

CAMBIOS EN LA SALUD PSICOLÓGICA DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 19

Querejeta, Maira; Marder, Sandra; Romanazzi, María Justina; Laguens, Ana
Comisión de Investigaciones Científicas de la provincia de Buenos Aires. Centro de Estudios en Nutrición y Desarrollo Infantil. La Plata, Argentina.

RESUMEN

Las transformaciones en la vida cotidiana de las familias y en sus vínculos sociales, originadas por el COVID y las medidas de cuidado, han producido inevitablemente efectos subjetivos en niños/as y adolescentes. El presente trabajo ha tenido por objetivo describir y analizar la información referida a la dimensión “Salud Psicológica”, recabada en la Encuesta Aislamiento e Infancia (ENCAI) administrada entre agosto y septiembre del 2020, a familias del Gran La Plata. Se reunieron 4008 encuestas, de manera online o impresa, a través de los establecimientos educativos a los que concurrían los niños/as y adolescentes. Los resultados más relevantes refieren a cambios en los estados de ánimo y comportamientos en la población infanto-juvenil como manifestaciones del malestar generado por la ruptura de la cotidianeidad debido al aislamiento social, preventivo y obligatorio. No obstante, se registraron modos de afrontar el malestar tales como: aceptar y ejercer los cuidados recomendados, buscar afecto y contención ante el miedo y/o la preocupación, expresar emociones y preguntar sobre el virus, participar en actividades sociales virtuales.

Palabras clave

Salud psicológica - Infancia - Adolescencia - Pandemia

ABSTRACT

CHANGES IN THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF CHILDREN AND ADOLESCENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

COVID originated transformations in the daily life of families, in their social ties, and care measures, inevitably producing subjective effects in children and adolescents. The objective of this work has been to describe and analyze the information referring to the “Psychological Health” dimension, collected in the Isolation and Childhood Survey (ENCAI) administered between August and September 2020, to families in Gran La Plata. 4008 online and telephone surveys were collected through educational establishments attended by children and adolescents. The most relevant results refer to changes in moods and behaviors in the child-adolescent population as manifestations of the discomfort generated by the breakdown of daily life as a result of preventive social isolation. However, ways of coping with discomfort were recorded, such as: accepting and exercising the recommended

care, seeking affection and containment in the face of fear and/or concern, expressing emotions and asking questions about the virus, and participating in virtual social activities.

Keywords

Psychological health - Childhood - Adolescence - Pandemic

Introducción

Ante la situación epidemiológica vinculada a la pandemia por Covid-19, en nuestro país, desde marzo del 2020 se han ido estableciendo diferentes fases que implican un conjunto de medidas de cuidado frente a la pandemia.

Estas medidas han generado cambios en la cotidianeidad vinculados con la convivencia de todos los familiares las 24 horas dentro del hogar, la modificación de rutinas y hábitos diarios, la incorporación imperativa de normas de higiene y proximidad, la falta de espacio y de posibilidades de movimiento y actividad física, la nueva escolaridad con modalidad híbrida (virtual-presencial), entre otras circunstancias. Estas transformaciones tuvieron efectos materiales, relacionales y subjetivos de diversa índole, en función de las características propias de cada etapa de la vida.

Con el propósito de registrar estos efectos, en este último tiempo se han publicado diferentes informes que han dado cuenta de los efectos del ASPO en los hogares a nivel nacional, focalizados en niñas, niños y adolescentes (UNICEF, 2020) y particularmente asociado al impacto emocional del ASPO (Canet Juric et al., 2020; Orgilés et. al., 2020; UNICEF, 2021).

En el mismo sentido, el presente trabajo tiene como objetivo describir la información referida a la dimensión “Salud Psicológica”, recabada en la Encuesta Aislamiento e Infancia (en adelante ENCAI) destinada a familias con niñas, niños y adolescentes en edad escolar, en los meses de agosto y septiembre del 2020. Se enmarca en un proyecto de investigación más amplio que se ha propuesto relevar las condiciones de vida y los cuidados de niños/as y adolescentes durante el ASPO, llevado a cabo por el equipo interdisciplinario del Centro de Estudios en Nutrición y Desarrollo Infantil (CEREN) de la Comisión de Investigaciones Científicas (CIC) de la Provincia de Buenos Aires (Nota 1).

