

A propósito del pensamiento concreto y abstracto en el síndrome de Down: consecuencias

María Victoria Troncoso

María Victoria Troncoso es licenciada en Derecho, diplomada en Pedagogía Terapéutica, fundadora de la Fundación Síndrome de Down de Cantabria y su presidenta (1982-2018).

EN RESUMEN | La exposición que hacen los autores sobre las características del pensamiento concreto de las personas con síndrome de Down es clara y práctica. Por eso es preciso preparar, elaborar y aplicar programas y métodos de desarrollo y educación apropiados desde su infancia, teniendo en cuenta las características de cada persona. El artículo ofrece aspectos reales, con descripciones claras y anécdotas vividas por personas con síndrome de Down, que permiten comprenderles mejor y ayudarles a solucionar posibles problemas de su vida cotidiana. Expone la representación mental del espacio (orientación), la representación del tiempo (el cálculo temporal), la representación del dinero, el lenguaje simbólico, la lectura. Y ofrece recomendaciones prácticas: el uso del calendario/recordatorio, los relojes, el temporizador, las actividades de cálculo, los desplazamientos, y el uso del teléfono móvil / celular.

ABSTRACT | Dealing with weakness in abstract thinking of the people with Down syndrome requires the elaboration and application of specific programs and developmental methods. Failures in mental representation of space, time and calculus and in symbolic language lead to deficiencies in daily living abilities and social communication. Specific recommendations are offered to surmount these deficiencies.

LA OPORTUNIDAD DEL ANÁLISIS

El análisis que Dennis McGuire y Brian Chicoine exponen en el artículo anterior sobre el pensamiento concreto y sus consecuencias en la conducta de las personas con síndrome de Down, expresa una de sus características más destacadas, que se muestra claramente después de la infancia, en la adolescencia y en la edad adulta. Para todos es muy útil conocer trabajos como éste, porque nos sirven para educar, ayudar y apoyar con mayor acierto a estas personas. “El conocimiento es poder”. Pero entendido como “poder hacerlo mejor”.

Es cierto, comprobado y ha sido explicado repetidamente, que las personas con síndrome de Down difieren entre sí y que las características que les asemejan como grupo, se presentan con diferentes grados de intensidad en unas o en otras. Cuando hablamos de dichas características, como en este comentario, nos referimos a que la mayoría, o sea, un alto porcentaje de personas, responden a lo que se expone de un modo patente, mientras que un porcentaje pequeño puede estar muy cerca de la llamada normalidad. Otras pueden tener un nivel muy bajo y, por tanto, es difícil analizar cómo funciona su pensamiento.

La exposición que hacen los autores sobre las características del pensamiento concreto de las personas con síndrome de Down es clara y práctica. De ella se desprende la necesidad de preparar, elaborar y aplicar programas y métodos de desarrollo y educación apropiados desde su infancia. Se

tendrán en cuenta las características de cada persona en particular. Así será posible que las familias y los centros educativos—tanto de educación especial como de educación común— actúen de un modo realista y personalizado, de modo que en cada niño, joven y adulto se potencien y desarrollen al máximo sus propias capacidades; y, al mismo tiempo, puedan paliarse o disminuir sus dificultades o “incapacidades”. Decimos incapacidades o discapacidades —aunque sea políticamente incorrecto— porque es un hecho, una realidad innegable, que la gran mayoría de la que hablamos nunca podrá llegar a niveles muy altos de pensamiento abstracto. Y estoy midiendo muy bien la precisión de mis palabras. La propia biología de cualquier persona tiene sus límites que no puede superarse; y cuando menciono “biología” tengo muy en cuenta e incluyo la capacidad para responder a la adecuada estimulación del ambiente. Por eso, y ahí pongo mi especial atención, tampoco debe quedarse por debajo de sus potenciales capacidades por falta de medios, por ignorancia, por aplicar métodos inadecuados, etc.

