



Impacto psicológico en la población pediátrica durante el Covid-19

Psychological Impact on Pediatric Population during the Covid-19

Impacto psicológico sobre a população pediátrica durante o Covid-19

Cecilia Alejandra García-Ríos ^I
cecilia.garcia@epoch.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-5179-0303>

María Raquel Recalde-Bermeo ^{II}
mrachelle26@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-1973-857X>

Diego Hernán Miranda-Barros ^{III}
diegomirandb@icloud.com
<https://orcid.org/0000-0003-2116-5069>

Correspondencia: cecilia.garcia@epoch.edu.ec

Ciencias económicas y empresariales
Artículo de investigación

***Recibido:** 30 de enero de 2021 ***Aceptado:** 27 de febrero de 2021 * **Publicado:** 14 de marzo de 2021

- I. Médica Cirujana, Especialista en Pediatría, Docente Investigador Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Riobamba, Ecuador.
- II. Médica Cirujana, Especialista en Pediatría, Subespecialista en Oncología Pediátrica, Quito, Ecuador.
- III. Médico General, Especialista en Pediatría, Docente Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Hospital Publio Escobar, Riobamba, Ecuador.

Resumen

Durante el periodo de emergencia sanitaria ligado a la actual pandemia de COVID-19, la población pediátrica de todo el mundo se ha enfrentado a circunstancias tales como el cierre de sus centros de enseñanza, prohibición de reuniones en lugares públicos, y visita a familiares durante un largo periodo. Bajo esta perspectiva, este artículo presenta un estudio acerca del impacto psicológico de la pandemia en la población pediátrica de acuerdo a sus características propias y ofrece recomendaciones tales como la elaboración de planes de intervención que involucren a los profesionales de la salud mental.

Palabras clave: Covid-19; pandemia; población pediátrica; impacto psicológico.

Abstract

During the period of health emergency linked to the current COVID-19 pandemic, the pediatric population around the world has faced circumstances such as the closure of their educational centers, prohibition of meetings in public places, and visiting relatives for a long period of time. In this perspective, this article presents a study about the psychological impact of the pandemic on the pediatric population according to its own characteristics and offers recommendations such as the elaboration of intervention plans involving mental health professionals.

Keywords: Covid-19; pandemic; pediatric population; psychological impact.

Resumo

Durante o período de emergência sanitária ligado à actual pandemia da COVID-19, a população pediátrica mundial enfrentou circunstâncias como o encerramento das suas escolas, a proibição de reuniões em locais públicos, e de visitar familiares durante um longo período de tempo. Sob esta perspectiva, este artigo apresenta um estudo sobre o impacto psicológico da pandemia na população pediátrica de acordo com as suas próprias características e oferece recomendações tais como a elaboração de planos de intervenção envolvendo profissionais de saúde mental.

Palavras-chave: Covid-19; pandemia; população pediátrica; impacto psicológico.

Introducción

La inesperada pandemia de Covid-19 ha provocado una sensación de miedo en todo el mundo. Existe un ambiente de incertidumbre, además del riesgo para la salud y la ansiedad por las pérdidas económicas. Asimismo, se ha producido un aumento de los trastornos psiquiátricos, como la depresión,

la ansiedad y otros problemas relacionados con la pandemia. Algunos grupos vulnerables, como los niños, son los más susceptibles para enfrentar problemas de salud mental durante la pandemia. Una de las razones para esto, es que la población pediátrica se encuentra en un periodo crítico de desarrollo. Por lo tanto, los niños y adolescentes necesitan más atención para promover su bienestar.

Igualmente, la pandemia ha traído consigo graves cambios, como el distanciamiento social y el aislamiento, que han requerido modificaciones drásticas en las rutinas de los niños. Los cambios drásticos obligaron a los niños a suprimir sus actividades al aire libre y a trasladarlas a casa. No pudieron asistir a las clases en la escuela de forma tradicional, teniendo que interrumpir su rutina normal y tomar clases en línea. Su nivel de actividad física también fue reducido considerablemente. Aunque la presencia de los padres y su implicación con los niños daba una apariencia normal de rutina, el aislamiento social aumentaba el factor de riesgo de trastornos psicológicos. El aumento del contacto entre padres e hijos debido al aislamiento social hizo que algunos de los niños fueran más vulnerables a los abusos, ya que no todos los hogares son lugares seguros para los niños. Algunos niños están expuestos a diversos abusos, como el maltrato de los padres, la negligencia y la violencia. Con estos antecedentes, este artículo se centra en el efecto de la pandemia de coronavirus sobre la salud mental de la población pediátrica y sus impactos psicológicos.

