

Reflexiones

Tendencias. A través de su experiencia de más de medio siglo en la clínica médica, el autor propone una mirada reflexiva sobre el comportamiento de los pacientes en cuanto a resignarse, sin mayores fundamentos, a padecer la misma enfermedad de sus ancestros. El seguimiento de tres generaciones derriba preconceptos.

Salud: ¿herencia o mandatos parentales?

Carlos Alberto Yelin
Médico

"Tendrás entonces todo cuanto hay de grande en la Tierra y el Sol y nada tomarás ya nunca de segunda, ni tercera mano, ni mirarás por los ojos de los muertos, ni te nutrirás por el espectro de los libros. Tampoco contemplarás el mundo con mis ojos. Ni tomarás las cosas de mis manos. Aprendéras a escuchar en todas direcciones. Y dejarás que la esencia del Universo se filtre a través de ti".

(Walt Whitman, poeta estadounidense 1819-1892)

Al abrir la puerta del consultorio, escuché la voz altisonante de alguien que habla con tono conflictivo desde el celular, en la sala de espera. Al llamar al próximo paciente a entrevistar, mencionó un apellido que tiene una sonoridad particular por lo recordado, y veo ingresar, un joven alto, muy excedido de peso, de vestir descuidado, con cabello largo, que renguea, a pesar de lo cual, camina rápido, mientras habla por el celular, y hace un gesto frío de saludo con la mano.

Médico: ¿Qué te ocurre Pablo? (viendo el tobillo hinchado)

Paciente: ¡No empiece con la sanata de que estoy gordo! Usted atendió a mi padre, y a mi abuelo, nos conoce bastante, no mencione mi peso, ni el ataque de gota. ¡Usted mismo dijo que somos idénticos! ¡Casi calcados!

Así comienza la consulta....

A los médicos clínicos, sobre todo a los de prolongada trayectoria, se nos ofrece la oportunidad de evaluar a tres generaciones que pueden experimentar similares perfiles: a) exceso de peso, b) tendencia a las adicciones como el cigarrillo o el alcohol, c) sedentarismo, combinando todo con una curiosa indiferencia por el cuidado de la salud.

Nos ocurre, y lo he mencionado en artículos previos, que el ocasional paciente suele atribuir tales características, al peso inexorable de la herencia. Y como tal, su imposibilidad de corregir algo que "viene de fábrica". Todo eso dicho con la seguridad y la liviandad de lo imposible de afrontar y modificar.

De inmediato analizando, surge como inquietud el interrogante: ¿Herencia o mandato parental? No es sencillo el tema ni fácil la discriminación. Incluso tomamos el riesgo de introducirnos en psicología transaccional.

Resulta oportuno aunque complejo, trasladar en forma resumida, atinente al tema, las



diferencias entre lo heredado y lo genético. Si bien son términos superpuestos, ya que los genes transmiten la herencia, hay situaciones genéticas que pueden modificarse, mientras que otras son inapelables. Quizá esta situación es el eje de la aclaración. Por ejemplo hay enfermedades genéticas como la fibrosis quística, la enfermedad celíaca, el síndrome de Down, por mencionar tres frecuentes, pero que sólo son 10 de cada 1.000 consultas, y que configuran una herencia irremediable. Mientras que hay un mundo amplio de enfermedades multifactoriales con predisposición genética como la hipertensión, la diabetes, numerosos tumores, que abundan en la consulta diaria, en donde el portador puede torcer el rumbo genético emprendiendo las actitudes necesarias. No fumar, en familias con cáncer de pulmón, mantenerse activo, delgado y con las lógicas restricciones alimentarias, en el caso de la hipertensión o la diabetes.

Partiendo desde este sencillo ejemplo, recordemos que la Genética Médica, es la parte de la Biología que estudia la transmisión en humanos, a través de los genes, características morfológicas como el color de la piel, del cabello, o en ocasiones la altura. Pero la genética es una ciencia amplia, y podemos mencionar numerosas variantes: a) Citogenética, cuyo eje de estudio es la célula y su reproducción. b) La Clásica o Mendeliana, basada en las leyes creadas por Gregor Mendel que

predice la herencia de caracteres o enfermedades. c) Cuantitativa, estudia el impacto estadístico de los genes. d) Evolutiva y de poblaciones. e) Molecular, la que estudia el ADN su composición y duplicación. f) Genética del desarrollo, estudia el proceso de formación de un organismo completo, a partir de un gen celular. (Células madre)

Todos estos nombres son

“
Todos al nacer recibimos como herencia darwiniana los elementos para desarrollar una personalidad propia”

mencionados para exemplificar la amplitud generosa de la Genética y los ámbitos que puede abarcar. La intención es reconocer que, el mundo de los genes es mucho más extenso que sus limitadas consecuencias en nuestra herencia.