Esta característica de la “permanencia” del pensamiento concreto a lo largo del tiempo en las personas con síndrome de Down se manifiesta, obviamente, después de los primeros años de la infancia, en la etapa en que los niños que no tienen síndrome de Down empiezan a desarrollar sus capacidades de abstracción. En las primeras etapas, ambos grupos se mantienen en el pensamiento concreto, pero conforme avanzan en edad, se comprueba claramente la diferencia. Esto compromete de forma precisa los objetivos, programas educativos y medidas de intervención, no sólo cuando están en secundaria, ni sólo cuando ya son adolescentes, sino también habrá que tenerlo en cuenta antes, e incorporar métodos y actividades adecuados en la etapa infantil. Más adelante expondré algunos ejemplos que puedan facilitar el funcionamiento.

Hablar de aspectos reales, con descripciones claras y anécdotas vividas por personas con síndrome de Down, permite comprenderles mejor y ayudarles a solucionar posibles problemas de su vida cotidiana. Se evitarán malentendidos, adquirirán habilidades sociales adaptadas a su entorno, se sentirán mejor, su integración en grupo —en su vida social, laboral, familiar— será más plena y satisfactoria.

LAS CONSECUENCIAS

Los autores exponen varias de las potencialidades y de las dificultades del pensamiento concreto, con algunos ejemplos ilustrativos. Me permito comentar y concretar algunos aspectos que considero especialmente importantes, ilustrándolos con alguna anécdota, sin la pretensión de ser exhaustiva; con la única intención de ayudar.

Representación mental del espacio: orientación

En primer lugar es importante destacar que, no pocas veces, la dificultad de abstracción en una situación concreta, con el problema que puede derivarse, tiene su contrapunto o solución precisamente en su pensamiento concreto. Ejemplo:

Gabriel se confundió de autobús cuando iba a clase. Se subió a otro que no hacía el recorrido al que estaba acostumbrado. Cuando se dio cuenta, decidió quedarse dentro del autobús hasta llegar de nuevo al punto de partida para bajarse, y esperar al suyo. Pero no pensó en el tiempo que tardó en llegar a clase y la preocupación que suscitó al no avisar de su retraso.

En este caso, tanto la “representación mental” del recorrido de los autobuses, como la “vivencia temporal” del tiempo transcurrido y “caer en la cuenta” de cómo su retraso afectaba a quien le esperaba, muestran sus dificultades; pero también el aspecto positivo de saber cómo solucionar de un modo concreto, práctico, seguro, su propio problema.

Asociada a esta experiencia, que tiene mucho que ver con la orientación espacial, es la complicada interpretación de esquemas, mapas, o planos de recorridos del autobús o de calles de una ciudad, que dificultan la autonomía para desplazarse con seguridad. Es interesante otra anécdota vivida hace un tiempo.

Explicando las características de los jóvenes con síndrome de Down a un profesional, recién incorporado a nuestro trabajo, desde su conocimiento “teórico”, no le parecía posible que, siendo incapaces de tener claramente interiorizado su propio esquema corporal, los fallos cometidos repetidamente cuando se les indicaba, por ejemplo “señala tu ojo derecho con tu mano izquierda”, o enviándoles a un recado con indicaciones verbales como “gira a la derecha, después de dos calles, vete todo seguido y en frente encontrarás la tienda”... “¡Imposible! hacerse una representación mental de todo ello y realizar el recorrido... “Entonces, ¿cómo pueden ir solos?” ¡Gracias a su memoria “visual-espacial-concreta”! Compruébalo tú mismo. “Haz este recorrido con L., acompáñalo. Después dile que vaya solo”. Así fue, con éxito.

Muchísimas veces, los jóvenes han realizado acompañados los recorridos “habituales” en autobús o en la calle; y después la gran mayoría han sido y son capaces de realizarlos por sí mismos. Si, además, se les enseña cómo y a quién pedir ayuda en caso de que surja algún problema, estamos contribuyendo a que vivan su autonomía no sólo con seguridad, sino con bienestar personal.

Dificultad mayor es la de la representación mental de los continentes, países y ciudades, aunque hayan viajado. Pero para la mayoría, eso no afecta al funcionamiento de su vida cotidiana.

Representación del tiempo: el cálculo temporal

Como señalan los autores, otra de las dificultades que muestran las personas con síndrome de Down es el cálculo temporal. En ello se plantean confusiones y algunos problemas, no sólo con el futuro sino con el pasado. Algo sucedido hace años puede ser resumido con un “antes”. Pero “¿cuánto tiempo hace?...”. “No sé”. O con una expresión tan vaga como “cuando era más joven”, “cuando era adolescente”, “hace unos días”.

