

Artículo. Número especial  
'Etnografías de la pandemia por  
coronavirus'

## Impacto emocional y crianza de menores de cuatro años durante el COVID-19

CECILIA SERRANO-MARTÍNEZ<sup>1</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-3154-8082>

Universidad de La Rioja, España



### Resumen

La crianza genera oportunidades de aprendizaje e interacciones y la familia tiene una influencia directa en el desarrollo socioafectivo durante la infancia. La investigación analiza 682 respuestas de una encuesta realizada a familiares de menores de cuatro años, en situación de confinamiento, durante la pandemia del COVID-19 en España. Los objetivos son descubrir diversas prácticas de crianza e indagar sobre el impacto emocional. Los principales hallazgos muestran la utilidad de las rutinas, la realización de actividades lúdico-educativas y la resiliencia en los menores. El confinamiento dificulta conciliar el trabajo con la crianza, pero es considerado una oportunidad para estar en familia.

**Palabras clave:** crianza; confinamiento; impacto emocional; infancia; familia; COVID-19.

**Abstract:** *Emotional impact and upbringing of children under four years old during COVID-19*

Upbringing creates learning opportunities and interactions, and family has a direct influence on socio-affective development during childhood. This research analyses 682 responses from a survey carried out on family members of children under four

---

<sup>1</sup> Contacto: Cecilia Serrano-Martínez – [cecilia.serrano@unirioja.es](mailto:cecilia.serrano@unirioja.es)

years old, in a confined situation, during the COVID-19 lockdown in Spain. The goals are to discover several parenting practices and inquire about its emotional impact. The main findings show the utility of routines and the performance of playful-educational activities, and resilience in infants. Confinement makes it difficult to find a balance between work and family life, but it is considered an opportunity to be with family.

**Keywords:** upbringing; confinement; emotional impact; childhood; family; COVID-19.

## 1. Introducción

La familia garantiza el desarrollo personal, social y cognitivo del ser humano (Muñoz, 2005), y es un agente de socialización primaria que propicia la crianza y la educación de los individuos. El cuidado de los menores, además de cubrir sus necesidades fisiológicas (Maslow, 2001), ha de fomentar un adecuado desarrollo psíquico y físico. La crianza "involucra una serie de aspectos relacionados con el pensamiento, la cultura y la sociedad" (Infante Blanco y Martínez Licona, 2016, p. 32), y genera oportunidades de aprendizaje e interacciones que estimulan el desarrollo y la construcción de la identidad del niño.

La familia tiene una influencia directa en el desarrollo socioafectivo durante la infancia ya que se adquieren valores, normas y roles, habilidades sociales, manejo de conflictos y regulación emocional, entre otras (Cuervo Martínez, 2010). En este punto es vital la parte emocional, sobre todo en un marco en el que existe una escasez de experiencias fuera del ámbito privado. En cuanto al clima dentro del hogar, Oliva, Parra y Arranz (2008) incluyen una perspectiva multidimensional de la crianza, abogando por unos estilos parentales basados en la comunicación, apoyo, afecto y promoción de la autonomía.

Los objetivos del estudio se centran en descubrir diversas prácticas de crianza realizadas entre diferentes familias e indagar sobre el impacto emocional en los menores de cuatro años, durante el periodo de confinamiento motivado por la pandemia del COVID-19 en España. La investigación presentada es el análisis de 682 respuestas de una encuesta realizada a familiares de menores cuatro años, que se encuentran en estado de confinamiento en los hogares, durante la pandemia del

coronavirus (COVID-19) en España. Las respuestas se recogieron a partir del décimo día, tras declarar el estado de alarma<sup>2</sup> el 14 de marzo de 2020.

## 2. Metodología de la investigación

Los sujetos de análisis del presente estudio son familias con menores de cuatro años a su cargo. Se ha seleccionado esta cohorte de edad por encontrarse en los primeros años de vida, en los que la crianza es más intensa. Concretamente, a nivel cognitivo (Piaget e Inhelder, 2007), se encuentran en la etapa sensoriomotora (0-2 años) y en el estadio preconceptual (2-4 años), incluido en la etapa preoperacional.

