

Impacto psicológico de la Covid-19 en los niños en edad escolar. Revisión bibliográfica

Psychological Impact of Covid-19 on School-Age Children. Bibliographic

Daniela González-Rodríguez ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2367-035X>

Karla Jeisa Peillón-Martínez ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3214-6982>

Dra. Sc. Tamara Téllez-Veranes

Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba

RESUMEN

Introducción: La Covid-19 constituye una emergencia para la salud pública debido a la elevada morbilidad y mortalidad que provoca en los seres humanos, unido a significativas repercusiones psicológicas, en especial en la población infantil en edad escolar.

Objetivo: Describir el impacto psicológico de la Covid-19 en los niños en edad escolar.

Método: Se realizó una búsqueda de la literatura a través de diferentes fuentes de elevado prestigio científico como Pubmed/Medline y SciELO en el periodo comprendido entre agosto y octubre de 2021. Se usó el buscador Google Académico. Se analizó la calidad y fiabilidad de 40 artículos seleccionados y se escogieron 29 fuentes bibliográficas.

Resultados: La población infantil en edad escolar ante la actual pandemia constituye un colectivo de

especial vulnerabilidad, siendo variados los factores de riesgo que inciden en su impacto psicológico, reportándose entre los hallazgos síntomas depresivos, ansiedad, estrés y otras repercusiones psicológicas. Sin embargo, su significativa capacidad de resiliencia le permitirá salir airoso de esta situación.

Conclusiones: El estado de alerta generado por la Covid-19 provoca un significativo impacto psicológico en los niños en edad escolar pues son un colectivo vulnerable, siendo variados los factores de riesgo principalmente los asociados a los cambios en sus rutinas, pero su capacidad de resiliencia les permitirá salir airosos de esta situación.

ABSTRACT

Introduction: The Covid-19 constitutes an emergency for public health due to the high morbidity and mortality that it causes in humans, together with significant psychological repercussions, especially in the school-age population.

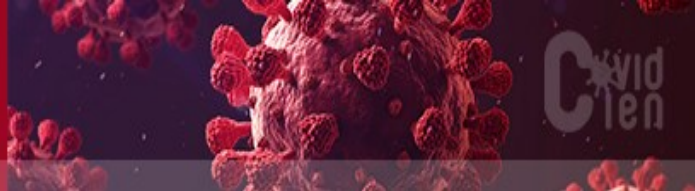
Objective: Describe the psychological impact of Covid-19 on children of school age.

Method: A search of the literature was carried out through different sources of high scientific prestige like Pubmed/Medline and SciELO in the period between August and October 2021. The Academic Google search engine was used. The quality and reliability of 40 selected articles was analyzed and 29 bibliographic sources were chosen.

Results: The children of school age before the current pandemic constitutes a group of special vulnerability, being varied the factors of risk that

affect its psychological impact, reporting among the findings depressive symptoms, anxiety, stress and other psychological repercussions. However, its significant resilience will allow you to get out of this situation.

Conclusions: The alert state generated by Covid-19 causes a significant psychological impact on school age children as they are a vulnerable group, risk factors are mainly associated with changes in their routines, but their resilience will allow them to get out of this situation.



INTRODUCCION:

La existencia de las epidemias es casi tan antigua como la historia de la humanidad poniendo en riesgo la salud del hombre. El mundo antiguo se vio azotado por enfermedades que se extendieron velozmente con carácter epidémico o pandémico produciendo gran mortandad, causadas algunas de ellas por virus.

Los virus son agentes infecciosos envueltos de estructuras proteicas llamadas cápside; estas contienen material genético que puede ser de ácido desoxirribonucleico (ADN) o ácido ribonucleico (ARN) sin la capacidad de auto replicarse. Los coronavirus (CoV) pertenecen a la familia *Coronaviridae*, subfamilia *Coronavirinae*, orden *Nidovirales*. Son virus de ARN de sentido positivo monocatenarios con capacidad de mutación y recombinación rápidas. Reciben el nombre por la ultraestructura de los mismos la cual consta de picos en forma de corona en su superficie. Son de alta prevalencia y amplia distribución, con gran diversidad genética y recombinación frecuente de su genoma. Se han descrito cuatro géneros: *Alpha coronavirus (alfa-CoV)*, *Beta coronavirus (beta-CoV)*, *Gamma coronavirus (gamma-CoV)* y *Delta coronavirus (delta-CoV)*.⁽¹⁾