También pueden tener la dificultad para calcular por sí mismos el tiempo que emplean en su jornada laboral —idas y venidas incluidas—, o en sus horas en el Centro al que asisten. O si tienen que ir al cine. Y entonces lo que hacen es contestar “de memoria”. Por ejemplo, que tardan 5 horas, o que empiezan a trabajar a las 9 h y salen a las 13 h, o que salen de casa a las 8 y media y vuelven a las 14 h. ¿Y si hay cambios en los horarios? Vuelta a empezar para hacer el cálculo correcto y aprendérselo de memoria.

De nuevo, una anécdota puede ilustrar cómo encuentran soluciones por sí mismos, si previamente han adquirido ciertas habilidades.

Luisa tiene hipotiroidismo. Todos los días tiene que tomar una pastilla media hora antes del desayuno. Como no tiene hora fija de levantarse, cada día tiene que mirar al reloj analógico para ver a qué hora toma la pastilla y calcular cuándo puede desayunar. Ante la incapacidad de calcular “de golpe” esa media hora, se fija en la posición de la aguja minutería, va mirando de 5 en 5, hasta llegar a 30... y entonces “ve” a qué hora puede tomarla.

Otro joven utiliza la misma estrategia cuando realiza ciertos ejercicios de gimnasia para “calcular” los diez minutos de cada ejercicio. Mira su reloj analógico y cuenta “cinco, cinco” hasta que la aguja llegue al...

En ambas situaciones podrían utilizar un temporizador, pero con ello su propia actuación estaría más limitada. Personalmente creo que es mejor que, si pueden, lo solucionen por sí mismos pensando, calculando y observando ese movimiento de las agujas que les ayuda a vivir el trans-



curso del tiempo. En el caso del reloj analógico “ven” los números o el avance de las agujas. En el temporizador, analógico también, ven la cuenta atrás, con los números y las rayitas que marcan los segundos. Es preciso caer en la cuenta de que al mirar al reloj, lo más frecuente es que lo hagamos para saber cuánto tiempo nos falta para terminar algo, o de cuánto tiempo disponemos para llegar a un sitio, y lo calculamos rápidamente. No solemos mirar el reloj para decir son “las nueve y diez” o “las trece cuarenta y cinco”, salvo cuando alguien nos pregunta qué hora es.

Otro aspecto del cálculo temporal es el relacionado con la edad de las personas. Puede hacer sonreír al interrogador y desconcertar al interrogado: “¿Cuántos años te parece que tengo?” La contestación se “aproxima” a lo mejor en 20 años de más... o de menos que la real. Pero si se le dice: “¿Como tu madre, tu abuela, tu hermana...?”, entonces con esa referencia pueden decir con más acierto “¡como mi madre!”; y a lo mejor conocen también los años reales de esa persona.

Una anécdota ilustrativa del modo de encontrar soluciones relacionadas con el cálculo aritmético es la de un joven que tenía que felicitar a un amigo porque sabía que era su cumpleaños. No sabía los años que cumplía. Al preguntarlo en casa se le contestó: “Juan nació en el año 2005, y ahora como sabes estamos en el año 2021. Calcula tú los años que tiene”. Contestó: “¡UF!”. Se le dejó solo. Al cabo de un rato, dijo: “Cumple dieciséis!”, “¿Y cómo lo has calculado?”. Mostró una hoja en la que había escrito: 2006 - 2007 - 2008... así hasta 2021. “He escrito todos los años y los he contado. Son dieciséis”.

Es así como “veía” los años porque no podía hacerlo con los dedos, porque le faltaban, y no era capaz de calcularlos mentalmente contando hacia arriba, ni se planteó cómo solucionarlo con una resta. Pero supo solucionarlo.