Método

Diseño: Estudio descriptivo mediante encuesta online y/o telefónica con muestreo representativo probabilístico por conglomerados de escuelas públicas y privadas de los tres niveles educativos (21 de nivel inicial, 38 de nivel primario y 24 de nivel secundario) del Gran La Plata (Nota 2), provincia de Buenos Aires. El 62.6% de las encuestas fueron realizadas por familias que asistían a instituciones escolares del ámbito público y el 37.4% del ámbito privado.

Participantes: 4008 madres, padres y/o cuidadores de niños/as y adolescentes de 3 a 17 años del Gran La Plata, provincia de Buenos Aires, Argentina. Las/os informantes fueron mayormente madres (90%) con una edad promedio de 37 años. En cuanto a los niveles educativos alcanzados por las madres entrevistadas, 50.4% posee educación superior (completa o incompleta), 39.7% educación secundaria (completa o incompleta) y 9.8% educación primaria. El 80% de las familias encuestadas vivía en una casa o departamento con patio o terraza y un 76% informa que los ingresos recibidos durante el período del ASPO fueron insuficientes para cubrir los gastos del hogar.

Instrumentos: La ENCAI es una encuesta autoadministrada online a través de formulario de google docs que consiste en 94 preguntas de opciones múltiples. Si bien la ENCAI indaga diferentes dimensiones (Nota 3), en el presente trabajo se consideran las 9 preguntas correspondientes a la dimensión de salud psicológica que refieren a: a) presencia de cambios en el carácter de los niños/adolescentes; b) estados anímicos prevalentes y situaciones que describen su comportamiento durante las últimas semanas; c) calidad de sueño y cambio en dichos hábitos, d) estados anímicos del respondiente/cuidador, e) estrategias parentales para atender las manifestaciones de los niños/adolescentes en relación con el ASPO y f) creencia sobre la permanencia en el tiempo de los cambios.

Procedimientos: Durante el mes de abril de 2020, se realizó un estudio piloto con el objetivo de lograr la puesta a punto del instrumento de recolección de datos. Una vez obtenida la autorización por parte de la Dirección General de Escuelas de la Provincia de Buenos Aires, se llevaron a cabo entrevistas con directivos de establecimientos educativos del ámbito público y privado pertenecientes a los tres niveles y se solicitó su colaboración para la distribución de la ENCAI. La encuesta fue respondida por madres, padres y cuidadores durante los meses de agosto y septiembre de 2020. Al finalizar la recolección de datos se elaboraron informes generales por escuela y se realizaron las correspondientes devoluciones a los directivos.

Para el análisis de la información se han considerado las respuestas de la totalidad de las informantes así como sus variaciones según el nivel de escolaridad de los niños/as y adolescentes (inicial, primaria o secundaria), localidad y nivel educativo de los respondientes.

Resultados

A continuación se presentan los resultados más relevantes referidos a los aspectos indagados de salud psicológica a través de la ENCAI.

a) Presencia de cambios en el carácter o temperamento de niños/as y adolescentes durante el ASPO. El 63.8% de los/as cuidadores/as encuestados registró la presencia de cambios en el carácter o temperamento de sus hijos/as. Ese porcentaje (alrededor del 60%) se mantuvo en los distintos distritos y niveles escolares del ámbito público y presentó un aumento en el ámbito privado (70%).

b) Estados anímicos prevalentes, situaciones y comportamientos que describen la experiencia de niños/as y adolescentes durante el ASPO. Los/as cuidadores/as identificaron como preponderantes los siguientes estados anímicos: aburrimiento (44.3%) e inquietud/intranquilidad (32.7%). También caracterizaron predominantemente a sus hijos/as como demandantes o dependientes (29.8%).

Los estados de ánimo principales variaron según el nivel educativo: en la secundaria, prevalecieron el desgano/desinterés (27.8%) y la angustia (14.2%), mientras que en inicial y primaria se replicó la tendencia general.