La metodología utilizada ha sido la realización de una encuesta, con preguntas abiertas y cerradas, utilizando la herramienta informática *Google Forms*. Del mismo modo, se ha recogido una muestra fotográfica con escenas cotidianas en los hogares con la intención de ilustrar diversos momentos del espacio privado. El cuestionario fue difundido a través de redes sociales a diferentes grupos y asociaciones de familiares de menores de cuatro años, como: centros educativos infantiles, AMPAS de colegios, niños prematuros, grupos específicos de crianza (madres portadoras, lactancia), etc. El alcance de la encuesta ha superado la previsión inicial, ya que se ha ido compartiendo a través de WhatsApp y redes sociales (Twitter y Facebook) y, utilizando la metodología de bola de nieve mediante un muestreo exponencial, ha llegado a diversidad de Comunidades Autónomas españolas, tales como: La Rioja, Aragón, Comunidad Valenciana, Castilla y León, Cataluña, Comunidad de Madrid, País Vasco, Andalucía y Navarra; siendo las dos primeras en las que se realizó una mayor divulgación. Asimismo, en la muestra hay participantes tanto del medio urbano como del medio rural y, como aspecto a destacar, la participación por género ha sido fundamentalmente femenina.

El estado de alarma en España se declara el sábado 14 de marzo de 2020. La difusión del cuestionario se realiza el martes 24 de marzo, a 10 días del inicio, y la recogida de respuestas finaliza el 4 de abril; lo cual se corresponde con el periodo temporal de la segunda y la tercera semana de confinamiento en los hogares. Se reciben un

---

<sup>2</sup> Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

total de 682 respuestas. El perfil de las personas participantes es: 91,5% mujeres, 7,5% hombres y 1% que prefiere no decirlo. En cuanto a la edad, las proporciones mayoritarias se reparten del siguiente modo: 45,2% tienen 35-39 años, 29% tienen 30-34 años y 16,1% tienen 40-44 años. En cuanto al tipo de familia, el 91,9% es nuclear, seguida de monoparental (2,9%) y de padres separados (1,6%). El resto de porcentajes se reparte entre familias reconstituidas, homoparental, extensa y numerosa. El número de hijos menores de cuatro años por hogar es: 77,1% de las familias tiene uno, 20,8% dos, 0,9% tres, y 1,2% de cuatro en adelante<sup>3</sup>.

### 3. Resultados

La crianza durante el confinamiento tiene la principal característica de la intensidad emocional en los cuidados, ya que el contacto entre menores y adultos se amplía a las 24 horas del día dentro del ámbito privado del hogar; es decir, no se dispone del exterior como recurso para el juego y el desarrollo psicosocial y motor. El 79,5% de los menores no han salido del hogar en ninguna ocasión. El 20,5% restante indican haber sacado a sus hijos del hogar en ocasiones justificadas (visitas médicas, vacunas, urgencias y régimen de visitas con un progenitor) y puntuales (realizar la compra, bajar la basura, sacar al perro, ir a casa de los abuelos, etc.). El tamaño y los recursos de los que dispone la vivienda son elementos que facilitan, en mayor o menor medida, la experiencia, véase: disponer de jardín, terraza o balcón, frente a no tener ningún espacio para que sus hijos estén en el exterior y/o vivir en una casa de dimensiones reducidas.

---

<sup>3</sup> En cuanto al número de hijos menores de edad (18 años) por hogar, es el siguiente: 48,7% un hijo, 45,3% dos, 4,8% tres y 1,2% cuatro o más de cuatro hijos.



**Figura 1:** Niña de dos años jugando en su terraza. Autora: A.P.N. (Madre)

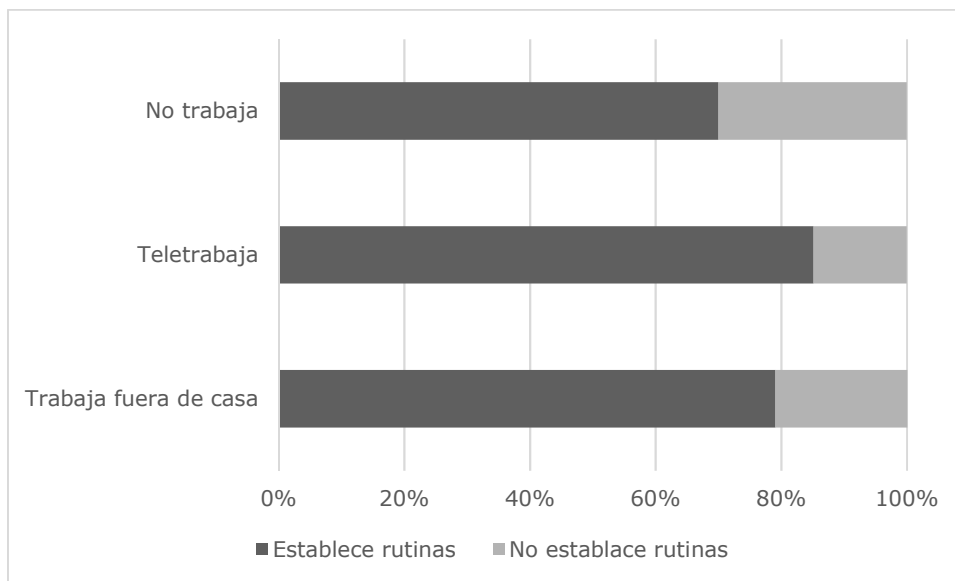
Asimismo, existen diferencias por edad, ya que los menores de dos años no reclaman tanto el juego en el exterior, frente a los niños de 2-4 años que ansían el juego al aire libre.

“Mi bebé tiene 21 meses y no entiende todavía que tenemos que estar en casa y por qué, él no reclama el salir a la calle, lo que le pasa es que quiere más atención y más mimos, tiene más momentos de aburrimiento y te reclama mucho y lloriquea por cualquier cosa”.

El ejemplo anterior también vislumbra la capacidad de comprensión de la situación entre los menores, según su edad y su madurez. Los resultados más llamativos tienen que ver con las rutinas llevadas a cabo en el hogar y con el impacto emocional que el confinamiento ha ejercido en los menores.

### **3.1 Rutinas y prácticas de crianza durante el confinamiento**

Las rutinas son un elemento clave en el 80,1% de las familias encuestadas, frente a 19,9% que no tienen unos hábitos concretos. En el caso de las personas que trabajan fuera de casa (ver figura 2), el 79,1% de las mismas establece rutinas y, en el caso de aquellos que teletrabajan, la proporción asciende al 85,2%. Cuando se dispone de mayor tiempo para la crianza, debido a que el adulto no ejerce ninguna actividad laboral, el establecimiento de rutinas desciende al 70%.



**Figura 2:** Establecimiento de rutinas, en función de la situación laboral. Elaboración propia.

En la mayor parte de los casos tratan de mantener el horario que tenían antes del confinamiento, dedicando tiempo al descanso y al juego.

“La misma que un día normal, levantarse, desayunar, afeitarse, vestirse, jugar, hacer manualidades, comer, algunos días un ratito de siesta, merendar sobre la misma hora de siempre, ejercicio físico con juegos y aprendizaje, baños, cena, cuento y a dormir”.

El uso del cuento antes de dormir, aparece como un recurso clave para cerrar el día y el juego, ya sea juego libre o dirigido, ocupa gran parte del horario central en sus rutinas.



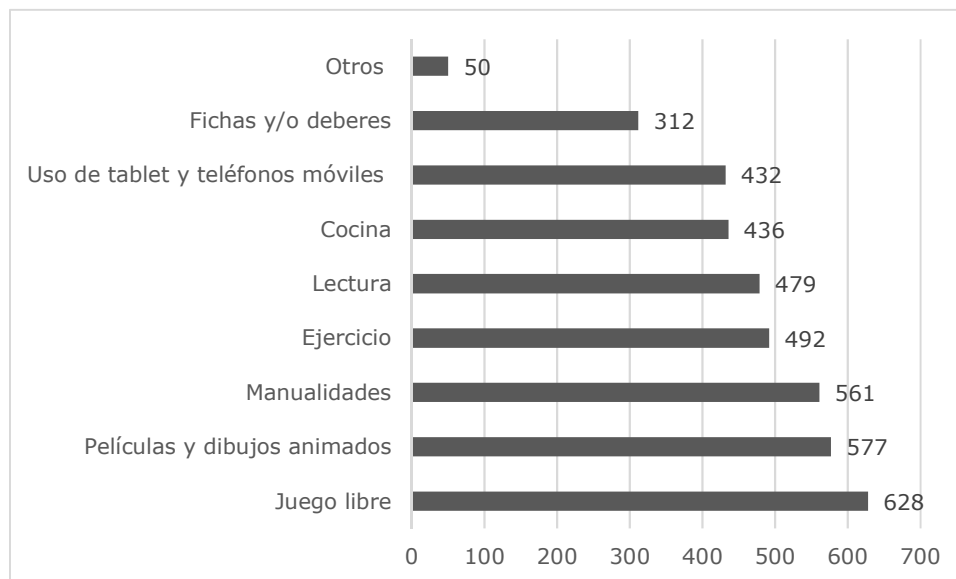
**Figura 3:** Padre leyendo un cuento a sus hijos de tres años y tres meses, respectivamente.  
 Autora: C.S.M. (Madre)

### **3.1.1. Actividades lúdico-educativas y confinamiento**

Entre las actividades lúdicas que mayoritariamente se han desarrollado con los hijos durante el periodo de confinamiento (ver figura 4), destaca el juego libre, siendo realizado en el 92,1% de los casos, seguido de la visualización de películas y dibujos animados (84,6%) y manualidades (82,3%). Las actividades menos desarrolladas son la realización de fichas y/o deberes (45,7%). Los resultados muestran la realización de actividades en relación con la etapa madurativa de los menores. El juego libre es una actividad propia para el aprendizaje, puesto que estimula la creatividad y la imaginación (Sannino y Ellis, 2014). La realización de fichas y/o deberes se relacionaría más con una actividad estructurada y/o vinculada al ámbito educativo reglado<sup>4</sup>.

---

<sup>4</sup> En este estudio puede darse el caso de que algún menor haya comenzado el curso académico (primer y segundo curso de Educación de Infantil) y, por lo tanto, este resultado esté motivado por esos casos concretos.



**Figura 4:** Actividades lúdico-educativas realizadas durante el confinamiento. Elaboración propia.

En otras actividades aparecen fundamentalmente aquellas relacionadas con el baile, la música y las canciones, junto a la realización de ejercicios de relajación (yoga y *mindfulness*). En este apartado aparecen diferencias entre los niños de menor y mayor edad, ya que los primeros (0-2 años) realizan ejercicios de estimulación y psicomotricidad, frente a los segundos (2-4 años) que incorporan el juego simbólico. Un elemento común y llamativo en estos últimos es su integración en las tareas del hogar (limpieza, recoger la ropa, poner la mesa, etc.). En varias familias con niños de 2-3 años, indican que han dedicado tiempo a que adquieran hábitos de autonomía como vestirse y desvestirse, comer solos, quitar el pañal, etc. Además de lo anterior, en todos los casos entrevistados, mantienen el contacto con familiares y amigos mediante llamadas y videollamadas, fundamentalmente, y saludando a los vecinos desde sus ventanas<sup>5</sup>. Estos contactos fomentan la socialización (Simkin y Becerra, 2013), gracias a la interacción con otros individuos y a través de la observación de otros contextos.

<sup>5</sup> Desde que comenzó el estado de alarma, la ciudadanía aplaude desde sus balcones y ventanas a las 20:00 horas para homenajear a los profesionales sanitarios que se enfrentan a la pandemia (El País, 2020).



