

## José Ramón Ubieto y Marino Pérez Álvarez. *Niñ@s hiper: infancias hiperactivas, hipersexualizadas, hiperconectadas*<sup>1</sup>

José Ramón Ubieto & Marino Pérez Álvarez. *Niñ@s hyper: Hyperactive, hypersexualized, hyperconnected childhoods*

**Gonzalo Sebastián Peña-Muñante\***

Universidad de Almería, Facultad de Psicología, Almería, España

 <https://orcid.org/0000-0002-7990-4867>

**Recibido:** 11/03/2023

**Revisado:** 30/03/2022

**Aceptado:** 20/04/2023

**Publicado:** 30/04/2023

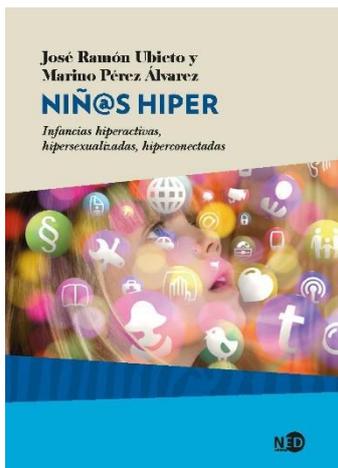
### \*Correspondencia:

Correo electrónico: [gpm359@inlumine.ual.es](mailto:gpm359@inlumine.ual.es)

### Cómo citar:

Peña-Muñante, G. (2023). José Ramón Ubieto y Marino Pérez Álvarez. *Niñ@s hiper: Infancias hiperactivas, hipersexualizadas, hiperconectadas*. *Propósitos y Representaciones*, 11(1), e1806. <https://doi.org/10.20511/pyr2023.v11n1.1806>

<sup>1</sup> Ramón, J. y Pérez, M. (2018). *Niñ@s hiper: infancias hiperactivas, hipersexualizadas, hiperconectadas*. Barcelona: NED Ediciones, 176p.



El argumento central del libro es que estamos sometiendo la infancia mediante el patrón de lo Hiper, el cual se manifiesta en niveles muy altos de actividad, sexualización y uso excesivo de dispositivos electrónicos. Por otra parte, la exposición a estímulos y experiencias sin límites, también se ha convertido en una característica habitual en la infancia actual. Así pues, los niños son etiquetados de manera forzada en categorías diagnósticas que pueden afectar negativamente su vida infantil. Esto puede llevar a una patologización de sus vivencias, lo que significa que los niños están en riesgo de ser diagnosticados y medicados innecesariamente por dificultades y problemas que son comunes durante su etapa de desarrollo. Además, esto ocurre en una época abierta e inconclusa en la que todavía se están formando y

forjando. En el libro se examinan diversos trastornos, entre ellos el TDAH, los trastornos de conducta y el trastorno bipolar. A su vez, se critica el uso prolongado en el tiempo de los tratamientos farmacológicos para estos trastornos, los cuales ignoran las reacciones normales que los niños pueden tener en función de su situación específica. En respuesta, los autores sugieren que la prioridad es la educación, y proponen cambiar las estrategias educativas por medio de la implementación del trabajo por proyectos. Esta metodología permite que los estudiantes se muevan en torno a una tarea específica. Asimismo, los autores aconsejan a los padres que vuelvan a fomentar la comunicación y el juego con sus hijos. En contraposición al vínculo autoerótico que surge en las interacciones digitales, donde la satisfacción se obtiene a través de una conexión individual y aislada con un objeto sin mediación de otra persona, los autores argumentan que es importante tener conversaciones cara a cara y en tiempo real, ya que esto no sólo mejora la relación con los demás, sino también la relación que se entabla con uno mismo. En definitiva, la intención de los autores es defender el proceso de desarrollo personal de los niños sin catalogar como patológicas aquellas cosas que son comunes en la vida diaria, y afirmar que los niños tienen derecho a tomarse su tiempo para crecer antes de convertirse en adultos. A continuación, se aborda el libro mencionado a partir de diversos subapartados que pasaremos a formular.