Representación del dinero

En cuanto al conocimiento y uso del dinero, con formación adecuada y experiencias, manejan cantidades pequeñas para su uso cotidiano, como es pagar una consumición, ir al cine, comprar una revista, etc. Pero para la mayoría de las personas con síndrome de Down de las que hablamos, es difícil que calculen y se manejen con grandes cantidades, incluido lo que ganan, lo que ahorran, cuánto dinero necesitan para comprar algo no habitual, como ropa o calzado, etc.

No es infrecuente que dificultades desconcierten su entorno laboral. Si la persona habla y se maneja con soltura en su relación habitual, y no se conocen esas especiales características del síndrome de Down, a veces se les encarga responsabilidades que exigen pensamiento abstracto y que no son capaces de asumir. Por ello se les cambia de puesto laboral, o fracasan en dicha empresa, y deben dejar su trabajo con la consiguiente decepción y disgusto.

Para el uso habitual del dinero que van a utilizar para sus pequeños gastos, necesitan conocer bien el valor de los billetes y monedas reales y hacer prácticas de laboratorio con equivalencias y “es más, es menos”... Después, prácticas en tiendas, con acompañamiento. Un ejemplo, en el que se muestran las dificultades y, también, la ayuda de la sociedad, es el siguiente:

Una joven, acompañada por un educador, entró en un estanco para comprar un bonobús. La dependienta le dijo: “Son 3 euros”. La joven miró su cartera, y como no tenía 3 monedas de 1 euro dijo: “No tengo”. Dependiente y educador se miraron y entendieron, y la dependienta le preguntó: “¿Estás segura? No tenemos prisa. Mira a ver...”. Entonces se quedó pensando un ratito y dijo: “¡Ah, sí. Tengo un billete de 5 euros y 5 es más que 3”. Y se lo entregó muy satisfecha.

En sus pequeños gastos corrientes en una cafetería, o estanco, o cualquier otra tienda, aprenden a usar la estrategia de entregar un billete o moneda cuyo valor es más alto que el coste real. Confían en que les devolverán la cantidad correcta, como de hecho sucede habitualmente. En otras ocasiones, en las habituales por seguir sus propias rutinas de tomar siempre el mismo refresco y de acudir al establecimiento habitual, ya saben cuánto cuesta su consumición, y suelen llevar preparado el dinero exacto. Si no pueden hacerlo solos, se les ayuda, pero con práctica, aunque tengan dificultades e cálculo, el pensamiento concreto les ayuda a conocer y escoger las monedas y billetes necesarios.

Algunos disponen y usan una tarjeta de débito. En estos casos, conviene que se establezca con el banco la cantidad máxima de la que pueden disponer, para evitar un disgusto por extravío o sustracción de la tarjeta.

El lenguaje simbólico

Finalmente, me parece interesante añadir algún comentario en relación con el lenguaje simbólico —hablado y escrito—, dada la gran riqueza que contiene nuestro lenguaje y el uso frecuente de dichos, frases hechas, refranes, chistes, aforismos, metáforas, etc. También tiene una dimensión importante para quienes leen y pueden disfrutar de un buen texto literario en prosa o en verso.

Ese uso frecuente de dichos y frases, con términos simbólicos, puede suscitar malentendidos e incomodidad, porque las personas con síndrome de Down entienden literalmente —al pie de la letra— lo que se dice, como exponen los autores del trabajo que comentamos.

Esa comprensión literal puede hacer que, al no captar el contenido del mensaje “real”, se queden bloqueadas, serias, se sientan ofendidas, no sean capaces de decir “no entiendo, qué quieres decir con eso”, y pueden dar mala imagen de sí mismas.

Es evidente que sería tarea imposible explicar, de uno en uno, los muchos dichos y refranes que se usan con frecuencia en nuestro contexto cultural, pero sí puede hacerse una tarea informativa

y formativa de carácter general, explicando en qué consiste ese tipo de expresiones, eligiendo las más comunes y enseñando algunas de ellas con ejemplos.

Es bastante fácil que comprendan su significado si se les narra una situación en la que se usa esa expresión. Por el contenido de lo narrado, deducen el significado del dicho o palabra “simbólicos”. También se les puede orientar para que expresen con naturalidad que no han entendido.