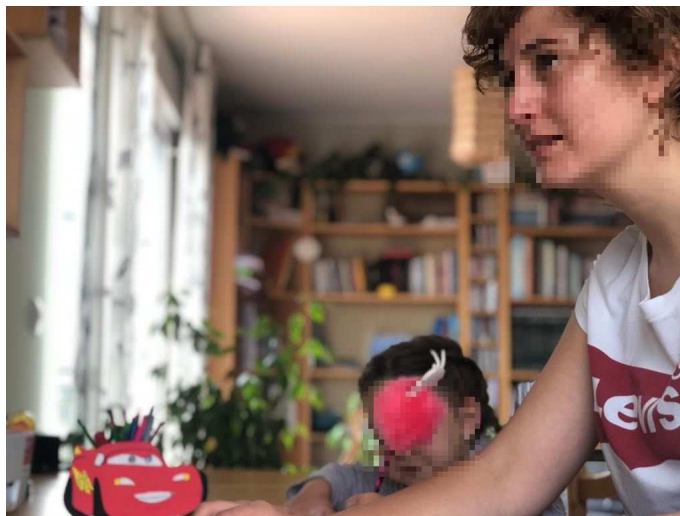


**Figura 5:** Madre junto a sus mellizos de un año experimentando con los sonidos. Autor: J.M.A. (Padre)

### **3.1.2. Teletrabajo y cuidado de hijos**

En cuanto al modo de organizarse en el cuidado de sus hijos, el 51,7% indican que, al menos, un miembro de la pareja teletrabaja y lo combina la crianza. En el caso de trabajar fuera de casa, un 12,5% incluyen a la familia extensa (abuelos, principalmente) o a un cuidador puntual (2,1%) como apoyo para atender a los menores, el 22,6% hacen turnos con la pareja y/o disponen de cierta flexibilidad para cuidar a sus hijos. Por otro lado, en un 11,5% de los hogares, uno de los adultos no trabaja (desempleo, excedencia, baja por maternidad/paternidad, etc.). En aquellos casos en los que no existen apoyos o trabajan ambos progenitores, compaginar trabajo y crianza es más complicado y genera estrés e impotencia.

“A nivel laboral es bastante caos porque mientras yo trabajo ella quiere estar constantemente conmigo y a veces es imposible hacer algo productivo. En general hemos marcado una rutina de trabajo, ejercicio, juegos, para sobrellevarlo de la mejor forma posible”.



**Figura 6:** Madre trabajando e hija de cuatro años dibujando. Autora: O.P.L. (Madre)

Los aspectos que más les preocupan son los relacionados con los efectos motrices y psicológicos<sup>6</sup> del confinamiento.

“Me preocupa que si se alarga el confinamiento cómo afectará a la larga la ‘falta de movimiento’ a su psicomotricidad gruesa, así como y los aspectos psicológicos de no socializar con los iguales o con otros adultos de manera natural”.

A la hora de responder acerca de qué es lo que más les está sirviendo en el cuidado de los menores, señalan: la paciencia, el uso de recursos educativos y lúdicos y la coordinación con la pareja. Al margen de las dificultades que puedan existir en cada hogar, valoran el momento de confinamiento como una oportunidad para establecer una crianza más plena, frente a la realizada cotidianamente en una situación pre pandemia.

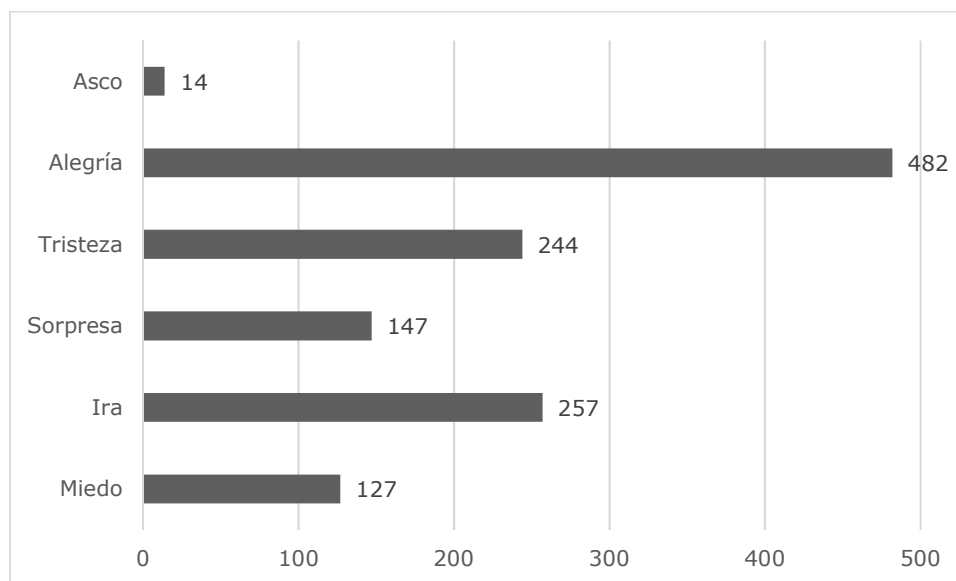
“Darnos cuenta lo importante que es aprovechar cada momento que tenemos para jugar y hablar con nuestros hijos, pues el día a día y el estrés nos hace perder el tiempo en cosas que realmente no son importantes”.

---

<sup>6</sup> Catalina Perazzo, directora de Políticas de Infancia de Save the Children, explicó que: “son muchos los organismos e instituciones que ya han hablado sobre la importancia de la actividad física en el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes y sobre los efectos duraderos del confinamiento sobre su bienestar psicológico. De hecho, la media de síndrome de estrés post traumático es cuatro veces más alta en niños y niñas confinados durante una crisis sanitaria” (Save the Children, 2020).