Dentro del grupo de los *beta-CoV* se ha descubierto un nuevo virus pues desde diciembre del 2019, en *Wuhan*, China, se difundía la noticia del brote de una enfermedad causada por la infección del síndrome respiratorio agudo severo o grave 2 (SARS-CoV-2) denominada Covid-19, con rápida expansión a otros países del mundo, que cambió drásticamente la dinámica de sociedades a escala mundial.⁽²⁾ El 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró que esta enfermedad había alcanzado el nivel de pandemia mundial y solicitó a los gobiernos que tomaran medidas urgentes y contundentes para detener la propagación del virus, debido a su elevada morbilidad y mortalidad, unido a las significativas repercusiones económicas y sociales.⁽³⁾

El SARS-CoV-2 es muy grande pues mide 80-120nm y es visible solo en el microscopio electrónico. Es casi una esfera de proteína cubierta de una membrana de lípidos, la cual protege a la hebra de ARN la molécula que contiene el genoma viral. Su genoma está integrado por aproximadamente 29 891 bases que codifican para 9 860 aminoácidos.⁽⁴⁾ En comparación con otras pandemias anteriores, la Covid-19 tiene una mayor mortalidad y transmisibilidad ya que se extendió a 200 países en un periodo de tres meses. La vía de transmisión se presenta por gotitas respiratorias y vías de contacto con personas que tienen síntomas respiratorios, aunque pueden existir contagios a partir de pacientes asintomáticos e incluso durante el periodo de incubación, aunque hay datos al respecto que resultaron equívocos.⁽⁵⁾

A nivel mundial hasta el 31 de octubre se reportan 190 países y 32 territorios con casos de Covid-19, asciende a 247 403 517 los casos confirmados (+ 351 647) con 18 311 761 casos activos y 5 014 266 fallecidos (+ 5 199) para una letalidad de 2, 03%. En Las Américas se reportan 94 644 109 casos confirmados (+ 64 334), el 38, 25% del total de casos reportados en el mundo, con 10 609 679 casos activos y 2 318 294 fallecidos (+ 1 289) para una letalidad de 2, 45%.^(5,6)

El país acumula hasta esta fecha 10 541 921 muestras realizadas y 952 634 positivas, 8 240 fallecidos, para una letalidad de 0, 86%; 2 evacuados, 55 retornados a sus países y 940 663 pacientes recuperados (98, 8%). Se atienden en las terapias intensivas 96 pacientes confirmados de 41 críticos y 55 graves. Mientras tanto la provincia de Santiago de Cuba reporta este día 25 casos confirmados y el municipio Santiago de Cuba reporta 8 casos (contactos de casos confirmados).⁽⁶⁾

El director general de la OMS, *Tedros Adhanom Ghebreyesus*,⁽⁷⁾ había alertado en agosto del 2020 que la Covid-19 ha impactado la salud mental de millones de personas en cuanto a la ansiedad, el miedo que causó y la interrupción de los servicios de salud mental. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef)⁽⁸⁾ reconoce que la pandemia ha alterado la vida familiar con el cierre de escuelas, el trabajo remoto y el distanciamiento físico.

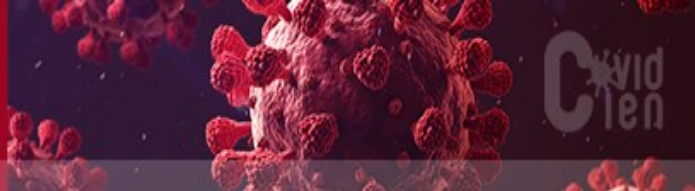
Sánchez Boris⁽³⁾ y García Ríos et al.⁽⁹⁾ también reconocen que precisamente son los niños los más susceptibles para enfrentar problemas de salud mental durante la pandemia al verse afectado seriamente el equilibrio de los mismos y su entorno. Una de las razones para esto, es que la niñez es un periodo crítico de desarrollo psíquico, siendo este el proceso mediante el cual el ser humano que nace siendo un ser totalmente indefenso y dependiente de otro se convierte en un sujeto portador de una compleja personalidad.⁽¹⁰⁾

La niñez, por así decirlo, está formada por varios subperiodos y uno de ellos es el periodo escolar (6-9 años) caracterizado por acelerados cambios biopsicosociales.⁽¹⁰⁾ Aunque históricamente no ha sido el grupo etáreo más afectado por las enfermedades infecciosas, si ha tenido un papel crucial como propagador de las mismas dentro del hogar y en su propia comunidad, como sucedió con brotes previos de influenza y actualmente con la Covid-19.