En cuanto a situaciones que describen la experiencia del niño, niña o adolescente en las últimas semanas del (ASPO), la “dificultad para concentrarse en las actividades” apareció en primer lugar (70% de los casos). De ese porcentaje, además, cerca de la mitad de los respondientes señaló que esta situación se presentaba con frecuencia. Otras situaciones que se reportaron en más del 60% de los casos fueron: “comer de más”, “preocuparse cuando alguien de la familia salía de la casa” y “tener miedo a la infección por SARS-CoV-2”. Aunque en menor medida que las anteriores, el discutir con facilidad con el resto de la familia fue una situación señalada en más de la mitad de los casos. Sin embargo, de ese total, sólo en un tercio de los casos la situación fue reportada como frecuente. Cerca de la mitad de los respondientes informó que los niños/as o adolescentes se habían desbordado injustificadamente (47.2%) y que habían realizado preguntas o manifestado preocupación por la muerte (46%). En ambos casos, alrededor del 20% reportó estas situaciones como frecuentes.

Si se consideran las respuestas en función del nivel educativo al que concurría el/la niño/a o adolescente, la “dificultad para concentrarse en las actividades” fue informada en mayor medida para los/as niños/as de nivel primario. Lo mismo sucedió con respecto a la situación de “comer de más” y “preocupaciones o preguntas sobre la muerte”. Las “preocupaciones cuando algún familiar sale de la casa”, el “miedo a la infección por el virus” y el “discutir con facilidad con el resto de la familia” aparecieron en mayor proporción en adolescentes y niños/as de nivel primario y adolescentes en comparación con los/as niños/as que asis-

tían a nivel inicial. Los “desbordes injustificados” fueron reportados mayoritariamente en niños/as de nivel inicial y primario mientras que los adolescentes presentaron más “quejas físicas como dolor de cabeza o de panza” según los respondentes.

En cuanto a los comportamientos que describen la experiencia de niño/as y adolescentes en las últimas semanas del ASPO, el 95% de los respondentes registró la aceptación y ejercicio de los cuidados recomendados, el 70% comportamientos tales como “buscar afecto”, “participar en actividades sociales sosteniendo los vínculos de manera virtual” y “destacar el lado bueno de estar en casa aunque extrañaran sus rutinas anteriores”. Alrededor del 50% de los informantes también reportaron otros comportamientos que pueden asociarse a modos de afrontar el malestar generado por el virus y el aislamiento: “sentirse tranquilo y hablar seguido de sus sentimientos” o “preguntar por el coronavirus”. Más de la mitad, sin embargo, informó también que los/as niños/as y adolescentes preferían quedarse en casa evitando las salidas permitidas.

Algunos de los comportamientos de los/as niños/as y adolescentes reportados por los informantes presentaron diferencias según la edad. La “búsqueda de afecto” apareció en mayor proporción en niños/as que asistían a nivel inicial y primario. Los adolescentes, por su parte, fueron quienes mayoritariamente participaron en actividades sociales sosteniendo sus vínculos de manera virtual (chat, videollamadas, juegos en red). Por otra parte, mientras los más pequeños (nivel inicial) fueron quienes en mayor medida se sintieron tranquilos y parecieron no preocuparse por la situación, los más grandes (nivel primario y secundario) fueron quienes mayoritariamente destacaron el lado bueno de estar en casa y prefirieron quedarse evitando las salidas permitidas.

Al tomar en cuenta el nivel educativo del respondente, se observó que el porcentaje de respuestas “actúa como si nada estuviera pasando” referidas a los niños/as y adolescentes, decrece a medida que aumenta el nivel educativo del informante. Lo mismo sucedió con la respuesta “se siente tranquilo y parece no preocuparse por lo que está pasando”.

c) Modificaciones en las rutinas y el hábito del sueño durante el ASPO. El 61% de los/as informantes manifestó transformaciones significativas en las rutinas familiares durante el ASPO, particularmente en los hogares de niños/as que asistían al nivel primario. Asimismo, los/as cuidadores/as reportaron modificación de los horarios de sueño (94%) e incremento de las horas de sueño en relación con los hábitos previos al ASPO (72.5%). Un porcentaje menor pero aún alto (43%), informó que sus hijos tuvieron problemas para conciliar el sueño durante el aislamiento, seguido por quienes empezaron a despertarse por las noches (34.5%), registrándose el porcentaje más alto en los niños que asisten al nivel inicial (39.8%). En relación con la aparición de pesadillas, hay una frecuencia mayor en los niños más pequeños (26.4%), quienes también manifestaron dificultades para

dormirse (30.6%). Una mención especial merece lo informado por las familias de adolescentes: 37% ha manifestado despertarse por las noches y 47%, problemas para conciliar el sueño.

d) Estados anímicos del respondente/cuidador durante el ASPO. Una amplia gama de estados de ánimo se reconoce en la experiencia de los/as adultos/as encuestados (en su mayoría madres) durante la pandemia y el aislamiento (ASPO). Los estados de ánimo que mejor describían su experiencia se vincularon con nerviosismo y estrés (44,5%), ansiedad e impaciencia (43,3%), posiblemente en función de la sobrecarga de tareas, la situación económica y la incertidumbre frente al futuro. En menores porcentajes aparecieron insomnio o problemas con el sueño (27%), tranquilidad (25,7%), tristeza (23,5%), aburrimiento (23,6%) y optimismo (17,5%).

e) Estrategias parentales para atender las manifestaciones del niño, niña o adolescente en relación con el ASPO. En cuanto a las estrategias que han llevado adelante los padres para atender las manifestaciones de sus hijos durante el aislamiento, en la ENCAI se mencionaron estrategias ligadas al diálogo, brindar información (37.6%) y generar condiciones para expresar los sentimientos a través del lenguaje y otras manifestaciones lúdico/artísticas (10,4%), estrategias de distracción de esas manifestaciones con otras actividades (23,4%) y finalmente estrategias más sociales que apuntan a la comunicación virtual con familiares y amigos (14%) y visitas (5,4%).

f) Permanencia de los cambios manifestados por el niño, niña o adolescente a partir del ASPO. El 75% de los encuestados expresó creer que los cambios observados en sus hijos no permanecerán en el tiempo y que estos volverían a ser los mismos rápidamente, mientras que un 9.2% manifestó que los cambios sí perdurarán. El porcentaje de respuestas que expresó la creencia de que los cambios no permanecerán en el tiempo aumentó con el nivel educativo de los respondentes.

El 20.7% expresó “no saber si permanecerán o no los cambios”, lo que puso de manifiesto un índice considerable de incertidumbre en relación con lo que sucederá. Dicha incertidumbre apareció en un porcentaje más alto de respuestas entre los informantes de niveles educativos más bajos.

Conclusiones

El presente trabajo ha tenido por objetivo describir y analizar la información referida a la dimensión “Salud Psicológica” recabada en la Encuesta Aislamiento e Infancia (ENCAI), realizada en el Gran La Plata.

Entre los estados anímicos preponderantes en las semanas consultadas se mencionaron el aburrimiento, seguido por la intranquilidad y la sobredemanda de los niños hacia los familiares a cargo, con diferencias según la edad de los niños. Se reportó un alto porcentaje de niños y adolescentes que presentó difi-

cultades en la concentración para el estudio, comió de más y se desbordó emocionalmente. Como manifestación relacional, los niños buscaron afecto y aceptaron mantener los vínculos sociales de modo virtual en la medida de lo posible.

Por otra parte, se registraron modificaciones en las rutinas familiares y en los hábitos cotidianos, como por ejemplo una mayor cantidad de horas de sueño que, paradójicamente, se acompañó de problemas para conciliar el sueño (sobre todo en adolescentes) y aparición de pesadillas (particularmente en los niños pequeños).

No obstante, los mismos/as cuidadores destacaron en su mayoría, la transitoriedad de dichos cambios y la posibilidad de afrontarlos a través de estrategias ligadas al diálogo, la protección y la necesidad de brindar información a sus hijos sobre lo que se está viviendo.

Estos hallazgos coinciden en general con otras investigaciones llevadas adelante en otros países (Orgilés et. al., 2020) y en el nuestro (Canet Juric et al., 2020; UNICEF, 2021), aunque existen diferencias en cuanto al modo de interpretar los cambios en los estados de ánimo y comportamientos. Desde nuestro punto de vista, dichos cambios no constituyen en sí mismos cuadros clínicos ni revisten carácter patológico, más bien se trata de manifestaciones del malestar generado por una situación inédita y extraordinaria como lo es la pandemia. En este sentido, es recomendable evitar diagnósticos apresurados o no fundamentados en torno a los efectos subjetivos del aislamiento y consultar con un/a profesional de la salud, si persisten o se intensifican algunas de dichas manifestaciones.

Por último, uno de los objetivos de la investigación ha sido inferir, a partir de los resultados de la ENCAI, medidas que colaboren con la prevención en salud de la población infanto-juvenil. En este sentido, citamos un reciente informe de UNICEF (2021) que presenta diez mensajes clave en torno al cuidado del bienestar emocional en la primera infancia, que podría ser replicable para la niñez y la adolescencia en general (UNICEF, 2021). Entre otras acciones, el decálogo menciona: comprender que las reacciones de los niños y niñas con respecto a la pandemia pueden variar, asegurar la presencia de un cuidador sensible y receptivo, entender que el distanciamiento social no debe significar aislamiento social; crear un entorno físico y emocional seguro con la práctica de la tranquilidad, las rutinas y la regulación; crear oportunidades para que los cuidadores se cuiden a sí mismos y enfatizar las fortalezas, la esperanza y la positividad aún frente a la adversidad.

NOTAS

1. Programa de articulación y fortalecimiento federal de las capacidades en ciencia y tecnología COVID-19. Título del Proyecto: "Condiciones de vida de los hogares y cuidados frente al aislamiento social preventivo y obligatorio por COVID-19 en La Plata, Berisso y Ensenada. Estado de situación del bienestar infantil y propuestas". Directora: Dra. Susana Ortale. Identificación de proyecto: BUE 35. Resolución de Adjudicación N° 170/2020 Anexo IF-2020-37418385-APN-SSFCTEI#MCT
2. La región del Gran La Plata incluye los distritos de La Plata, Berisso y Ensenada. Está compuesto por la población urbana del partido de La Plata, Ensenada y Berisso. En el censo de 2010 se contabilizaron 787.294 habitantes en su zona urbana, totalizando 799.523 si se incluyen los residentes en áreas suburbanas, concentrada particularmente en La Plata. Ensenada y Berisso ocupan franjas costeras sobre el Río de La Plata; el partido de La Plata se extiende al sur de ellas.
3. Dimensiones de la encuesta general: valoración de las normativas; información sobre COVID; cercanía con población de riesgo o infectada; preocupaciones y prácticas de cuidado; contexto hogareño y programas de protección social; organización doméstica y vida cotidiana; salud; salud psicológica; alimentación; sueño; escolarización; actividad física y recreación.

BIBLIOGRAFÍA

- Canet-Juric, L., Andrés, M. L., Del Valle, M., López-Morales, H., Poó, F., Galli, J. I., y Urquijo, S. (2020). A longitudinal study on the emotional impact cause by the COVID-19 pandemic quarantine on the general population. *Frontiers in Psychology, 11*, 2431.
- Orgilés M., Morales A., Delvecchio E., Mazzeschi C. and Espada J.P. (2020). Immediate Psychological Effects of the COVID-19 Quarantine in Youth From Italy and Spain. *Front. Psychol. 11*:579038. doi: 10.3389/fpsyg.2020.579038
- UNICEF (2020). Encuesta de Percepción y Actitudes de la Población. Impacto de la pandemia y las medidas adoptadas por el gobierno sobre la vida cotidiana de niñas, niños y adolescentes. <https://www.unicef.org/argentina/comunicados-prensa/covid-19-unicef-encuesta-percepcion-poblacion>
- UNICEF (2021). Primera infancia. Impacto emocional Pandemia. Unicef Argentina. Buenos Aires. <https://www.unicef.org/argentina/informes/primera-infancia>