

Estudio "Cuidemos a nuestros niños", realizado por especialistas de distintos centros locales:

Los preescolares en Chile presentan más actitudes desafiantes y agresivas en pandemia

El 85% de los cuidadores indica que ha aumentado el nivel de demanda de los menores y el 75% ha notado mayor reactividad emocional. La falta de socialización sería clave.

JANINA MARCANO

Amás de dos años de la pandemia de coronavirus, la ciencia ha acumulado vasta evidencia sobre cómo el fenómeno ha afectado la salud mental de distintos grupos etarios, incluidos los niños.

Ahora, un estudio realizado en Chile indica que incluso los menores en etapa preescolar presentan alteración de las emociones asociada a la emergencia sanitaria.

Esta es la conclusión de la tercera parte del estudio "Cuidemos a nuestros niños", realizado por un equipo multidisciplinario compuesto por psicólogos, psiquiatras, académicos e investigadores de distintas instituciones del país. Entre ellas están la Universidad Adolfo Ibáñez (UAI), la Fundación José Ignacio, Theraplay Chile y la Universidad del Desarrollo (UDD).

Tras encuestar a 2.500 familias de 16 regiones del país con hijos de entre 0 y 6 años, los investigadores hallaron lo siguiente: 85% de los cuidadores señala que ha aumentado el nivel de demanda de los menores, mientras que 75% ha notado niveles más altos de reactividad emocional y 60% refiere ver a los niños con actitudes más desafiantes.

Además, el 42% de los participantes dice que los niños están peleando más, el 37% reporta más conductas agresivas físicas y el 32% dice que iniciaron o se elevaron conductas regresivas, como comportarse o hablar como alguien menor a su edad o pedir que le den la comida después de que ya comía solo.



Los niños muestran el miedo o el estrés de forma distinta según su edad. En la etapa preescolar, estos suelen externalizarlo con conductas disruptivas, como agresividad o regresión en su comportamiento, dicen los expertos. La contención de los padres es esencial.

"Algunas de las motivaciones de esta parte del estudio nacieron de la inquietud de colegas que estaban viendo estas alteraciones en la clínica y padres preocupados por las actitudes que estaban presentando estos niños más chicos", comenta la psicóloga Josefina Escobar, académica de la UAI y coautora del trabajo.

"Una explicación es que los niños más pequeños demuestran el estrés o el miedo con conductas disruptivas y externalizantes y una hipótesis es que la falta de socialización que han tenido por

la pandemia, al no ir al jardín, por ejemplo, es algo que les puede haber afectado", añade.

Situaciones estresantes

Ximena Pereira, psicóloga y académica de la UDD, quien también participó en el estudio, explica que la socialización es un elemento fundamental en la etapa preescolar que permite desarrollar las habilidades socioemocionales y la autorregulación.

"Los niños de cinco y seis años quizás alcanzaron a ir al jardín,

pero tuvieron mucho menos socialización con sus pares de lo normal, mientras el grupo de tres y cuatro años es más complejo porque muchos ni alcanzaron a empezar esa socialización, este espacio emocional clave, y son los que presentan específicamente más reactividad", comenta Pereira. Ella también cree que esta sería una causa principal de los hallazgos.

Pablo Espoz, psiquiatra infanto-juvenil de Clínica Dávila, postula que los resultados eran esperables "porque si bien para todo

el mundo es difícil lo que está ocurriendo, los niños en estas edades no tienen desarrolladas todas sus capacidades para adaptarse a situaciones externas atemorizantes y estresantes".

Espoz explica: "Ellos entienden lo que está ocurriendo dentro de su nivel de desarrollo, es decir, si ven a sus padres preocupados, más ansiosos o constantemente alterados por las noticias, ellos van a entender que está ocurriendo algo y van a sentir temor o angustia, y una forma de expresarlo es con las conductas

Cómo ayudarlos

Los especialistas entrevistados entregan las siguientes estrategias para ayudar a los niños a salir de estados emocionales alterados:

- **Anticiparles las situaciones.** "Si está jugando, podemos decirle que le quedan cinco minutos para ir a bañarse y eso le da un tiempo para procesar", explica Pereira.
- **Evitar cambios bruscos de rutina.**
- **Acompañarlos y decirles que entienden cómo se sienten.**
- **Evitar mostrar una actitud a la defensiva.**
- **Abrir espacios para hablar de las emociones y preguntarles cómo se sienten.**

que se ven en el estudio".

El médico concuerda en que la socialización es un elemento crucial en el desarrollo. Y dice: "Lo que esta investigación sugiere es que no haber tenido socialización en buena medida en la pandemia tuvo repercusiones en los estados emocionales de los niños".

Para poder manejar la situación, es necesario entregarles a los menores seguridad emocional a través de varias estrategias (ver recuadro).

Por otro lado, añade Pereira, es clave que los padres reconozcan que se trata de un fenómeno asociado a la pandemia y no a una situación particular de su hijo.

"Internalizar que no somos los únicos también permite bajar los niveles de estrés y estar más autorregulados para poder ayudar a los hijos", puntualiza.