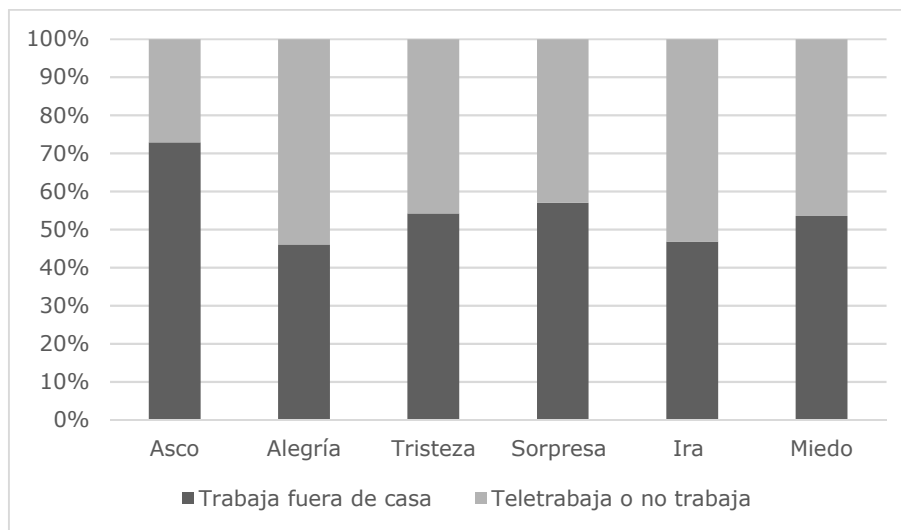
### 3.2 Impacto emocional del confinamiento

Para conocer el impacto emocional del confinamiento se consultó, a través de una pregunta de múltiples respuestas, acerca de las emociones que más habían aparecido en los menores a lo largo de los días de cuarentena. Entre las seis emociones básicas (Ekman, 2003) consultadas (ver figura 7), la alegría (70,7%) fue la más recurrente en todos los casos, seguida de ira (37,7%), tristeza (35,8%), sorpresa (21,6%), miedo (18,6%) y asco (2,1%).



**Figura 7:** Emociones en menores de cuatro años durante la segunda y tercera semana de confinamiento. Elaboración propia.

La alegría, como emoción destacada sobre las demás, muestra la capacidad de resiliencia y adaptación a los cambios. Tal y como señalan en una ocasión: "se adaptan perfectamente. Más relajados, más alegres, disfrutaban del tiempo en familia". Tanto es así que, el hecho de que el progenitor esté presente es un aspecto diferenciador en las emociones observadas (ver figura 8). Por un lado, si éste se encuentra de manera ininterrumpida en el hogar, ya sea por teletrabajo o porque no trabaja, la alegría (41,1%) es porcentualmente superior en comparación con los casos en los que trabaja fuera de casa (35,5%). Por otro lado, muestran mayores signos de tristeza y miedo cuando el adulto se ausenta por motivos laborales; al contrario de la ira, que emerge en mayor proporción cuando están los progenitores en casa.



**Figura 8:** Relación de emociones en los menores en función de la presencia ininterrumpida del progenitor en el hogar. Elaboración propia.

Ante la pregunta abierta acerca de cómo consideraban que la cuarentena estaba afectando a sus hijos; aparecen casos en menores de dos años que señalan: “no enterarse mucho de las cosas”, frente a los mayores de dos años, fundamentalmente, que añoran estar físicamente junto a sus familiares y amistades. Otros estados anímicos negativos que mencionan como recurrentes son: rabietas, irascibilidad, aburrimiento, apatía, ansiedad, etc. No obstante, valoran muy positivamente la conexión familiar y la alegría de estar juntos.

“La cuarentena está afectando positivamente a mis hijos. Al estar más rato en casa y tener más tiempo de juego libre, han avanzado mucho motoricamente: han comenzado a andar, a subir y bajar del sofá... Los veo contentos de pasar mucho rato con su madre y su padre y hacer actividades juntos”.

En varias ocasiones indican que sus hijos se han vuelto más dependientes de los padres, tanto para el juego como para asistirles en el cuidado y alimentación. En varios casos manifiestan regresiones, como: volver a miccionar por la noche, comer menos o no comer solo, etc. Las familias<sup>7</sup> observan un equilibrio entre los aspectos

<sup>7</sup> En cuanto a los adultos, expresan alegría y disfrute por estar todos juntos. No obstante, aparecen otros estados de ánimo, como: estrés, impotencia, irascibilidad, miedo, agobio, incertidumbre, nerviosismo, frustración, preocupación, cambios de humor y enfado, entre otros. En los casos en los que los adultos

positivos y negativos de la situación, tal y como expresan en una ocasión: “de forma negativa respecto a la socialización. De forma positiva porque creo que se siente segura conmigo y está diciendo muchísimas palabras nuevas”.

