

# Com podem respondre les necessitats de la infància durant el tancament domiciliari i el desconfinament?

Sèrie | COVID-19 i estratègia de resposta

**ISGlobal** Institut de Salut Global  
Barcelona

**Autor:** Quique Bassat, ICREA Research Profesor d'ISGlobal

[ Aquest document forma part d'una sèrie de notes de debat que aborden preguntes fonamentals sobre la crisi de la COVID-19 i les estratègies de resposta. Els treballs han estat elaborats sobre la base de la millor informació científica disponible i poden ser actualitzats a mesura que aquesta evolucioni. ]

17 d'abril de 2020

Foto de portada: Senjuti Kundu/ Unsplash

L'estat d'emergència decretat a principis de març a Espanya com a conseqüència de l'epidèmia de la COVID-19 va anar acompanyat de recomanacions estrictes que han obligat a 47.100.000 de ciutadans a quedar-se a casa seva. Les sortides al carrer es limiten a aquells professionals indispensables per al benestar de la societat, i sempre sota raons justificades. El real decret que va estipular les normes i recomanacions resultants de l'estat d'emergència **no esmentava de forma específica la població infantil**, es donava per descomptat que aquesta població (8,13 milions de persones, el 17% dels ciutadans que resideixen a Espanya) no era "essencial" d'acord amb els criteris establerts i no requeria per tant una atenció especial.

Aquesta omisió –lògica des del punt de vista epidemiològic– venia a més sustentada per l'evidència sobre les implicacions directes de la COVID-19 en la salut de la infància. L'experiència acumulada de forma global suggereix que els nens,

a diferència dels adults, tenen una **menor predisposició a emmalaltir greument** com a resultat d'aquesta malaltia. Així doncs, i en conjunt, els nens i menors havien de **romandre tancats sense excepció**, sense recomanacions específiques de cap tipus i sota la responsabilitat dels adults al seu càrrec.

Les més de quatre setmanes transcorregudes des de l'inici del confinament han evidenciat les dificultats i desafiaments que una situació extraordinària com aquesta comporta, i diverses veus han començat a alertar sobre les **possibles conseqüències perjudicials per a la salut física, psíquica i emocional** entre els nens petits. La pressió pública també està sent cada vegada més gran, encara que han de prevaler sempre els **criteris científics i de salut pública** a l'hora de proposar recomanacions ●

# 1 Conseqüències del confinament en la salut física i mental de la infància

“És important destacar que els nens que viuen per sota del llindar considerat de la pobresa seran poblacions particularment vulnerables a les conseqüències negatives del confinament.”

Diverses publicacions científiques<sup>1,2</sup>, així com grups d'experts en salut infantil ([www.aeped.es](http://www.aeped.es)) i d'atenció a la infància ([www.plataformadeinfancia.org/100-medidas-infancia-covid19/](http://www.plataformadeinfancia.org/100-medidas-infancia-covid19/)) alerten sobre els perills del confinament en una població **tradicionalment vulnerable** des del punt de vista socioeconòmic.

És important destacar que els nens que viuen **per sota del llindar considerat de la pobresa** –els que estan en risc d'exclusió social, violència o maltractament físic i psicològic i els nens immigrants no acompanyats, entre d'altres– seran poblacions particularment vulnerables a les conseqüències negatives del confinament. Per aquesta raó, seran necessàries mesures específiques per acautelar les seves problemàtiques addicionals. Els experts destaquen que els nens, tot i que tremendament resilients, **no són indiferents a l'impacte dramàtic** que la pandèmia està causant en el seu entorn immediat. Aquestes són les seves principals característiques:

- L'evidència<sup>1,3</sup> suggereix que, entre la població pediàtrica, el confinament s'associa a una **disminució de l'activitat física**, un **empitjorament de la dieta**, i un **increment del temps de “pantalles”**, tot potencialment derivant en possibles **augment de pes**.

- Des del punt de vista psicològic, els nens són proclius a presentar **por, ansietat, irritabilitat, distraccions, frustracions i estrès** en mesures comparables als adults. Els patrons irregulars de son poden també associar-se a trastorns de la son, i fins i tot malsons.

- L'experiència a la **Xina**, on el confinament ha estat el més estricte i prolongat, ha demostrat que les preocupacions dels nens també inclouen la por a infectar-se, a perdre a éssers estimats i a les conseqüències socioeconòmiques negatives que la pandèmia pugui tenir en els seus familiars directes.

- L'absència de contacte diari amb els seus **companys de classe**, o amb persones de la seva mateixa edat, i el no poder seguir les **rutines d'aprenentatge** habituals a l'escola, són motius addicionals de frustració i ansietat.

- Els contextos de confinament i d'emergència poden associar-se a un augment de la **violència domèstica**, i del **maltractament o abús psicològic i/o sexual**.

<sup>1</sup> Jiao WY, Wang LN, Liu J, et al. Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. The Journal of pediatrics 2020.

<sup>2</sup> Wang G, Zhang Y, Zhao J, Zhang J, Jiang F. Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. Lancet 2020; 395(10228): 945-7.

<sup>3</sup> Brooks SK, Webster RK, Smith LE, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. Lancet 2020; 395(10227): 912-20.