Desarrollo

Niños y pandemia

Los niños constituyen el 28% de la población mundial (Singh et al., 2020), y aunque la pandemia ha afectado negativamente a la vida de las personas en todo el mundo, la población pediátrica, como los bebés, los niños y los adolescentes han sido especialmente afectados. Muchos países alrededor del mundo han optado por el distanciamiento social y el aislamiento como parte de las estrategias predominantes para prevenir la propagación del virus. Igualmente, algunos países adoptaron medidas nacionales como el cierre de parques, instituciones educativas y otras áreas de actividad para los niños. Estas difíciles circunstancias han aumentado el estrés, la ansiedad, la depresión y otros problemas psicológicos (Nearchou et al., 2020).

Los niños al ser expuestos a la dura realidad de la pandemia enfrentan un alto riesgo de desarrollar trastornos psicológicos como ataques de pánico y trastornos del estado de ánimo (Marques de Miranda et al., 2020). Los niños que han sufrido acontecimientos angustiosos, como separarse de sus amigos y familiares, ver a miembros de la familia gravemente enfermos y experimentar la muerte de seres

queridos, probablemente afecten gravemente a su salud mental. La incertidumbre sobre las ambiciones futuras, el miedo a lo desconocido, las relaciones personales y la alteración de los horarios también pueden afectar negativamente a su bienestar psicológico. Otros factores como el riesgo de contraer la enfermedad, el desempleo de los padres y la inseguridad alimentaria también pueden contribuir al estrés de esta población. (Schiavo, 2020). Algunas investigaciones revelan que la pandemia seguirá teniendo un impacto a largo plazo en la población pediátrica (Shah et al., 2020). Sin embargo, el alcance del impacto depende de varios factores como la edad, el nivel educativo, si tienen necesidades especiales o condiciones de salud mental, y la situación financiera y económica, etc.

Impacto psicológico del coronavirus en la población pediátrica más vulnerable

◦ Niños pequeños

El estrés tiene un impacto negativo en los niños incluso antes de que nazcan. Por ejemplo, el estado de ánimo de las madres embarazadas que sufren ansiedad y depresión está relacionado con el bienestar psicológico del feto. La pandemia y el aislamiento social tienen un impacto crítico en el desarrollo emocional de los niños pequeños y los adolescentes en comparación con los adultos. Un estudio realizado en niños pequeños descubrió que los niños de 3 a 6 años eran más propensos a desarrollar los síntomas de tener miedo y apego emocional debido al coronavirus en comparación con los niños mayores (Singh et al., 2020). Por otra parte, los niños mayores tienen más riesgo de experimentar falta de atención. Todos los niños, independientemente de su edad, mostraron problemas psicológicos graves, como irritabilidad, apego y falta de atención. Los resultados del estudio también revelaron que los niños sentían incertidumbre, miedo y aislamiento durante los momentos de encierro y aislamiento social (Orgilés et al., 2020). Asimismo, experimentaban problemas de sueño, pesadillas, poco apetito y ansiedad.

◦ Niños que van a la escuela

En todo el mundo, el aprendizaje de los niños implicaba la interacción individual con sus compañeros y profesores. Sin embargo, esto no fue posible durante los cierres de las escuelas. El confinamiento de los niños en sus hogares interrumpió sus rutinas que incluían la educación, las actividades físicas y la socialización (Octavius et al., 2020). La interrupción de la rutina condujo a un aumento de la inactividad, el aburrimiento y la falta de actividades extracurriculares. Los niños se han enfrentado a problemas psicológicos por no poder jugar al aire libre o no reunirse con sus amigos y familiares. Estos

niños han sufrido un aumento de apego y del comportamiento de búsqueda de atención (Ravens-Sieberer et al., 2021). También se prevé que los niños puedan tener dificultades al volver a la escuela y establecer una relación con sus profesores. Los niños mayores también han experimentado ansiedad por la cancelación de sus exámenes y eventos académicos.