#### 4. Conclusiones

Existen diferencias entre los menores de cuatro años, en cuanto a edad y desarrollo. En este sentido, los familiares de los más pequeños (0-2 años) observan que no necesitan de manera vital salir a la calle, frente a los niños de 2-4 años que presentan una mayor necesidad de movimiento e interacción al aire libre; sobre todo en el caso de aquellos que asistían a centros infantiles y tienen adquiridos unos hábitos de juego, sueño, alimentación e higiene.

Las rutinas son un elemento clave que ayudan a organizar el tiempo dentro del hogar. Mantienen un horario similar al periodo pre pandemia y le dan gran valor a los momentos destinados al descanso y al esparcimiento. Las actividades lúdico-educativas más utilizadas son el juego libre, la visualización de películas y/o dibujos animados y las manualidades. La coordinación con la pareja u otros familiares es clave para atender a los menores con mayor calidad. La situación de confinamiento es valorada como una oportunidad para estar en familia, donde la paciencia es una actitud recurrente y necesaria; sobre todo en los casos en los que los adultos trabajan desde casa y les resulta más complicado conciliar ambas actividades (mundo laboral-mundo personal) dentro de un mismo espacio físico.

Los menores de cuatro años se caracterizan por ser fundamentalmente resilientes, ya que la alegría ha sido la emoción más común en todos los casos, con una diferencia de casi el doble respecto a la tristeza o la ira; lo cual indica la capacidad de adaptación de los más pequeños a las situaciones nuevas. Para los menores, estar en familia es sinónimo de compartir más cantidad tiempo y disfrute con los progenitores, frente a la velocidad y rutinas de cuidado previas a la situación de confinamiento. No obstante, dos carencias importantes son la socialización, de manera física con otras personas, y la interacción con el entorno exterior. En este sentido, destacan el efecto

---

trabajan desde casa, la situación se torna más angustiosa, ya que no pueden atender a los menores y trabajar de manera adecuada y eso les genera cierta ansiedad.

positivo de las videollamadas para compartir vivencias con familiares y amistades. Éstas ejercen una función socializadora, en tanto que los menores observan y escuchan diversas experiencias de otros hogares en situación de confinamiento.

## 5. Bibliografía

- Cuervo Martínez, A. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6(1), 111-121.
- Ekman, P. (2003). *El rostro de las emociones*. Barcelona: RBA Libros.
- El País (2020). ¿Quedamos esta noche? La cita que nadie en España quiere perderse. 21/03/2020. Extraído de [https://elpais.com/sociedad/2020/03/21/actualidad/1584791870\\_864523.html](https://elpais.com/sociedad/2020/03/21/actualidad/1584791870_864523.html)
- Infante Blanco, A., & Martínez Licon, J. F. (2016). Concepciones sobre la crianza: el pensamiento de madres y padres de familia. *Liberabit*, 22(1), 31-41.
- Maslow, A. (2001). *Visiones del futuro*. Barcelona: Kairós.
- Muñoz, A. (2005). La familia como contexto de desarrollo infantil: dimensiones de análisis relevantes para la intervención educativa y social. *Portularia*, 5(2), 147-163.
- Oliva, A., Parra, A., & Arranz, E. (2008). Estilos relacionales parentales y ajuste del adolescente. *Infancia y Aprendizaje*, 31(1), 93-106.
- Piaget, J., Inhelder, B. (2007). *Psicología del niño*. Madrid: Morata
- Sannino, A., & Ellis, V. (2014). *Learning and Collective Creativity*. New York: Routledge.
- Save The Children (2020). Save The Children recomienda para las salidas infantiles que sean de una hora en un radio de un kilómetro. 19/04/2020. Extraído de <https://www.savethechildren.es/notasprensa/save-children-recomienda-para-las-salidas-infantiles-que-sean-de-una-hora-en-un-radio>
- Simkin, H., & Becerra, G. (2013). El proceso de socialización. Apuntes para su exploración en el campo psicosocial. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 24(47), 119-142.