Han sido numerosas las investigaciones realizadas sobre la actual pandemia, pero muchas de ellas, principalmente las de carácter internacional se han centrado en el estudio y caracterización del virus SARS-CoV-2 y de la enfermedad Covid-19, así como de sus síntomas y complicaciones más frecuentes. Sin embargo, es necesario insistir en el impacto psicológico de la misma, sobre todo en la población infantil en edad escolar, por ello el presente trabajo tiene como **objetivo**, describir el impacto psicológico de la enfermedad Covid-19 en los niños en edad escolar.

Por lo tanto, en este estudio se plantea como **problema científico**: ¿Cuál ha sido el impacto psicológico de la enfermedad Covid-19 en los niños en edad escolar?

Justificación del problema científico: La situación generada por la Covid-19 y el aislamiento físico que esta trae consigo, así como el miedo a contagiarse, ha ocasionado afectaciones psicológicas en la población y en especial a los que atraviesan por la etapa escolar. Lo antes expuesto revela la significación de este tema, por ello se decidió llevar a cabo la presente revisión bibliográfica con una evaluación crítica de los trabajos revisados. De esta manera, poder



brindar a toda persona interesada en el tema abordado, ayuda para atenuar la repercusión psicológica en dicha población. Por otra parte, serviría de apoyo para el diseño y aplicación de programas eficaces de detección y tratamiento de los problemas psicológicos infantiles causados por futuras pandemias y finalmente estimular la investigación sobre estos temas para promover el bienestar psicológico de los niños escolares.

METODO:

Se realizó una búsqueda de la literatura a través de *Pubmed/Medline*, *Science Direct*, *SciELO* y *Lilacs* en el período comprendido entre agosto y octubre de 2021. Se usó el buscador Google Académico. Se obtuvo asimismo información de organizaciones oficiales especializadas en psicología de niños y en los temas de salud pública mundial como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), además de la literatura de consulta disponible en el repositorio de libros y la Biblioteca Virtual de Salud de Infomed. Para seleccionar la literatura se tomaron como criterios de inclusión artículos originales y revisiones sistemáticas tanto en español como en inglés relacionados con el impacto psicológico de la Covid-19 en los niños que atraviesan por la etapa escolar y como criterios de exclusión los trabajos relacionados con el impacto psicológico de la Covid-19 en otros grupos poblacionales. La búsqueda se realizó a partir de las palabras claves: Covid-19; edad escolar; impacto psicológico. Se analizó la calidad, fiabilidad y validez metodológica de 40 artículos seleccionados para realizar una adecuada revisión y se escogieron 29 fuentes bibliográficas.

DESARROLLO:

La vida de los niños ha cambiado de un día para otro. Dejaron de ir al colegio, de jugar en el parque, de visitar a sus familiares. También ha cambiado el mundo dentro de las casas y cuando puedan salir a la calle, el paisaje de mascarillas, guantes y distancias no es el que dejaron. Y ellos tampoco son los mismos. Saldrán con precaución, si no con temor al contagio porque durante este tiempo aprendieron que el contacto físico es peligroso.⁽¹¹⁾

Si para los adultos es difícil, imagine para los niños. Para los adultos el tener que enfrentarse a la Covid-19 ha sido bastante complejo, no solo por las consecuencias que esta trae, sino por todo a lo que se ha tenido que renunciar de un día para otro y que formaba parte de la cotidianidad. Pero, ¿qué sucede con los pequeños? Además de las diferentes secuelas que en lo biológico puede dejar esta enfermedad están las consecuencias psicológicas que son muy complejas de manejar.⁽¹²⁾

A causa de la gran preocupación en lo concerniente a cómo puede afectar esta situación a la población infantil, específicamente en los niños en edad escolar, surgen varios aspectos a considerar:

Características psicológicas de la etapa escolar

Según Suárez Vera,⁽¹⁰⁾ el estudio constituye la actividad rectora de esta etapa y su objetivo fundamental es la asimilación por parte del niño de un sistema de conocimientos como etapa inicial de su preparación para la vida adulta. La conducta y actividad del niño muestran una creciente tendencia a la estabilidad, necesaria para la formación de cualidades volitivas de la personalidad, así como para el desarrollo de formaciones y cualidades psíquicas características de la adolescencia. Desarrollan una nueva actitud cognoscitiva hacia la realidad que permite el paso a formas más complejas del pensamiento y a la realización de operaciones con conceptos abstractos.

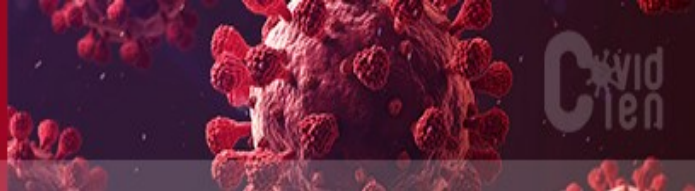
Craig et al.⁽¹³⁾ por su parte consideran que en esta etapa los escolares mejoran sus habilidades verbales, aprenden a leer y escribir, afinan y adquieren sus habilidades locomotoras como correr, brincar o saltar, que ejecutan a ritmo constante y con pocos errores mecánicos. A su vez plantea que la salud en este período de la vida es un factor importante del desarrollo físico, dado que los niños saludables son más capaces de participar en actividades físicas, cognitivas y sociales del mundo que los rodea. El niño pasa por el período de operaciones concretas, se vuelve capaz de hacer inferencias lógicas, reflexionar en las transformaciones físicas, realizar operaciones mentales reversibles y en general, formular hipótesis sobre el mundo material.

Comparando lo planteado por estos autores, la edad escolar se caracteriza por el surgimiento y fortalecimiento de una o varias funciones psíquicas específicas colocando al niño en una posición social nueva, lo que comprende su relación con adultos y coetáneos cambiando su autovaloración y reestructurando las interrelaciones en el núcleo familiar.

Vulnerabilidad y capacidad de adaptación

En tiempos de pandemia, Sánchez Boris,⁽³⁾ y Cruz Díaz,⁽¹⁴⁾ coinciden en que los escolares son especialmente vulnerables. Desde el punto de vista personal, el constante desarrollo de estructuras y funciones propician esta condición, sobre todo en el sistema nervioso que es uno de los más imperfectamente desarrollados, de manera específica en el aspecto funcional. En estas situaciones de crisis se consideran las características de personalidad en estructuración, los antecedentes familiares y personales de trastornos psíquicos y abuso de sustancias, unido a experiencias de estrés, maltrato, abuso sexual, así como pérdida de uno de los progenitores. En relación con el ambiente, la estructura y funcionalidad de la familia, las condiciones de la vivienda, la situación socioeconómica que rodea al menor, unido a la existencia de recursos materiales y emocionales para afrontar el evento juegan un papel importante en la vulnerabilidad de los más pequeños.

Sánchez Boris,⁽³⁾ añade que en esta etapa es necesario prestarles especial atención a los menores con psicopatologías previas. Entre estas psicopatologías se incluyen a los discapacitados, institucionalizados, aquellos que viven en la pobreza, que sufren de violencia intrafamiliar, depresión o consumo de sustancias, siendo estos los más sensibles. En este sentido es innegable la vulnerabilidad de los niños escolares aunque también son distintivas su capacidad de adaptación, asimilación y creatividad, cualidades que permiten su transición exitosa por situaciones insospechables.



Lo anterior es ratificado por Espinosa Ferro,⁽¹⁵⁾ quien considera que los niños dan muestras de su elevada resiliencia que a su vez incluye muchas categorías como la resistencia psicológica, disposición emocional favorable, alta motivación, capacidad para la comunicación, restablecimiento y recuperación.

Estos criterios demuestran que en medio de este escenario de cambios inesperados y situaciones amenazantes transcurre la vida de un colectivo de especial atención: los niños en edad escolar. Es válido considerar que por las características psicológicas de esta etapa son especialmente vulnerables, pero a su vez su significativa capacidad de resiliencia les permitirá salir airoso de esta situación.

Factores de riesgo

Aunque la presencia de los padres y su implicación con los niños daban una apariencia normal de rutina, el aislamiento social y la privación de ciertas actividades aumentaban el factor de riesgo de trastornos psicológicos, aspectos en los que concuerdan Galiano Ramírez et al.⁽¹⁶⁾ y otros autores.^(9,17) Esto guarda relación con su vulnerabilidad individual, pero el surgimiento o no de estos trastornos estará en dependencia de su capacidad de adaptación.

Sánchez Boris,⁽³⁾ expresa que según el primer estudio que analiza el impacto psicológico de la cuarentena por la Covid-19 en China durante el confinamiento, dos de los factores que más afectaron el bienestar físico y psicológico de sus habitantes fueron la pérdida de hábitos y rutinas, así como el estrés psicosocial. En cambio Puig Meneses,⁽⁷⁾ asegura que en otra investigación, uno de cada cinco afectados por la Covid-19 desarrolla una enfermedad mental en un plazo de 90 días tras dar positivo por coronavirus.

Antón Rodríguez,⁽¹⁸⁾ plantea que en un estudio realizado por las universidades de *Huazhong*, China, y de Carolina del Norte, Estados Unidos, se alerta que los niños también presentan problemas de salud psicológica y mental. Esto se debe al encierro causado por el aislamiento de la Covid-19, el cual trae consigo, en algunos casos, síntomas depresivos o de ansiedad.