◦ *Niños con necesidades especiales*

Muchos niños se enfrentan a problemas de comportamiento, emocionales y de neurodesarrollo. Estos niños tienen enfermedades como el autismo, el TDAH, la parálisis cerebral y problemas de aprendizaje (Singh et al., 2020). Estos niños se enfrentan a diferentes retos durante los encierros en comparación con los niños normales. No pueden tolerar la incertidumbre. Sus síntomas se agravan debido a las restricciones y cambios en sus rutinas habituales. Les resulta difícil seguir las instrucciones y las normas de las situaciones de cierre. Estos niños también sufren por el cierre de las escuelas especiales. No tienen acceso al material didáctico ni a las interacciones con sus compañeros. Las circunstancias especiales aumentan el riesgo de regresión, y sus síntomas podrían reaparecer. Las condiciones agravan los síntomas y crean estallidos de rabietas y peleas entre padres e hijos. A los padres les resulta difícil lidiar con sus hijos en ausencia de ayuda profesional (Singh et al., 2020).

◦ *Niños desfavorecidos*

La pandemia de coronavirus ha afectado gravemente a los niños desfavorecidos. La pandemia y los problemas económicos han agravado la desigualdad social. Esto fue más evidente en las naciones en desarrollo, donde los cierres provocaron la privación de la nutrición de los niños pequeños. También aumentó el nivel de estrés.

◦ *Factores de riesgo*

Estos son ciertos factores de riesgo que contribuyen a los impactos negativos del coronavirus en la salud mental de la población pediátrica.

◦ *La edad*

Algunos estudios revelan que los adolescentes se estresan menos en comparación con los adultos (Marques de Miranda et al., 2020). Los adolescentes mayores presentan más síntomas de depresión en comparación con los niños más pequeños. Por lo tanto, el impacto psicológico de la pandemia de coronavirus puede ser más grave con el aumento de la edad.

◦ *Género*

El género también influye en la probabilidad de verse afectado negativamente por la pandemia de coronavirus. Las investigaciones revelan que las adolescentes son más propensas a mostrar síntomas

depresivos y de ansiedad. La investigación también proporciona pruebas de que las mujeres tienen un mayor riesgo de desarrollar problemas psicológicos como resultado de la pandemia de coronavirus (Deolmi & Pisani, 2020).

◦ *Ubicaciones geográficas*

El riesgo de tener problemas psicológicos es mayor en las áreas urbanas que en las rurales (Marques de Miranda et al., 2020). Los niños que viven en zonas altamente epidémicas tienen más problemas psicológicos en comparación con otros niños.

◦ *Información sobre el coronavirus*

Las expectativas y la información sobre el coronavirus también influyen en la probabilidad de padecer trastornos psicológicos (Marques de Miranda et al., 2020). Por ejemplo, la perspectiva pesimista hacia la enfermedad, como el miedo a ser infectado, puede dar lugar a cambios conductuales y psicológicos. Por otro lado, ser optimista sobre el coronavirus y no estar excesivamente preocupado por ser infectado disminuye el estrés y reduce el riesgo de tener problemas psicológicos. El acceso a información fiable y creíble sobre el coronavirus tiene un impacto positivo en la salud mental. Existe una asociación entre la información sobre el coronavirus y la salud mental. Los estudios revelan que los individuos satisfechos con la información sobre el coronavirus tienen menos probabilidades de sufrir estrés, ansiedad y depresión (Marques de Miranda et al., 2020).

◦ *Relaciones Sociales*

Las relaciones sociales, incluidos los vínculos familiares y comunitarios, desempeñan un papel fundamental en los resultados de la salud psicológica de la población pediátrica durante la pandemia. La presencia de un sistema de apoyo puede proteger a los niños y a los grupos vulnerables contra el malestar psicológico y emocional. Además de las relaciones, los programas de desarrollo comunitario y las acciones prosociales también influyen en el bienestar mental. Los niños con comportamientos prosociales tienen un mayor sentido de pertenencia. Las relaciones sociales también tienen un impacto positivo en la salud mental, ya que motivan a los niños durante las cuarentenas.

◦ *Tiempo de pantalla*

La pandemia ha hecho que aumente el tiempo que los niños pasan frente a las pantallas. Los niños la utilizan para aprender, entretenerse y relacionarse. La literatura académica presenta tanto el impacto positivo como el negativo del tiempo que se pasa frente a las pantallas (Marques de Miranda et al., 2020). Las familias pueden utilizarlo para hacer frente a la angustia y a la falta de interacción social.

En estos casos, puede proteger la salud mental de los niños y adolescentes. Por otro lado, existen efectos negativos y perjudiciales del aumento del tiempo de pantalla. Estos riesgos incluyen la exposición a noticias falsas y engañosas sobre la pandemia de coronavirus. Puede alterar el sueño de algunos niños pequeños y aumentar su nivel de ansiedad. En estos casos, los padres pueden desempeñar un papel importante en el control y la supervisión del tiempo que los niños pasan frente a la pantalla y evitar que vean contenidos que les provoquen ansiedad.

Recomendaciones para afrontar el impacto psicológico de la pandemia en los niños

◦ Papel de los profesores y orientadores

Las escuelas realizan sus actividades en línea, y los profesores están regularmente en contacto con los alumnos. Por lo tanto, están en condiciones de desempeñar un papel fundamental en el mantenimiento del bienestar psicológico de los niños. Durante la situación del coronavirus, los profesores pueden dedicar algo de tiempo a educar a los niños sobre el Covid-19 y a consultar a sus padres para fomentar un comportamiento saludable. También pueden llevar a cabo sesiones en línea y mantener a los alumnos comprometidos para romper la monotonía (Grover et al., 2020). Asimismo, pueden promover directamente la salud mental entre los niños. Pueden discutir los problemas con los estudiantes y preguntarles sobre sus sentimientos y cómo tratarlos. Los consejeros pueden realizar sesiones en línea para reducir la ansiedad y la depresión. Pueden jugar y enseñar técnicas de relajación y respiración a los niños. Los consejeros y los profesores pueden recibir información en línea o por teléfono de los padres sobre el comportamiento de sus hijos.

◦ El papel de los pediatras

Durante los primeros años de desarrollo, se está formando y moldeando la personalidad de los niños. Durante estos años, los padres permanecen regularmente en contacto con los pediatras cada vez que observan algún problema de salud. Por lo tanto, el papel del pediatra es promover la salud mental, los problemas de desarrollo, reconocer los problemas de salud psicológica y coordinarse con otros proveedores de atención médica para tratar los problemas de salud mental de los niños (Hou et al., 2020). Además, teniendo en cuenta las circunstancias del coronavirus y el impacto resultante, el papel de los pediatras se vuelve más crítico. Deben equiparse con instalaciones de teleconsulta y ser capaces de proporcionar servicios en línea a los padres (Kazachkov, Noah y Murphy, 2020). De la misma manera deben promover la atención sanitaria educando a los padres sobre las necesidades de desarrollo de sus hijos durante los encierros. También deben estar atentos a los signos físicos de estrés y a los

problemas de salud mental de los niños, como las autolesiones. Los pediatras también deben pedir información relevante a los padres, como el temperamento, los cambios de humor, la interacción social y el comportamiento y las actividades generales de sus hijos (Lund y Gabrielli, 2021). Deben aconsejar a los padres que hagan evaluar a sus hijos con regularidad con la ayuda de herramientas de cribado estandarizadas. Los pediatras también deberían desarrollar asociaciones y colaboraciones con profesionales de la salud mental, como psicólogos y terapeutas infantiles. Por todo lo dicho, deben remitir a los padres a estos profesionales cuando observen que los niños presentan problemas de salud mental.

◦ *El papel de los trabajadores de salud mental*

Los trabajadores de la salud mental también pueden desempeñar un papel importante a la hora de ayudar a los padres a afrontar los problemas psicológicos de sus hijos. Los trabajadores de la salud mental, incluidos los psicólogos, psiquiatras y otros trabajadores sociales, tienen que cumplir con sus responsabilidades profesionales a la vez que se enfrentan a los retos sociales. Es necesario promover la telesalud para realizar evaluaciones en línea y elaborar planes de intervención. (Pfefferbaum y North, 2020). Deben ser capaces de difundir el material de promoción de la salud al público en general, como la crianza saludable, los problemas psicológicos, las condiciones de salud mental, el estigma asociado a la salud mental, y la promoción de un comportamiento de salud positivo (Prasad et al., 2020).

