



L. Rodríguez Molinero. Pediatra Acreditado en Medicina de la Adolescencia por la AEP. Hospital Campo Grande. Valladolid.

“Mi hija siempre se está quejando de molestias...”

Con frecuencia acuden adolescentes acompañados de sus padres, en muchas ocasiones ambos padres, porque refieren cierto cansancio emocional, para interesarse por las molestias que desde “hace tiempo” (en ocasiones meses) con cierta periodicidad aparecen en su hijo o hija.

Ya sabemos por la historia clínica que ha tenido varias consultas por el mismo motivo. También que ha acudido a urgencias y en casi todas las ocasiones se le han realizado pruebas complementarias; incluso algún ingreso breve, tanto en las salas de urgencias como en planta. Nunca se ha encontrado nada de consideración, y los diagnósticos han sido superficiales.

Todos los médicos tenemos experiencias de estos casos, y ante ellos nos llenamos de prudencia y pretendemos manifestar nuestra mejor comunicación.

Se trata de un dolor recurrente, preferentemente abdominal en este caso, con múltiples consultas y exploraciones, sin haber encontrado ninguna causa.

El asunto exige una buena entrevista, y a ser posible buscar un tiempo amplio para dar opción a la expresión de quejas y emociones, tanto del adolescente como de los padres. Posteriormente a la entrevista, procede una exploración lo más exhaustiva posible, y valorar las pruebas ya realizadas para no tener que repetir ni hacer daño al paciente.

En la entrevista indagamos el tipo de dolor, las circunstancias, el momento, si es o no incapacitante, con qué lo suele relacionar, la duración, a qué lo atribuye, si cede con alguna actuación o medicación... después pasamos a la entrevista a solas con el adolescente, y observamos cómo es la descripción del adolescente acerca de sus molestias. Con frecuencia, la manera de referir y sentir las molestias por cada miembro de la familia, adolescente, madre y padre es diferente. Se trata por tanto de una somatización.

Somos muy prudentes a la hora de diagnosticar una somatización, y lo hacemos en base a los muchos datos de las consultas que se han realizado, y nuestro conocimiento previo por la historia clínica, tanto del adolescente como de la familia (no olvidemos que somos “pediatras de familia”), y sobre todo en la última y más reciente entrevista, en que nos hemos centrado en investigar y relacionar los síntomas, la personalidad, el ambiente familiar, social y escolar.

En nuestra profesión, los diagnósticos se basan en hipótesis y pruebas en los que siempre cabe otra posibilidad, aunque sea remota, y eso lo dejamos siempre claro. El principio “*primum non nocere*” debe estar siempre presente, y es muy fácil caer en la realización de numerosas pruebas (como ya se venían realizando en este caso) en lugar de afrontar con prudencia, comprensión y empatía las molestias que nuestro paciente presenta. El dolor es de los síntomas que más conmueve, y pone en marcha todos los recursos a nuestra disposición.

Causas más frecuentes de las somatizaciones:

- Factores que dependen de la personalidad del adolescente. Coinciden en personas sensibles, exigentes, perfeccionistas, responsables, ansiosos, resignados...
- Experiencias personales previas que han podido justificar las molestias actuales. Por ejemplo, una gastroenteritis que ha cursado con dolor abdominal.
- Situaciones escolares agobiantes relacionadas con los estudios, o de acoso en cualquiera de sus formas. Recientemente hemos visto una niña que consultaba por dolor abdominal recurrente, y en la entrevista descubrimos una situación de acoso escolar durante casi todo el curso.
- Situaciones familiares como separaciones, divorcio o problemas económicos.
- Escasas habilidades sociales para resolver los problemas diarios.
- Malas pautas de crianza, como estilos educativos permisivos, autoritarios o sobreprotectores.
- La herencia o el ambiente familiar, la presencia de enfermedades en parientes próximos, la personalidad de los padres en ocasiones muy cerca a la psicopatología (alcoholismo, ludopatías...).

¿Qué hacer?

No es fácil para un profesional atender estos problemas. Hay que hacer uso de la máxima confianza. Lo más fácil es poner demasiado peso en las pruebas complementarias, que como hemos visto no han conducido a ningún diagnóstico.

Pero lo correcto en estos casos es repasar la historia familiar y ayudar a la familia a crear confianza. Gestionar la incertidumbre y la duda es de las cosas más difíciles para un médico. Por lo tanto, exponer a la familia que, aunque no se pueda definir ningún diagnóstico, ello no quiere decir que no exista un proceso de fondo, y por tanto, se deben seguir los estudios que se tengan protocolizados, y explicar que los rasgos psicológicos pueden exacerbar los problemas somáticos, si los hubiera.

Y en cuanto al adolescente, si nos hemos ganado su confianza, que es todo un arte, explicarle las relaciones que hay entre la mente, el cerebro, y el cuerpo, con ejemplos simples como la taquicardia cuando tenemos un examen, o el dolor de tripa cuando estamos nerviosos. Y una vez que hayamos repasado con él todas las pruebas realizadas para comprobar que no se ha encontrado nada que justifique otro diagnóstico que el de somatizaciones, ayudarle a afrontar las cosas de cada día y dejar abierta la consulta siempre que lo desee, solo o acompañado, según la edad.

¿Cuándo derivar a otro especialista?

La práctica médica muchas veces es interdisciplinar. Necesitamos consultar con otros especialistas que nos ayuden a entender la situación clínica. ¿En qué situaciones sería recomendable tomar esta actitud?

- Cuando las molestias producen absentismo escolar muy marcado.
- Cuando existe una dinámica familiar muy deteriorada que obligue a otros tratamientos.
- Si no hubiera una confianza con el médico.
- En situaciones de ansiedad o depresión invalidantes.

Bibliografía

1. *Ansiedad y trastornos psicósomáticos en niños y adolescentes.* <https://www.youtube.com/watch?v=87KvZPMdRls>.
2. *Trastorno de síntomas somáticos.* <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/somatic-symptom-disorder/symptoms-causes/syc-20377776>.
3. *Salud emocional de los adolescentes.* http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Guia_Padres.pdf.