

Coronavirus y salud mental: crece la demanda de atención psicológica en niños y adolescentes

[Multimedia](#)

Absentismo escolar, trastornos alimentarios y respuestas emocionales inadecuadas: efectos de la crisis sanitaria en parte de la población infantil y adolescente. El equipo de Elea, Instituto PSicoeducativo recomienda tratar las alteraciones psíquicas a temprana edad, para que 'no se conviertan en adultos con patrones de conducta y personalidad disfuncionales'

Las solicitudes de atención psicológica en menores se han disparado en distintas CC.AA como resultado de las medidas adoptadas contra el Covid-19 durante la crisis sanitaria. Las alteraciones en la conducta, el absentismo escolar o los trastornos en el sueño y la alimentación infantil han hecho saltar las alarmas en asociaciones, instituciones y colegios de psicología de Madrid, Galicia o Aragón.

En concreto, la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME) ha informado de una subida del 18% en la demanda de su Departamento infantojuvenil en el último año, incremento que rebasa el registrado en las consultas generales, del 9%. En Galicia el Colexio Oficial de Psicología (COPG) reconoció un fuerte repunte en las consultas a psicólogos infantiles, coincidente con la vuelta a la normalidad y que su personal atribuyó a la dependencia paterna acentuada durante el confinamiento. "En niños pequeños", explicaron, "veíamos muchos casos de ansiedad por separación, por no querer dejar a los padres y también casos de TOC".

En la Comunidad Valenciana, los sucesivos confinamientos deterioraron el bienestar infantil. Según [un estudio](#) de la Universidad Miguel Hernández de Elche, 7 de cada 10 progenitores afirmaron que la reclusión y otras medidas anticovid provocaron respuestas emocionales negativas en sus hijos, especialmente en aquellos que sustituyeron la actividad física por el uso de dispositivos electrónicos. Además, casi un 25% de ellos presentaba problemas conductuales, mientras que al 31,3% le resultaba difícil conciliar el sueño.

Más graves fueron las conclusiones de una portavoz del Hospital General Universitario Gregorio Marañón: 1 de cada 4 menores presenta síntomas de ansiedad y depresión como resultado del confinamiento. Para la doctora Abigail Huertas Patón, "la salud mental infantojuvenil en España no es una especialidad reconocida como en el resto de Europa y por eso esta puede ser una oportunidad para reforzarla".

Desde el [Elea, Instituto Psicoeducativo](#) han puesto en valor la función de los

psicólogos en esta crisis sin precedentes. "No es bueno que un niño crezca desde el miedo, desde la ansiedad o desde la frustración", expresan. "Si los problemas infantiles se resuelven en esta etapa, los menores no se convierten en adultos con patrones de conducta y personalidad disfuncionales", puesto que "estos problemas pueden afectar a su normal maduración emocional y/o a su desarrollo social".

Claros síntomas de que algo 'no marcha bien' en el niño son los accesos de ira o rabietas más intensas de lo habitual, las alteraciones en el sueño y la conducta alimentaria, la aparición de miedos sin razón aparente, las conductas reiterativas, el descontrol de esfínteres o la tristeza y abatimiento del estado de ánimo, sintomatologías que deben preocupar a los padres , ya que "los niños pueden presentar problemas psicológicos por respuestas inadecuadas a situaciones conflictivas", aclaran desde Elea.

Y es que el incremento del estrés en el hogar, el prolongado aislamiento social o la interrupción de la vida escolar por la clausura de centros educativos han impactado negativamente en la salud mental de niños y adolescentes. Los especialistas de Elea recomiendan elaborar un plan de acción terapéutico que cuente con el apoyo de los padres y del personal docente perteneciente al círculo social del menor.

"La [psicoterapia infantil](#) se realiza en sesiones presenciales u online y suele ser, inicialmente, con una periodicidad de un día a la semana. Posteriormente, según la evolución y por indicación del terapeuta, pasamos a sesiones cada 15 días o cada mes", explican desde este centro de atención psicológica y psicopedagógica.

La psicoterapia, cuya duración depende de la evolución de cada persona, ha demostrado ser eficaz para revertir problemas de ansiedad, frustración, depresión y otras alteraciones de la vida psicológica del menor. "Aprender a armonizar emociones, pensamientos y conductas les hará más felices", concluyen los especialistas de Elea.

Acerca de Elea Instituto Psicoeducativo

Elea, Instituto Psicoeducativo es un centro de atención psicológica, neuropsicológica, psicopedagógica y mindfulness situado en Madrid. Su equipo está formado por psicólogos generales sanitarios y especialistas en neuropsicología y diversas ramas sanitarias y educativas, que trabajan con el objetivo de ayudar a niños, adolescentes y adultos, así como a parejas con problemas y familias con hijos que experimenten dificultades de aprendizaje.