El profesional de la salud mental debe colaborar y coordinarse con otros profesionales de la salud y otros grupos, especialmente con aquellos que desempeñan un papel fundamental en la atención de la salud mental de los niños. Entre ellos se encuentran los padres, los profesores, los consejeros, los pediatras, las ONG y las fuerzas del orden, etc. Todos estos grupos deben coordinarse entre sí si deben prestar apoyo psicológico y primeros auxilios.

Conclusiones

La pandemia ha afectado a la población mundial de todas las maneras posibles. Diversos factores contribuyeron significativamente a la generalización de los problemas emocionales y provocaron un aumento de las enfermedades psicológicas. Algunos grupos vulnerables fueron más susceptibles a los problemas de salud mental durante la pandemia. La pandemia trajo consigo graves cambios que obligaron a los niños a cambiar su rutina. Esto aumentó el riesgo de padecer enfermedades psicológicas.

Finalmente, este documento se ha centrado en el efecto de la pandemia de coronavirus sobre la salud mental de la población pediátrica y ofrece recomendaciones para hacer frente a los impactos psicológicos.

Referencias

1. Deolmi, M., & Pisani, F. (2020). Psychological and psychiatric impact of COVID-19 pandemic among children and adolescents. *Acta Bio Medica: Atenei Parmensis*, 91(4).
2. Grover, S., Dua, D., Sahoo, S., Mehra, A., Nehra, R., & Chakrabarti, S. (2020). Why all COVID-19 hospitals should have mental health professionals: The importance of mental health in a worldwide crisis!. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102147.
3. Hou, T., Zhang, T., Cai, W., Song, X., Chen, A., Deng, G., & Ni, C. (2020). Social support and mental health among health care workers during Coronavirus Disease 2019 outbreak: A moderated mediation model. *PloS one*, 15(5), e0233831.
4. Kazachkov, M., Noah, T. L., & Murphy, T. M. (2020). The roles of a pediatric pulmonologist during the COVID - 19 pandemic. *Pediatric pulmonology*, 55(10), 2592-2595.
5. Lund, E. M., & Gabrielli, J. (2021). The role of pediatric psychologists in mitigating disability-specific barriers among youth during the COVID-19 pandemic. *Clinical Practice in Pediatric Psychology*.
6. Marques de Miranda, D., da Silva Athanasio, B., Sena Oliveira, A. C., & Simoes-E-Silva, A. C. (2020). How is COVID-19 pandemic impacting the mental health of children and adolescents?. *International journal of disaster risk reduction : IJDRR*, 51, 101845. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2020.101845>
7. Nearchou, F., Flinn, C., Niland, R., Subramaniam, S. S., & Hennessy, E. (2020). Exploring the impact of CoViD-19 on mental health outcomes in children and adolescents: a systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 8479.
8. Octavius, G. S., Silviani, F. R., Lesmandjaja, A., & Juliansen, A. (2020). Impact of COVID-19 on adolescents' mental health: a systematic review. *Middle East current psychiatry*, 27(1), 1-8.
9. Orgilés, M., Morales, A., Delvecchio, E., Mazzeschi, C., & Espada, J. P. (2020). Immediate psychological effects of the COVID-19 quarantine in youth from Italy and Spain. *Frontiers in psychology*, 11, 2986.

10. Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*, 383(6), 510-512.
11. Prasad, S. K., Karahda, A., Singh, P., & Gupta, R. (2020). Role of mental health professionals in dealing with the stigma attached to COVID-19. *General Psychiatry*, 33(5).
12. Ravens-Sieberer, U., Kaman, A., Erhart, M., Devine, J., Schlack, R., & Otto, C. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on quality of life and mental health in children and adolescents in Germany. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1-11.
13. Schiavo, R. (2020). Children and COVID-19: addressing the mental health impact of the pandemic.
14. Shah, K., Mann, S., Singh, R., Bangar, R., & Kulkarni, R. (2020). Impact of COVID-19 on the Mental Health of Children and Adolescents. *Cureus*, 12(8).
15. Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G., & Joshi, G. (2020). Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Research*, 293, 113429. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429>

© 2020 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-
NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).