## **1. Estrategias de apoyo o ayuda a los padres en la gestión de los problemas o conflictos con sus hijos**

Los autores abogan por un tratamiento multimodal que incluya una intervención a nivel educativo, familiar, psicológico y farmacológico. Sin embargo, consideran que no debería mantenerse el tratamiento farmacológico a largo plazo, sino hasta el tiempo que sea necesario en base a los progresos que se obtengan en el caso con la terapia psicológica. Entre las estrategias de acompañamiento, consideran adecuadas aquellas centradas en la modificación de conducta y que permitan proporcionar psicoeducación y entrenamiento a los padres para manejar eficazmente la conducta de los niños, con el fin de resituar el problema como un aspecto abordable en el contexto familiar y escolar. En concreto, los autores indican la necesidad de usar un enfoque contextual para situar el problema en el contexto que ocurre e implementar, como primera línea de actuación, estrategias educativas en el ámbito familiar y escolar, es decir, analizar el contexto escolar y familiar del niño teniendo en cuenta las condiciones existentes para detectar qué se puede modificar, tanto en formas de educación como en interacciones con las personas implicadas en dicho contexto. En tales intervenciones, se enfatiza que los padres deberían tener un papel activo.

Otro aspecto que subrayan es la relevancia de centrarse en las fortalezas de los niños para confeccionar, como profesionales, intervenciones desde esta línea.

Se destaca la importancia de que los padres establezcan límites al comportamiento de sus hijos; desarrollen una relación afectiva donde predomine la interacción positiva (especialmente el reconocimiento y valoración de las cualidades de sus hijos); fomenten el diálogo y razonamiento; comuniquen órdenes de manera clara, eficaz y coherente; favorezcan pautas de interacción positivas y adaptativas frente a patrones coercitivos y amenazantes; aprendan a prestar atención a sus hijos; realicen demandas eficaces y adaptadas a la edad de sus hijos con el fin de atribuirles responsabilidad a la vez que confían en su capacidad; corrijan el mal comportamiento de sus hijos de manera constructiva; dediquen tiempo de calidad a sus hijos fomentando el juego cooperativo con el fin de liberar energía, seguir reglas, aprender a esperar y desarrollar habilidades sociales para interactuar con los demás. Asimismo, en ocasiones, se debe posibilitar un espacio sin actividades (lúdicas, educativas o extraescolares) con el fin de recuperar lo positivo del aburrimiento, permitiendo que el niño esté a solas consigo mismo sin necesidad de disponer de un elemento distractor, lo que le llevaría en última instancia a un mayor autoconocimiento y valoración de sí mismo.

## 2. Aplicación práctica para la formación de padres, profesores y clínicos

El libro está sobre todo dirigido a profesionales, puesto que da una visión global de la problemática actual que gira en torno al trastorno del TDAH, relacionado con el hecho de que actualmente vivimos en una sociedad donde se premia la productividad y donde no se le da tiempo al infante para que tenga momentos de aburrimiento y pueda ser creativo, además de pautar de manera excesiva los pasos que ha de dar durante su niñez, sin ofrecerle el aprendizaje y la guía adecuados a la hora de pasar a la siguiente fase de la adolescencia, provocando que en algunos casos se dé el salto demasiado pronto. Además, los padres se agobian mucho porque quieren tener toda la vida del niño controlada y sin problemas, por lo que cuando se salen de la norma enseguida les parece que puede haber algún problema psicológico y que el niño puede necesitar medicación (sobre este punto, convendría enseñar a los padres en consulta que el sufrimiento es parte de la vida y que es necesario que trabajen su capacidad de resiliencia). Asimismo, en el libro se le da mucha importancia al “sentido común” de los padres, los cuales deberían seguir más sus instintos y no tener tanto miedo a la hora de decidir cómo educar al menor; por ende, sería aconsejable realizar ejercicios en consulta para aumentar su autoestima y su capacidad de toma de decisiones.

