



CONFINAMIENTO, EL TEST DE LAS FAMILIAS

En contacto con el pediatra

Dra. M^a del Mar Clavera Roger

► Pediatra especializada en Psiquiatría Infantojuvenil



La situación de convivencia tan excepcional que estamos viviendo en los últimos meses a causa del covid-19, nos ha obligado a todos a un enorme reajuste en el modo de vida, y en muchos sentidos nos ha puesto a prueba.

Se empiezan a conocer los primeros datos de cómo está afectando al colectivo de pacientes de Salud Mental Infantojuvenil, y algunos son muy ilustrativos. Resulta que un 30% han mejorado estando en casa, algunos han empeorado, y hay un 35% que han aumentado sus niveles de ansiedad, en correlación directa con el estrés de sus padres. Esto último parece muy lógico, pero da que pensar la mejoría de los otros. Es posible que en gran parte se deba a la brusca disminución en la exigencia académica y de obligaciones en general. Las agendas de nuestros chicos solían estar repletas y muchos de ellos se sienten sobreexigidos. También los niños con dificultades de adaptación social o trastornos de conducta parecen beneficiarse de esta situación. Y es muy probable que la mayor presencia e implicación de los padres con sus hijos en casa, esté actuando como un factor de protección y de mayor calidad de vida para ellos.

Otra cosa sorprendente ha sido que, en general, los adolescentes se han adaptado bien a la situación. Hasta el punto de que incluso cuando se ha abierto la posibilidad de salir de casa muchos de ellos no la han aprovechado. Parece que han conquistado su espacio de intimidad en su habitación y se han adaptado perfectamente a basar su ocio, también su actividad física y su vida social a través de los multimedia.

Para mí los padres ahora son otros de los héroes de esta pandemia, pues a toda la presión sanitaria, laboral y económica tienen que sumar los malabarismos para la atención de los hijos.

Pensemos en el gran papel de la escuela y actividades extraescolares como organizadores de la vida laboral de tantas familias, especialmente de las madres. En muchos casos es incompatible para ellas trabajar si no hay actividad escolar. A todas les ha afectado, y una vez más se evidencia la discriminación de género en la conciliación familiar. En el caso de las progenitoras únicas el problema es especialmente grave. Hay una dicotomía endiablada, tanto en las que se han quedado sin trabajo como las que han tenido que renunciar por ser incompatible con el cuidado de los hijos, como en las que pueden teletrabajar. Todas viven ese plus de estrés y saturación, ya que no es menor la angustia por la carencia económica que viven las que han quedado sin ingresos.

Pero si hay un pieza clave que hace tambalear toda nuestra organización social ahora, son los abuelos. Cuantos progenitores se han apoyado en ellos, en mayor o menor medida, para el cuidado de los niños mientras ellos trabajan. Es un hecho diferencial en nuestro país con respecto a otros europeos, que precisamente ha contribuido a la diseminación del covid-19 a los mayores, procedente de los nietos. Enseguida llegará el verano, y todavía quedará más patente que su ausencia impedirá que muchas madres puedan reincorporarse al trabajo.

Esta es nuestra realidad, y no hay otra que asumirla. Vendrán tiempos mejores, pero hasta entonces quiero enviar



En general, los adolescentes se han adaptado bien a la situación.

Los padres son otros de los héroes de esta pandemia, pues a toda la presión sanitaria, laboral y económica tienen que sumar los malabarismos para la atención de los hijos

un mensaje de ánimo y reconocimiento por el trabajo bien hecho a las familias. Creo sinceramente que están pasando el test del confinamiento con muy buena nota.