García Ríos et al.⁽⁹⁾ afirman que el impacto psicológico de la pandemia puede ser grave en los escolares, agudizándose con el aumento de la edad. Sus investigaciones revelan que las niñas en edad escolar son más propensas a mostrar síntomas depresivos y de ansiedad, siendo mayor el riesgo en aquellas que viven en áreas urbanas en comparación con las que viven en zonas rurales, pero los escolares que residen en zonas altamente epidémicas tienen más problemas psicológicos en comparación con otros. Igualmente las expectativas y la información sobre la enfermedad también influyen en la probabilidad de padecer trastornos psicológicos.

Por su parte Cifuentes Faura,⁽¹⁹⁾ y Orgilés,⁽²⁰⁾ consideran que el cierre de escuelas ha tenido repercusión psicológica. Aunque para algunos alumnos no ir a la escuela inicialmente puede ser bastante emocionante y un alivio, la falta de socialización y aprendizaje podría acabar siendo un gran problema a largo plazo originando un aumento de las desigualdades en los resultados educativos.

Espada et al.⁽²¹⁾ y otros autores^(9,14,19) opinan que los cambios en la educación han modificado la actuación de los escolares pues han dejado de pasar varias horas en la escuela con el contacto de los compañeros a sentarse frente a una pantalla para recibir las clases, sumado a los momentos de ocio navegando en Internet. Esto ha contribuido a un incremento del sedentarismo reduciéndose considerablemente el nivel de actividad física.

Según Cruz Díaz,⁽¹⁴⁾ en este tiempo se han registrado reportes e incidentes de problemas en la convivencia originando manifestaciones de violencia doméstica, abuso infantil, trabajo infantil, trata de niños y explotación sexual. También refiere que el incremento de las horas de exposición a una pantalla incide directamente en la falta de sueño, repercutiendo en la realización de las actividades al siguiente día, la concentración, la memoria y la atención. Además existe una predisposición al estar en casa todo el día hacia el consumo de productos chatarras entre comidas, también como resultado del incremento de la ansiedad o algún trastorno alimenticio anterior a la pandemia.

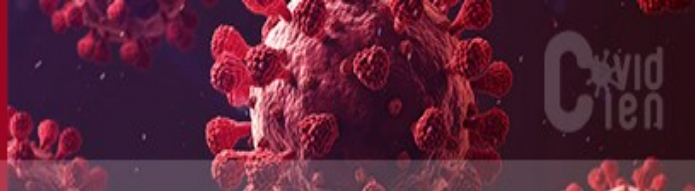
Rengel Sempértegui et al.⁽²²⁾ consideran que debido a la pandemia se han producido cambios en las relaciones sociales de los escolares pues al no poder ir a los centros educativos disminuye el número de eventos y lugares donde podrían interactuar con sus coetáneos como las fiestas de cumpleaños y los parques. También se han evidenciado cambios en el comportamiento y a nivel emocional incrementándose el desinterés, la irritabilidad, la agitación, el nerviosismo, los sentimientos de soledad, la inquietud y la preocupación.

Por último, Molina,⁽²³⁾ agrega que debido a las circunstancias actuales los escolares se enfrentan a posibles pérdidas, atravesando el proceso de duelo, ya sea por la pérdida de la regularidad en sus actividades y la posibilidad de separarse o perder a sus seres queridos debido a la enfermedad. En este sentido también coinciden Rengel Sempértegui et al.⁽²²⁾

Lo antes expuesto revela que son variados los factores de riesgo que inciden en la repercusión psicológica de la Covid-19 en los niños en edad escolar. No obstante, estos no necesariamente deben ser considerados como factores causales de las alteraciones psicológicas.

Impacto psicológico

En el caso de los escolares, estudios de Piña Ferrer,⁽¹⁷⁾ y Oreja Llavador,⁽²⁴⁾ afirman que las secuelas psicológicas o traumas a causa de la pandemia se caracterizan por síntomas de estrés postraumático, desesperación, aburrimiento, poca concentración, irritabilidad, ira, ansiedad, regresiones a etapas anteriores, agresividad y rebeldía, o incluso desórdenes en el sueño, pérdida de interés por sus compañeros y competencia por la atención de los padres en casa. Espada et al.⁽²¹⁾ y otros autores^(17,22) agregan que la restricción de movimiento provoca enfados, llantos, miedos,



trastornos alimentarios y cierta hiperactividad. Esta situación genera interrupción de sus procesos de crecimiento, el desarrollo de su intelecto y de actividades físicas, así como la alteración de necesidades que son vitales. El no tener contacto físico con familiares, amigos, no poder desarrollar una rutina de vida normal, trae consigo efectos dramáticos si no son bien canalizados. Todos ellos son considerados factores altamente estresores y contraproducentes para el ser humano portador o no de la Covid-19.

Sánchez Boris,⁽³⁾ asegura que en los escolares pueden aparecer síntomas de angustia como palpitaciones, hiperventilación y diarreas, asociados generalmente a procesos de somatización; también pueden manifestarse señales de depresión con sentimientos de tristeza y abandono. En cambio García Olivera et al.⁽¹²⁾ afirman que algunos escolares tendrán de nuevo conductas propias de cuando eran más pequeños (mojarán la cama por las noches, les costará dormir o querrán dormir con los padres, tendrán berrinches, les asustará la oscuridad, hablarán con un lenguaje más infantil, mostrarán conductas agresivas con los hermanos y pedirán comida a toda hora).

Por su parte, Oreja Llavador,⁽²⁴⁾ afirma que en una comparación entre niños en cuarentena debido a la pandemia de la Covid-19 frente a otros que no habían sufrido la cuarentena, los niños en cuarentena mostraban una mayor angustia psicológica que los no puestos en cuarentena, así la preocupación (68, 59%), la impotencia (66, 11%) y el miedo (61, 98%) fueron los sentimientos más comunes experimentados por estos niños.

Es la primera vez que se produce en Cuba una situación como la cuarentena impuesta para el control de la Covid-19. Por tal motivo, se carece de numerosos estudios con muestras cubanas que aporten datos sobre cómo puede afectar a los niños esta situación.

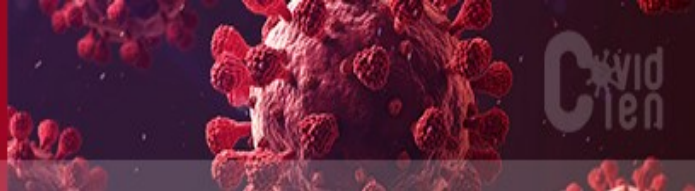
Sin embargo, García Morey et al.⁽²⁵⁾ refieren que un estudio realizado arrojó como resultado que la mayoría de los niños estudiados expresaron malestar psicológico dados por: exceso de apego y horario de sueño alterado en más del 60%, voluntarismo (57%), conducta rebelde y desafiante (43%) sobre todo en niños de 3 años y más de 12, lo que coincide con dos etapas de crisis del desarrollo; también detectan irritación, alteración y llantos frecuentes (41, 8%). Otros malestares fueron: dificultad para concentrarse (27, 5%), apetito exagerado (24, 7%), miedos (20, 3%), agresividad (18, 3%), inapetencia (13, 1%), pesadillas (10, 4%), onicofagia (9, 6%), pérdida del control del esfínter vesical (6, 8%) y succión digital (4, 4%).

El mismo grupo de autores,⁽²⁶⁾ también asegura que en una evaluación psicológica de una muestra de niños cubanos residentes en La Habana que padecieron la Covid-19, los síntomas clínicos presentes tienen bajas representaciones en la muestra. La succión digital, los tics y la pérdida de intereses no son síntomas que se reportan en ningún caso de la muestra. En cambio este panorama de la baja representación de todos los síntomas en los evaluados no coincide con los datos obtenidos en la anterior investigación⁽²⁵⁾ sobre los efectos del aislamiento físico en niños cubanos pues se realizó una comparación entre los síntomas de mayor incidencia en la muestra de niños que padecieron la enfermedad y en la muestra ya referida de los niños sanos que se encontraban en aislamiento físico.

Concuerda con esta última investigación⁽²⁶⁾ el artículo publicado por Martínez Hernández⁽¹¹⁾ donde se reflejan los siguientes datos: de los 1 289 (infantes) que se han estudiado poco más del 32% desarrolló conductas de riesgo al enfermar, como el sobreconsumo de tecnologías, comportamientos rebeldes y desafiantes, voluntarismo, exceso de apego, irritabilidad, miedos y pesadillas. Otro 14, 1% tuvo alguna sicopatología a partir de enfermar de la Covid-19, entre estas, trastornos por ansiedad de separación, depresión, fobias, pánicos y tics transitorios.

Los estudios anteriores coinciden que la situación impuesta por la actual pandemia afecta la salud psicológica de los niños escolares, siendo los siguientes hallazgos los más frecuentes, en lo que coinciden Sandín et al.⁽²⁷⁾ y otros autores:^(14,16,22)

- **Ansiedad.** La ansiedad en los niños escolares puede manifestarse con conductas desafiantes ya sea discutiendo, negándose a obedecer, actuando de manera diferente, quedándose en silencio o manifestando enojo y/o hiperactividad. Es posible que los padres tengan afectada la capacidad para reconocer y dar respuesta a las señales de ansiedad que presenten sus hijos.
- **Violencia.** Los escolares en estos tiempos han estado en riesgo ya que en los hogares se ha incrementado la violencia y el maltrato hacia los mismos, manifestado también en el abuso y en la negligencia por parte de las personas a cargo. El abuso puede manifestarse de forma física o sexual y la negligencia al dejar de satisfacer sus necesidades básicas llevando a deficiencias en el funcionamiento emocional y en el desarrollo.
- **Estrés.** En este tiempo es común que los escolares se sientan estresados. Esto provoca alteraciones psicológicas revelando un impacto emocional y mostrándose preocupados por los cambios que manifiestan, como por ejemplo el cierre de las escuelas, las restricciones de movimiento y el cambio de sus rutinas. Algunos signos de estrés y angustia en los escolares son: dificultades para comer y dormir, pesadillas, ser retraído o agresivo, somatizaciones, miedo a quedarse solo, conductas dependientes, pérdida del interés hacia jugar, llorar sin motivo aparente y mostrarse triste con constancia. Hay expertos que señalan que los niveles de estrés postraumático son cuatro veces mayores en los niños escolares que han pasado por una cuarentena y que estos episodios pueden llegar a darse hasta tres años después. Otro riesgo para desarrollar trastorno de estrés postraumático (TEPT) es la ansiedad preexistente en aquellos que ya eran ansiosos antes del desastre. Es decir, antes de la Covid-19, son más vulnerables a desarrollar la sintomatología del TEPT, pese a que el grado de exposición que tengan sea mínimo.
- **Depresión.** La transformación del estilo de vida y la amenaza de infección pueden causar depresión, asociada a la disminución de la atención, concentración, sentimientos de inferioridad, pérdida del apetito, disminución de la vitalidad y cansancio exagerado. Sin un acompañamiento adecuado o soporte socioemocional, puede significar un riesgo mayor en cuanto a la estabilidad emocional de los escolares, incluso atentar contra su vida a través de conductas de autolesión y suicidio.



- Trastorno obsesivo compulsivo (TOC). Últimamente los niños están más pendientes del cuidado respecto al contacto con superficies y personas, hay mayor preocupación por la limpieza; sin embargo, esto no significa que todos estén desarrollando TOC, sino que se manifiesta en casos extremos y que incluso pueden atentar contra la salud misma (laceración de las manos y la piel ante el uso muy frecuente de desinfectantes, quemaduras por el uso de productos de limpieza y desinfección excesiva de los alimentos).

Herramientas para prevenir o disminuir el impacto psicológico en los escolares

En estas adversas circunstancias es necesario asegurar el bienestar de los escolares. Para ello se ofrece un conjunto de herramientas útiles para ayudar a manejar esta situación.

García Ríos,⁽⁹⁾ y Cifuentes Faura,⁽¹⁹⁾ admiten que las familias son fundamentales para la educación y deben proporcionar importantes aportes al aprendizaje del escolar. Los padres deben complementar el aprendizaje de sus hijos, dirigir o supervisar el desempeño y el comportamiento de estos, respetar su espacio personal y ayudarles a desarrollar habilidades de autodisciplina. Los escolares tienen muchas preguntas y preocupaciones y es importante que los padres respondan de manera correcta para tranquilizarlos y no crear pánico.

García Ríos,⁽⁹⁾ también afirma que durante la situación de la pandemia, los profesores pueden dedicar algo de tiempo a educarlos sobre la Covid-19 y consultar a sus padres para fomentar un comportamiento saludable. También pueden llevar a cabo sesiones online, mantenerlos comprometidos para romper la monotonía, promover directamente su salud mental, discutir con ellos los problemas y preguntarles sobre sus sentimientos y cómo tratarlos, jugar y enseñarles técnicas de relajación y respiración.