En un centro escolar:

Un grupo de alumnos están en clase. Uno de ellos está mirando por la ventana y no atiende a la explicación del profesor. Éste le dice: “Marcos, ¿dónde estás? ¿Estás en las nubes?”... Incluso añade “¿Cuándo vas a sentar tu cabeza?”. Es muy probable que el compañero con síndrome de Down comprenda el significado general pero sin entender por qué esas expresiones: “¿cómo va uno a las nubes?, ¿qué es eso de sentar la cabeza? ¡La cabeza no se sienta!”.

En una empresa:

Oyó Pablo que un encargado decía a otro: “Ayer propuse a Teresa que clasificara y ordenara los papeles de la mesa. Lo hizo en un abrir y cerrar de ojos. Le felicité inmediatamente”. ¡Entendido! Sin embargo, a otro muchacho joven se le dijo: “Sé que van a cambiar de jefe en nuestra sección. Lo sé de buena tinta. Espero que nombren a Carlos”. Pensó y creyó que hablaban de algo escrito: ¿con bolígrafo o con rotulador? (al hablar de tinta...). Se sintió mal porque él no había leído eso y no sabía nada.

En el hogar o en una situación relajada de integración social (una tertulia, una merienda, una pequeña fiesta) alguien cuenta un chiste:

- ¿Por qué vas dando palmas por la calle?
- Para espantar a los elefantes.
- Pero ¡sí no hay ninguno!
- ¿Ves? ¡Funciona!

Es un ejemplo comprobado: los jóvenes con síndrome de Down no lo captaron.

Si se da una situación incómoda para la persona con síndrome de Down y no es necesario que intervenga en ese momento de la conversación, puede esperar y después pedir que le expliquen el significado.

Afortunadamente no suelen darse situaciones tan comprometidas como para que la persona sea juzgada como “incapaz” o “incompetente”. Tampoco es algo que sucede todos los días o con frecuencia. Pero conviene que estén preparados.

La lectura

En cuanto a la lectura de textos poéticos o de prosa, en los que hay muchas expresiones simbólicas, es cierto que no afecta en las relaciones sociales o laborales. Sólo afecta al lector, pero si se le ayuda y educa en la comprensión, la lectura se convertirá en una fascinante actividad de ocio que puede brindarle grandes satisfacciones personales y bienestar. Incluso algunas personas, aunque sean excepción, se sienten estimuladas y escriben sus propias historias y poemas con gran satisfacción personal. Supone también un valioso enriquecimiento cognitivo, incluso en la edad adulta en la que acrecienta su experiencia.

Vale la pena facilitarles y promover estas actividades literarias, por el enorme beneficio que les reporta en lo personal y en lo social

ALGUNAS RECOMENDACIONES PRÁCTICAS

De acuerdo con lo expuesto hasta aquí, ofrezco algunas recomendaciones prácticas nacidas del análisis y de la propia experiencia.

Calendario/Recordatorios

Un calendario grande, de pared o de mesa, en el que cada hoja sea un mes y contenga:

- los días de la semana escritos con letra completa y los días del mes con números claros.
- es muy útil que cada día tenga un espacio en el que pueda anotar distintos datos de actividades especiales, o citas, o cumpleaños, etc.

Una agenda personal también puede ayudar para ir “viendo” el transcurso de los días, semanas, meses.

Evidentemente, hay que practicar las nociones “antes y después”, “hoy, ayer, anteayer, pasado mañana”, “dentro de tres días”, “hace 4 días”, “el año que viene”...

Aprender desde niño los días de la semana, los meses del año, no sólo de memoria sino aprendiendo a calcular qué día de la semana será pasado mañana, o qué día será dentro de 5 días, o cuántos meses faltan para Navidad, etc.

Los relojes

Como ya he indicado anteriormente, los analógicos facilitan mejor la comprensión del transcurso de los minutos y las horas, así como el cálculo del tiempo que nos falta para...

Es conveniente disponer de uno grande de pared, con las rayitas de los segundos, con las tres agujas. Que las características para el reloj de “bolsillo” (o sea, de muñeca) y para el despertador sean similares. Todos tienen que facilitar la captación visual de un modo claro y, por tanto, el aspecto figura-fondo debe facilitar que haya un contraste claro entre el color de ambos: p. ej., fondo blanco y números y aguja negros o al revés.