## 2. Recomanacions per mitigar els efectes del confinament en la infància

**“És imprescindible que durant el confinament s’implementin mecanismes proactius que puguin prevenir o mitigar els efectes nocius del tancament en la salut mental i física dels nens”**

És imprescindible que durant el confinament s’implementin **mecanismes proactius** que puguin prevenir o mitigar els efectes nocius del tancament en la salut mental i física dels nens. Destaquem els següents, l’aplicació pràctica depèn de les condicions materials i emocionals de les llars en què resideixen els nens:

- A cada domicili s’haurà d’implementar una **rutina estricta d’higiene personal** (important també en el context de la protecció enfront de la infecció) i d’activitats que incloguin –de la forma més didàctica, empàtica i col·laborativa possible– la participació dels nens en **tasques habituals de neteja i cuina**. Aquesta rutina podrà contrarestar el repte d’enfrontar-se dies monòtons, sense al·licients particulars, i sense responsabilitats.

- Atès que una part del dia ha de ser dedicada a l’**aprenentatge**, el **rol** dels professors i altres professionals educatius serà fonamental per a l’acompanyament diari. En aquest sentit, els actuals sistemes electrònics i eines d’**e-learning** ofereixen oportunitats que han de ser aprofitades, sense abusar en els temps de dedicació diaris.

És fonamental incidir en la necessitat que aquests mitjans tecnològics d’aprenentatge siguin **accessibles per a tota la població pediàtrica** que els necessiti, i no seria acceptable que la bretxa digital contribueixi a empitjorar encara més la situació dels nens confinats i en situacions de risc d’exclusió social.

- Haurà també d’estimular-se l’**exercici físic**, els **hàbits saludables dietètics i de son**, i les hores d’**oci pur**. És important que els nens puguin **interactuar virtualment amb amics i familiars** de la seva edat i que puguin jugar en grup, encara que no necessàriament estiguin en el mateix local físic.

- Tot i ser conscients de les dificultats per **conciliar treball amb cura dels nens**, els pares i altres convivents hauran de fer un esforç per exercir com a models a seguir, havent d’estimular, de forma proactiva, el diàleg i la comunicació, així com la involucració dels nens en les activitats i presa de decisions familiars. D’aquesta manera, els nens i adolescents podran continuar desenvolupant, tot i les circumstàncies, la seva **integritat emocional, identitat, independència i resiliència**.

- Finalment, s’han d’habilitar eines addicionals de suport social i econòmic per a **aquelles famílies amb nens més desfavorits**, així com mecanismes d’emergència per monitoritzar i detectar precoçment situacions de potencial maltractament o abús de la població infantil ●

# 3. Recomanacions per al desconfinament progressiu de la infància

“El nostre **desconeixement relatiu de la infecció per SARS-CoV-2 i la malaltia per COVID-19 en els nens, així com del seu potencial com a transmissors, ens obliga a ser cauts i considerar els infants com un potencial esglaiat important en la transmissió de la COVID-19**”

El nostre **desconeixement relatiu** de la infecció per SARS-CoV-2 i la malaltia per COVID-19 en els nens, així com del seu potencial com a transmissors, ens obliga a **ser cauts** i considerar els infants com un **potencial esglaiat important en la transmissió** de la COVID-19, tal com s’ha vist clarament per altres malalties virals amb potencial epidèmic. Per aquesta raó, és més que probable que els parvularis, escoles i centres educatius **no reobrin a la primera fase de desconfinament**, mesura cautelar amb la qual estem completament d’acord. És també probable que les colònies d’estiu i **activitats grupals habituals no puguin realitzar-se aquest estiu**. Això implicarà que els nens seguiran probablement diverses setmanes addicionals a casa, podent-se perllongar aquest període fins després de l’estiu. És per tant fonamental considerar les següents mesures:

- Que els nens puguin començar a **sortir al carrer des de l’inici del desconfinament**, de forma controlada, per temps limitat (començant per espais d’una hora al dia, amb propiximitat al domicili) i amb acompanyament adult. Això els permetrà tornar a les seves rutines habituals de manera progressiva.

- **Els nens han de seguir les mateixes regles de joc que els adults**, mantenir la distància mínima de dos metres, usar mascaretes i altres mitjans d’higiene i prevenció, i minimitzar les possibilitats de contagi o de contagiar.

- Serà particularment important **posposar el contacte** dels nens amb els dos grans grups de **persones vulnerables**, els malalts crònics i les persones grans.

- Els **adolescents majors de 16 anys podran sortir sense acompanyament**, però hauran de seguir les mateixes normes que els adults.

- Els nens en **situacions especials**, com ara els malalts crònics, els nens amb discapacitats, trastorns de l’espectre autista i altres hauran de seguir recomanacions específiques i ajustades a les seves necessitats, sempre intentant preservar els seus drets de poder beneficiar-se de sortides el més aviat possible.

- Finalment, serà important avaluar les possibles necessitats a mitjà i llarg termini de suport psicològic que el temps de confinament hagi pogut crear i que, possiblement, no siguin encara aparents •

## PER SABER-NE MÉS

- [www.aeped.es](http://www.aeped.es)
- [www.plataformadeinfancia.org/100-medidas-infancia-covid19/](http://www.plataformadeinfancia.org/100-medidas-infancia-covid19/)
- [www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/key-messages-and-actions-for-covid-19-prevention-and-control-in-schools-march-2020.pdf](http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/key-messages-and-actions-for-covid-19-prevention-and-control-in-schools-march-2020.pdf)
- [www.end-violence.org/protecting-children-during-covid-19-outbreak](http://www.end-violence.org/protecting-children-during-covid-19-outbreak)

**ISGlobal** Institut de Salut Global  
Barcelona

Una iniciativa de:

