdes/azules y el rendimiento en la memoria de trabajo.

Métodos

- Muestra de Participantes: niños de 6 a 8 años y de 10 a 12 años de la cohorte INMA, reclutados en cuatro regiones de España (Asturias, Gipuzkoa, Sabadell y Valencia). La muestra abarcó 1738 niños en el seguimiento de 6-8 años y 1449 en el de 10-12 años.
- Variables del Estudio:
 - Exposiciones Ambientales: exposición a espacios verdes (medidos por el Índice de Vegetación de Diferencia Normalizada (NDVI) y disponibilidad de grandes espacios verdes) y azules (agua) alrededor de los hogares de los niños.
 - Mediadores: exposición al NO₂. El diagnóstico de TDAH se basó en cuestionarios completados por los padres.
 - Resultado: La memoria de trabajo se midió mediante pruebas N-back (numéricas y cromáticas), evaluando precisión y rendimiento cognitivo.
 - Covariables: Se controlaron variables como el sexo del niño, edad, nacimiento prematuro, peso al nacer, nivel educativo materno y el índice de privación del área.

Recomendamos:

Resultados

- Para los niños de 6-8 años: Se encontró una asociación positiva entre el NDVI en un radio de 300 metros alrededor de la vivienda y el rendimiento en la tarea numérica de 2-back. Sin embargo, este patrón no se replicó en todas las combinaciones de medidas y resultados. No se encontraron efectos significativos de la proximidad a grandes espacios verdes ni de los espacios azules en la memoria de trabajo.
- Para los niños de 10-12 años: Se observaron efectos marginalmente significativos del NDVI en un radio de 300 metros que incrementaba las puntuaciones en la tarea de 2-back numérica. Contrariamente a las expectativas, las puntuaciones disminuyeron en los niños que vivían cerca de grandes espacios verdes. No se encontró evidencia clara de que los espacios azules influyeran en la memoria de trabajo, probablemente debido a que solo el 20% de los participantes vivían cerca de grandes espacios azules (>5000 m²).
- Mediadores: No se confirmó el papel mediador del NO₂ ni del diagnóstico de TDAH en la relación entre los espacios verdes/azules y la memoria de trabajo. La ausencia de efectos mediadores podría deberse a la falta de asociación significativa entre NO₂ y WM, o la mínima capacidad de las plantas para eliminar NO₂ en contextos urbanos.

El estudio contribuye al entendimiento de cómo los espacios verdes y azules afectan la memoria de trabajo, pero los resultados son mixtos y no proporcionan un apoyo consistente a la hipótesis de que la exposición a estos espacios tiene un efecto positivo claro sobre la WM. Posibles explicaciones incluyen diferencias en el desarrollo neurocognitivo y en los patrones de uso de los espacios verdes. Las limitaciones incluyen la falta de datos sobre la calidad y el uso de los espacios, y la falta de un indicador integral de nivel socioeconómico.

Emi, el pirata que tenía miedo



💡 Libro infantil que ayuda a niños y niñas a comprender los problemas de salud mental y a entender las emociones y cómo gestionarlas

📖 A través del de este cuento, Emi, un niño con agorafobia, las lectoras y lectores de este cuento pueden aprender a interpretar y gestionar sus emociones, además de conocer el ejemplo de una persona que tiene una vivencia con la salud mental que intenta lidiar con sus miedos y vencerlos. Este cuento está escrito por personas con problemas de salud mental.

🔗 [Emi, el pirata que tenía miedo](#)

Para colaborar con nuestra Newsletter: sepcij@sepcij.es

CONTÁCTANOS

960 91 45 45