También se realiza un resumen importante sobre el propio concepto de TDAH y el estado actual del debate entre los defensores y negacionistas, así como los matices que hay dentro de cada una de estas dos posturas. Además, se incide bastante en el hecho de que a pesar de que actualmente no existen marcadores biológicos demostrados para el TDAH, cada vez más se pretende explicar este trastorno desde el paradigma de la neuropsicología; no obstante, la mejoría encontrada en los estudios de *neurofeedback* se debe a factores inespecíficos (p.e., la atención que se le proporciona al niño). Por ende, como profesionales debemos comprender que no es necesario realizar tantas intervenciones con *neurofeedback*, sino que escuchar y atender al niño en consulta constituye una de las claves principales para que mejore: hay que prestar atención, sobre todo, a algunas variables contextuales que podrían estar desconcentrando al niño (p.e., el duelo, la violencia intrafamiliar, la negligencia continuada por parte de los padres, y los secretos

familiares). Asimismo, se proporcionan datos estadísticos que pueden servir a los profesionales del campo clínico para hacerse una idea de cuán variables pueden ser los datos debido a la escasa consistencia del cuadro de TDAH (dependiendo de si usas el DSM-5 o la CIE-10, te encontrarás con unos criterios diagnósticos u otros). Otro punto importante para los profesionales son los peligros del etiquetaje, recomendando a los clínicos cierta prudencia a la hora de dar un diagnóstico, ya que si bien a algunas personas el recibir una categoría les produce una sensación de tranquilidad al calmar su crisis identitaria y hacerles creer que han “localizado” el problema (además de, en algunos casos, ayudarles a conseguir prestaciones por enfermedad mental), la parte negativa es que los niños adoptan un “papel de enfermo”, creando una suerte de profecía autocumplida donde al pequeño se le dice que “no puede” hacer ciertas cosas debido a su enfermedad, dificultando su mejoría; además, se suele pensar que el trastorno es para siempre, es decir, crónico.

El *naming* también es una de las mayores formas de exclusión, creando un estigma social en los niños que puede influir negativamente en su interacción con otras personas. De hecho, a veces surgen signos claros de rechazo a la categorización y medicación que desembocan en un boicot del tratamiento, falta de adherencia al tratamiento o incluso violencia directa hacia el profesional; todo esto sucede porque hay personas a las que no les gusta verse reducidas a una categoría, ignorando su singularidad. De hecho, cuando hay violencia al terapeuta, puede ser que la persona directamente no se encuentre nada de acuerdo con la etiqueta que el profesional le ha impuesto; en estos casos, no hay que abordar la resistencia al tratamiento como una categoría clínica más, sino que hay que focalizarse en esta conducta y dialogar con el paciente para entender su postura, acompañándole así durante el proceso de mejora.

Por otro lado, las estrategias de ayuda y acompañamiento que se proponen en esta obra pueden ser muy útiles, pues en cuanto a las intervenciones se defiende que lo mejor es no seguir un tratamiento de sólo medicación o un tratamiento multimodal según las recomendaciones actuales (i.e., medicación combinada con técnicas de modificación de conducta), sino que lo más conveniente sería proporcionarle al menor una serie de ayudas o acompañamientos en función de su propio problema y sin la necesidad de un diagnóstico. Asimismo, en el campo de la educación, puede ser muy útil lo que se comenta para los profesores: innovar en el proceso de aprendizaje del alumno permitiendo que éste realice trabajos por proyectos, es decir, desplazamientos organizados en torno a una tarea, pensando desde un modelo contextual y no biomédico. Por otro lado, se brinda información sobre el trastorno bipolar en la infancia para que los profesionales tomen una posición crítica al respecto (se plantean cuestiones como: ¿no estaríamos hablando simplemente de fluctuaciones típicas del humor en los niños? o ¿no sería una consecuencia del afán por estabilizar el humor mediante la medicación, porque en nuestra sociedad no puede haber personas que estén en estado de euforia y luego necesiten descansar?). Además, se aboga por la política propia del psicoanálisis en torno al síntoma, en la cual es importante descifrar el mensaje en forma de síntoma para comprender lo que le sucede realmente al paciente, en lugar de centrarnos en las categorías asociadas a la “tribu de los conductuales” (trastorno negativista desafiante, trastorno antisocial, etc.). Por último, se recomienda recuperar la conversación y el juego tradicional con otros niños, impulsando la espontaneidad del diálogo y la interacción cara a cara, las cuales se han perdido debido a la influencia de las redes sociales; es más, varios autores consideran este hecho como uno de los factores que provocan que haya tantos niños con características que los lleven a ser diagnosticados con TDAH (Montoya-Rodríguez & Molina-