El uso de reloj digital puede ser útil para algunos y complementar la Vivencia temporal, la actuación adecuada en algunas situaciones.

El temporizador

Para quienes tienen actividades personales y aficiones a las que deben dedicar un tiempo determinado, el temporizador puede ayudarles a “no estar pendientes del reloj”, sino a su propia actividad, hasta que transcurra esa media hora o quince minutos. Aquí la cuenta va hacia atrás.

Actividades de cálculo

Todo cuanto se programa para los niños, debe tener en cuenta el uso práctico de las nociones fundamentales. También debe tener en cuenta esa modalidad de entender lo que ven y la dificultad de transferir de un plano (esquema, dibujo, etc.) a una realidad concreta, y a la inversa. Ejemplo claro son las nociones alto-bajo, delante-detrás, anterior-posterior, arriba-abajo, dentro-fuera. ¿Qué significado tienen dibujados en papel, cuando en la gimnasia, en clase, en sus experiencias reales, es totalmente distinto estar delante-detrás, ser el primero o el último, estar dentro o estar fuera, antes o después si se refiere a días?

Es necesario que comprendan las nociones básicas del más-menos, añadir o quitar, etc., como paso para resolver problemas, y calcular; pero al mismo tiempo aprender a “contar de un modo memorístico del 1 al... que puedan ir llegando. Este aprendizaje conviene ir completándolo con el de contar de 5 en 5, de 10 en 10, para facilitar la etapa posterior de contar dinero (billetes de 5 euros y de 10), contar minutos, calcular el tiempo.

Desplazamientos

Tan pronto como sea posible, es útil realizar desplazamientos en la calle recorriendo los espacios que se usan habitualmente: ir al parque, a la tienda próxima donde se compra el pan o el periódico, etc.

Inicialmente debe seguirse la misma ruta acompañando al niño o joven, después irá solo —con seguimiento—. Poco a poco, a lugares más alejados, siempre haciendo que se fije (tienen buena capacidad para ello: memoria visual) en señales, o tiendas concretas por donde pasa, para que le sirvan de referencia.

De un modo semejante, se hará con el transporte público de los autobuses urbanos, metro, trenes de cercanías, y en los recorridos que la persona con síndrome de Down deba utilizar. Siempre hay que dar formación sobre cómo avisar si surge algún problema inesperado o despiste, y para evitar que alguien “les haga daño”. Está claro que los teléfonos móviles son los grandes aliados.

El teléfono móvil / celular

Conviene disponer de uno en cuanto sea posible y tengan que hacer algún desplazamiento solos. Sólo teléfono. Nada de internet. Y sólo para enviar y recibir llamadas, con marcación rápida de la familia, el centro y los servicios de urgencia.

El uso de internet merecería una completa consideración.

CONSIDERACIONES FINALES

Junto a los beneficios que reporta un buen desarrollo del pensamiento concreto, hemos repasado algunas de las dificultades que genera en la práctica diaria el difícil desarrollo del pensamiento abstracto, en clara relación con las deficiencias de las funciones ejecutivas. Son realidades propias del fenotipo conductual del síndrome de Down. No las presento como foto fija: hay que tenerlas en cuenta precisamente para trabajar en su desarrollo con los debidos programas de intervención, así como para evitar penosas consecuencias.

¿Hasta dónde se puede mejorar y ampliar la capacidad del pensamiento abstracto? La respuesta ha de ser muy individual. Depende de la propia capacidad de progreso de la persona, de la calidad educativa, precisa y adaptada, que vaya recibiendo en la familia y en la escuela, del apoyo en el trabajo, del interés de los profesionales. En cualquier caso, y a la vista de las crecientes oportunidades de autonomía, vida independiente e incorporación en comisiones de autodefensa o en comisiones de interés social y público, será muy importante tener en consideración y valorar previamente el grado en que la persona ha conseguido desarrollar su conocimiento abstracto. Sólo así podremos evaluar su capacidad para comprender las muchas ideas y propuestas que en tales circunstancias se presentan y se discuten, las cuales requieren un determinado nivel de discriminación y discernimiento para poder descubrir posverdades, intereses y manipulaciones.