

■ Presentación del monográfico: Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes

Mireia Orgilés

Universidad Miguel Hernández de Elche (España)

La enfermedad del coronavirus Sars-Cov-2 (COVID-19) emergió en la ciudad china de Wuhan en diciembre de 2019 y, debido a su rápida expansión, fue declarada como pandemia por la Organización Mundial de la Salud el 11 de marzo de 2020. El COVID-19 ha cambiado en pocos meses la vida de niños y adolescentes. Siguiendo el modelo del gobierno chino, la mayoría de los países implantaron medidas de confinamiento que, con más o menos restricciones, han modificado los hábitos y el estilo de vida de los jóvenes. Con el cierre de los centros escolares, las rutinas académicas de los niños cambiaron durante meses. Muchos niños apenas pudieron despedirse de sus compañeros, y de un día a otro, se encontraron obligados a permanecer en casa, siguiendo un sistema de aprendizaje diferente y sin el contacto social al que estaban acostumbrados en el colegio. La vida social se limitó principalmente a la familia con la que convivían y también el ocio se restringió a dentro de casa. A todo ello se suma el miedo al contagio y las medidas de prevención que han tenido que seguir, algunas incómodas o molestas como el uso de mascarilla o la distancia social. También los padres tuvieron que adaptarse a la situación que el COVID-19 originó. Compaginar la actividad laboral con el cuidado de los niños, supervisar las tareas escolares o hacer frente a situaciones inesperadas, como la pérdida del trabajo o el contagio de un familiar, aumentaron el estrés familiar.

Ésta es la primera vez que ocurre una pandemia en nuestra historia reciente, que ha afectado de forma considerable al estilo de vida de millones de niños y adolescentes. Por ello, aún son escasos los estudios disponibles que ofrecen información sobre cómo ha afectado psicológicamente la situación provocada por el COVID-19 a la población infanto-juvenil. La necesidad de conocer los efectos psicológicos en los niños y sus familias, para facilitar estrategias de prevención y tratamiento, ha motivado la publicación de este monográfico. El objetivo es ofrecer los resultados de diversos estudios que han examinado la respuesta psicológica de niños y familias en diversas áreas de funcionamiento. En este monográfico se incluyen estudios con niños y adolescentes de diversos países (España, Italia, Repú-

blica Dominicana, Reino Unido, entre otros), que pretenden arrojar luz sobre cómo el confinamiento y el COVID-19 han afectado a los niños y cómo éstos han afrontado esta inusual y estresante situación.

El impacto psicológico del COVID-19 se examina en siete trabajos. Inmaculada Gómez y su equipo de la Universidad de Almería (España) analizan la relación entre el estado psicológico y el miedo a la enfermedad en casi 1000 familias con hijos de 3 a 18 años, concluyendo que el miedo relacionado con la pandemia se asocia a problemas emocionales y problemas de conducta. Los investigadores de la Universidad Jaume I de Castellón y de la Universidad de Valencia (España), Nebot-García, Ruiz-Palomino, Giménez-García, Gil-Llario y Ballester-Arnal, observan un incremento de la frecuencia de masturbación y actividades sexuales online en los chicos, que los adolescentes asocian a un mejor estado de ánimo y a sentirse más relajados. Erades y Morales, de la Universidad Miguel Hernández de Elche (España), sugieren que realizar ejercicio físico regular y limitar el uso diario de pantallas puede beneficiar la salud mental infantil, a la vista de los resultados de su estudio sobre bienestar emocional. En una muestra de adolescentes y adultos emergentes españoles y dominicanos, Gómez-Gómez, Gómez-Mir y Valenzuela, profesionales de diversos centros de psicología de España y de la República Dominicana, encuentran más sintomatología emocional en mujeres que en varones, más estrés y miedo al COVID-19 en adultos emergentes que en adolescentes, y señalan que el miedo a la pandemia predice en una gran proporción el estrés agudo. En base a su estudio con cerca de 1000 familias con niños de 5 a 11 años, Morgül, Kallitsoglou y Essau, investigadores de University of Roehampton (Reino Unido), concluyen que durante el confinamiento los niños anglosajones pasaban significativamente más tiempo usando pantallas y dedicaban menos tiempo a la actividad física y al sueño. Liang, Delvecchio, Buratta y Mazzeschi de la Università di Perugia (Italia) exploran la respuesta psicológica y las estrategias de afrontamiento de más de 1000 niños italianos, en diferentes áreas de gravedad de la epidemia del COVID-

19. Por último, con niños de varios países, Fernandes, Biswas, Tan-Mansukhan, Vallejo y Essau, de Durham University (UK), University of Baroda (India), De La Salle University (Philippines), Universidad Veracruzana (México) y University of Roehampton (UK) examinan el impacto del confinamiento en el uso de Internet en los adolescentes, observando un aumento en comparación con antes de la pandemia.

El monográfico incluye tres trabajos que examinan factores de riesgo o de protección para el desarrollo de problemas psicológicos durante el confinamiento. Desde la Universidad de Valencia y la Universidad Europea de Valencia (España), Lacomba-Trejo, Valero-Moreno, Postigo-Zegarra, Pérez-Marrín y Montoya-Castilla examinan las variables que explican los problemas de ajuste emocional familiar ante la pandemia, teniendo en cuenta las díadas de progenitores y sus hijos adolescentes. Destacan la importancia de un clima familiar y de estrategias de regulación emocional positivas en los miembros de la familia para lograr un buen ajuste de los adolescentes ante las situaciones vitales estresantes. Con más de 500 adolescentes españoles, Tamarit, de la Barrera, Mónaco, Schoeps y Montoya-Castilla, de la Universidad de Valencia (España), identifican los factores de riesgo para experimentar síntomas de depresión, ansiedad o estrés. Ser chica, quedarse en casa con más frecuencia, o buscar a menudo información sobre la pandemia, entre otros, se perfilan como variables que aumentan la probabilidad de presentar problemas psicológicos. El estudio de Domínguez-Álvarez, López-Romero, Gómez-Fraguela y Romero, de la Universidad de Santiago de Compostela (España), señala la importancia de las habilidades de regulación emocional y las prácticas parentales en la adaptación de los niños a las condiciones derivadas de la crisis, en base a los resultados obtenidos con cerca de 900 niños de 5 a 9 años.

Por último, Orgilés, Espada y Morales, de la Universidad Miguel Hernández de Elche (España), examinan el impacto psicológico y los estilos de afrontamiento de los niños que recibieron antes del confinamiento un programa que proporciona habilidades para desarrollar resiliencia emocional y hacer frente a situaciones diarias y difíciles en su vida, en comparación con un grupo de niños que no formaron parte del programa. Los resultados indican que durante el confinamiento los niños que recibieron la intervención presentaban menos síntomas de ansiedad, mejor estado de ánimo, menos problemas de sueño y menos alteraciones cognitivas.

Este monográfico ha tratado de aunar trabajos que, con sus aportaciones, puedan ser de ayuda para la detección y el tratamiento de los problemas asociados al COVID-19. Los estudios abordan, con rigor científico, una problemática extremadamente actual que requiere de todos los esfuerzos para contribuir de forma ágil al conocimiento científico. Confiamos en que esta publicación sea de ayuda para el diseño y aplicación de programas eficaces de detección y tratamiento de los problemas emocionales infantiles en este contexto de crisis sanitaria, y estimule a continuar investigando con rigor con el fin último de proteger la salud mental de los niños y adolescentes.