Cobos, 2017), pues en los juegos se aprenden algunas pautas como la espera, el seguimiento de reglas y el autocontrol. Por ende, tiene también aplicación en el campo profesional, pues dentro de la intervención sería necesario crear situaciones donde el niño pueda relacionarse de forma presencial con otros a través de actividades divertidas y dinámicas (p.e., impulsar una reunión de varios niños con TDAH un par de veces a la semana donde se les invite, simplemente, a jugar al pillla-pilla o la rayuela).

### 3. Reflexión crítica-constructiva de la obra

En general, es un libro que nos invita a reflexionar acerca de cómo se está patologizando actualmente la infancia, un período en el cual deberíamos ser responsables, pero en el que nos sentimos más cómodos siendo meros observadores. Así pues, preferimos dejar que los niños se conecten al “otro digital”, en lugar de vincularnos con ellos (Bozzola et al., 2022). Creemos que el libro tiene muchas fortalezas, ya que nos hace ser conscientes de aspectos de la infancia que sabemos están ahí, pero que a lo mejor no nos hemos parado a pensar, dada la gran cantidad de estímulos a los que estamos expuestos continuamente y al frenético ritmo de vida que llevamos (Warren & Aloia, 2019).

En primer lugar, cabe destacar el tema del sobrediagnóstico del TDAH (Kazda et al., 2021), el cual proviene de la “necesidad social” de las personas de etiquetar todo lo que les pasa. Quizá esta necesidad emane de nuestra pobre capacidad para tolerar la incertidumbre y saber esperar. En esto probablemente el sistema educativo tenga algo de responsabilidad, ya que desde que somos niños aprendemos que hacer X (p.e., el examen) va a venir seguido de una recompensa (i.e., el “aprobado”).

En este sentido, ya sabemos que la psicología es la ciencia más iatrogénica que hay (Schwarzlose, 2023). Así que, si lo aplicamos a los niños, nos encontramos con que el umbral de percepción de que algo es “normal” (un concepto tan subjetivo) ha bajado mucho en los últimos años. En consecuencia, comportamientos clásicos y comunes en la infancia se han convertido en problemas que, a su vez, derivan en una serie de trastornos que sólo parecen tener respuesta desde la medicina (Tkacz & Brady, 2021). Por ende, ahora todas las conductas y malestares de los niños deben tener un nombre. Para algunos padres esto puede ser “tranquilizador”, ya que reduce la inquietud y angustia que tenían al no saber qué hacer con su niño, el cual se comportaba diferente al resto, y no según las normas sociales (Serchuk et al., 2021). Pero no importa, ahora con el diagnóstico, el niño queda igualado a muchos otros; esto es lo que los autores del libro llaman McDonalización de la infancia. Aunque no hace falta recurrir a la infancia para explicar esto; podemos verlo también en la evaluación psicológica (Jacinto et al., 2021): un individuo que saca un 2 en una escala de depresión es exactamente igual a otro que saca la misma puntuación, sin tener en cuenta el contexto y la historia de aprendizaje de ambos.

Ahora bien, tampoco es que se rechace la entidad clínica, es sólo que la forma de abordarla podría ser de otra manera. Quizá se podría re-enfocar como un problema conductual que puede tener salida desde un abordaje múltiple en el que participen diversos actores, como la familia y la escuela (Dvorsky et al., 2021). Después de todo, por experiencia propia, no es agradable estar sentado en una silla durante toda la clase. Los autores proponen, por ejemplo, apelar a estrategias

de innovación educativa como el trabajo por proyectos, que despierta la curiosidad en los niños y fomenta que sean más autodidactas.