Intentemos ahora esclarecer, la diferencia del peso de la herencia contra la presión de los mandatos de nuestros progenitores.

Los "mandatos", se reciben durante la niñez, y suelen ser la consecuencia de órdenes, sugerencias, actitudes, imposiciones, o sutiles mensajes de los padres a los hijos que pueden ser verbales, o no, con gestos, actuaciones, enojos no explicitados, que impactan

en los hijos que los perciben generalmente en forma incierta. Muchas veces no llegan a entenderlos, desplazándolos al inconsciente, para quedar anclados allí, por corto, mediano plazo, o de por vida. Los receptores de tales mandatos, adoptan actitudes que no siempre se corresponden a sus deseos o decisiones. En la niñez, y en ciertas etapas, pueden calar hondo con mucha facilidad, a raíz del incompleto proceso de evaluar la orden recepcionada, comprenderla, y eventualmente rechazarla, si no se corresponde con sus convicciones, ya establecidas por propio logro. En contrapartida los permisos, que tienen similar vía de transmisión que los mandatos, son fácilmente adoptados por los niños, y pueden actuar en forma positiva en la medida que son percibidos como auténticos. En ocasiones nuestros padres autorizan con la palabra y gesticulan lo contrario.

Imaginemos una reunión familiar alrededor de una mesa de domingo, exagerando un poco los sucesos.

La madre: "Nena, tienes que alimentarte para poder concentrarte en el estudio". El Padre: "Nena, basta de manducar". La Abuela: "¿vas a dejar todo eso en el plato?". El Abuelo: "Dejen tranquila a la nena". Los hermanos pueden ser indiferentes o recibir un equivalente trato familiar en uno u otro sentido.

En este muy sencillo ejemplo vinculado al área alimentaria, podemos resumir los mensajes

contradicторios que se reciben. Si nos desplazamos a zonas más conflictivas de la integración de la personalidad que repercute en la salud, las situaciones son innumerables. Por lo habitual todas las "imposiciones" generan un rechazo en el niño y más en el adolescente. Hablamos de mandatos, cuando son órdenes equivocadas o contradictorias. "Cuando por fin te cases puedo morir tranquila", puede interpretarse que si el destinatario, se casa, puede matar a la madre.

Pero la educación familiar constituye uno de los ejes sociales de una formación auspiciosa para la salud. La seguridad y el afecto, son determinantes definidos para generar un sujeto que ame la vida, y en consecuencia cuide su salud, no fume, no coma excesos alcohólicos o alimentarios, y en otros ámbitos evite manejar a alta velocidad, previniendo la actitud que percibimos en nuestros adolescentes, como si el vivir fuera una situación aleatoria.

Nuestro planteo es opuesto al "mandato" tradicional. El ejemplo de la higiene dental en los padres pesa mucho más que el imperioso ¡lavate los dientes! La lectura o el acompañamiento, valen mucho más que el ¡hacé las tareas! Dos ejemplos que pueden aplicarse a cientos de situaciones. Solucionar problemas caseros por vía paterna, los invita mucho más a resolver con manualidad las dificultades que los críticos gritos a la adicción infanto-juvenil al celular. El desarrollo de la autoestima, como consecuencia, al poder resolver pequeños problemas, tiene un valor inmenso, y repercute en una mayor tendencia a la responsabilidad en el cuidado de la salud y en su propensión final para obtener una alimentación correcta, evitar los excesos adictivos, y generar una actividad física que tenga continuidad.

Finalmente como resumen, en aquellas situaciones en las que rescatamos un erróneo concepto de herencia, tanto como cuando en el relato logramos indagar la subsistencia de mandatos, podemos ser útiles auxiliando a modificar el error conceptual y proponer una solución para ambas situaciones. Así podemos decir con Isadora Duncan, artista estadounidense, (1877-1927): "La mejor herencia que se le puede dar a un niño para que pueda hacer su propio camino, es permitir que deambule por sí mismo" y recordar que todos al nacer recibimos como herencia darwiniana, los elementos para desarrollar una personalidad propia, peculiar y definida.