Como dijo Tonucci (2015), “los aprendizajes más importantes de la vida se hacen jugando”. Y ese es el verdadero trabajo de un niño: jugar. Por tanto, este libro es un llamado a nuestra responsabilidad como co-creadores del proceso de construcción social de los niños para que hagamos uso de nuestras pedagogías más dinámicas y participativas con el fin de acompañarles en dicho proceso; pero sin olvidar establecer límites, enseñar a esperar y seguir normas, y educar en valores. Así pues, debemos recuperar lo que el uso excesivo de la pantalla nos ha arrebatado (Ahmadzadeh et al., 2020): la conversación y el juego; hablar y mirarnos a la cara; y hasta la sensación de aburrimiento, la cual alimenta nuestra parte creativa para inventar cosas (p.e., un nuevo juego).

En definitiva, recomendaríamos este libro a todas las personas, pero en especial a aquellos padres y madres que se encuentran actualmente en apuros, con miedo a equivocarse, y que buscan desesperadamente guías y aplicativos para saber cómo dar respuesta y solución a las preocupaciones diarias en torno a la relación con sus hijos.

## REFERENCIAS

- Ahmadzadeh, Y. I., Lester, K. J., Oliver, B. R. & McAdams, T. A. (2020). The Parent Play Questionnaire: Development of a parent questionnaire to assess parent-child play and digital media use. *Social Development*, 29(4), 945-963. <https://doi.org/10.1111/sode.12450>
- Bozzola, E., Spina, G., Agostiniani, R., Barni, S., Russo, R., Scarpato, E., Di Mauro, A., Di Stefano, A. V., Caruso, C., Corsello, G. & Staiano, A. (2022). The use of social media in children and adolescents: Scoping review on the potential risks. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 9960. <https://doi.org/10.3390/ijerph19169960>
- Dvorsky, M. R., Friedman, L. M., Spiess, M. & Pfiffner, L. J. (2021). Patterns of parental adherence and the association to child and parenting outcomes following a multicomponent school-home intervention for youth with ADHD. *Behavior Therapy*, 52(3), 745-760. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.09.007>
- Jacinto, S., Braga, J. N., Ferreira, M. S., Collins, E. C., Krendl, A. C. & Lewis, C. C. (2021). Psychological disorder diagnosis is no cure for trait inferences bias. *Journal of Applied Social Psychology*, 51(11), 1061-1072. <https://doi.org/10.1111/jasp.12821>
- Kazda, L., Bell, K., Thomas, R., McGeechan, K., Sims, R. & Barratt, A. (2021). Overdiagnosis of attention-deficit/hyperactivity disorder in children and adolescents: A systematic scoping review. *JAMA Network Open*, 4(4), e215335. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.5335>
- Montoya-Rodríguez, M. M. & Molina-Cobos, F. J. (2017). Efectos estigmatizantes del diagnóstico psicológico en niños. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 7(1), 47-58. <https://doi.org/10.3390/ejihpe7010004>

- Schwarzlose, R. F. (2023). Superiority and stigma in modern psychology and neuroscience. *Trends in Cognitive Sciences*, 27(1), 4-6. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2022.09.008>
- Serchuk, M. D., Corrigan, P. W., Reed, S. & Ohan, J. L. (2021). Vicarious stigma and self-stigma experienced by parents of children with mental health and/or neurodevelopmental disorders. *Community Mental Health Journal*, 57(8), 1537-1546. <https://doi.org/10.1007/s10597-021-00774-0>
- Tkacz, J. & Brady, B. L. (2021). Increasing rate of diagnosed childhood mental illness in the United States: Incidence, prevalence and costs. *Public Health in Practice*, 2, 100204. <https://doi.org/10.1016/j.puhip.2021.100204>
- Tonucci, F. (2015). *La ciudad de los niños*. Editorial Grao.
- Warren, R. & Aloia, L. (2019). Parenting style, parental stress, and mediation of children's media use. *Western Journal of Communication*, 83(4), 483-500. <https://doi.org/10.1080/10570314.2019.1582087>