Los trabajadores de salud mental deben promover la telesalud para realizar evaluaciones online, elaborar planes de intervención y ser capaces de difundir el material de promoción de salud al público en general. Todos los trabajadores deben colaborar y coordinarse entre sí para prestar apoyo psicológico y primeros auxilios, aspectos en los que coinciden García Ríos,⁽⁹⁾ y Cifuentes Faura.⁽¹⁹⁾

Cada gobierno debe formular políticas para hacer frente a estos desafíos y desigualdades que genera el cierre de escuelas. También deben abordarse las necesidades de nutrición y aprendizaje de los estudiantes más desfavorecidos y poner en marcha un sistema de préstamos de ordenadores,⁽¹⁹⁾ libros y materiales educativos para reducir las desigualdades económicas, según lo afirmado por Cifuentes Faura.⁽¹⁹⁾

En el caso especial de Cuba, lo antes expuesto se ha puesto en práctica como claro ejemplo de la voluntad política de nuestro gobierno, que cumpliendo los anhelos de nuestro Apóstol, José Martí, y las enseñanzas de nuestro Comandante en Jefe, Fidel Castro, brinda especial atención al bienestar y cuidado de los más pequeños de casa. Sin embargo, debido a las limitaciones existentes como consecuencia del bloqueo económico, comercial y financiero impuesto por los Estados Unidos de América, aún se evidencian deficiencias en este sentido a pesar del arduo esfuerzo que realizan los organismos estatales en estrecha colaboración con las organizaciones políticas y de masas como los Comités de Defensa de la Revolución (CDR) y la Organización de Pioneros José Martí (OPJM) en aras de superar estos obstáculos.

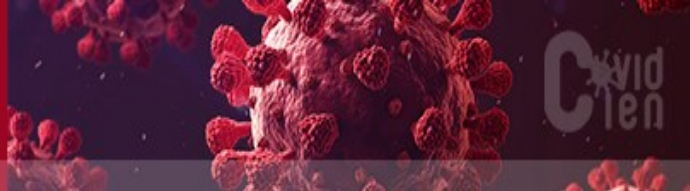
También se deben impulsar y promover desde el gobierno campañas de concienciación orientadas a los más pequeños en relación a las normas de bioseguridad para evitar el contagio y propagación de la Covid-19. Como ejemplo de la toma de conciencia de los niños cubanos en el enfrentamiento de la pandemia se destaca el personaje Chamaquili, inspirado en todos los niños y las niñas e interpretado por el pequeño Lucas Baños Alvarino, quien protagoniza los spots llevados a la televisión por un equipo de La Colmenita.

Es reconocida la imperiosa necesidad de programas de intervención especializados desde la psicología. En el caso particular de Cuba, han sido habilitados diversos servicios psicológicos para la orientación y apoyo a la población en general mediante las emisoras de radio y líneas telefónicas. Sin embargo, no se alcanza a cubrir toda la demanda en términos numéricos ni en la especificidad y calidad de los servicios que pueden requerirse.⁽²⁵⁾

Gran parte de las familias, en especial las cubanas, independientemente de sus particularidades se han dado a la tarea de proteger y brindar apoyo a los más pequeños de casa, en relación a sus nuevos horarios, rutinas y actividades afines a sus edades psicológicas. En esta labor han contado con la colaboración indispensable de agentes socializadores.

En las actuales circunstancias, cuidar la salud y promover el bienestar de los niños escolares, especialmente el bienestar psicológico, exige valorar en todo momento sus características psicológicas, factores de riesgo, vulnerabilidad y resiliencia. Esto permitirá ayudarlos a comprender la compleja situación a la que se enfrentan, acompañar y limitar el efecto psicológico de la misma, saber responder oportunamente las necesidades relacionadas con su desarrollo integral y propiciar una convivencia armoniosa en el hogar que facilite su bienestar psicológico. Todas las acciones a desarrollar deben tenerlos como prioridad no solo durante el período de pandemia, sino también a mediano y largo plazo.

Toda crisis, como la pandemia que se vive actualmente por la Covid-19, conlleva fuertes respuestas emocionales negativas, cobrando mayor importancia el desarrollo de la educación emocional para futuras pandemias. Para el experto, Rafael Bisquerra,⁽²⁸⁾ la educación emocional es un constructo que abarca la formación integral de la persona. Por tanto, debe ser un complemento que responda y atienda las necesidades intelectuales y sociales. En este sentido recomienda el desarrollo de competencias emocionales a través de prácticas sistemáticas bien fundamentadas, desarrollo de la conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, competencias sociales, asertividad, habilidades de vida y bienestar consciente. Además aconseja aumentar la tolerancia a la frustración, control de la



impulsividad, resiliencia, reestructuración cognitiva, atribución causal consciente, pensamiento alternativo, etc. Por su parte Bosada,⁽²⁹⁾ afirma que la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) también se ha pronunciado con respecto a esto. Por tal motivo insta que los programas de educación emocional eficaces deben ser científicamente rigurosos y empíricos, así como participativos e inclusivos.

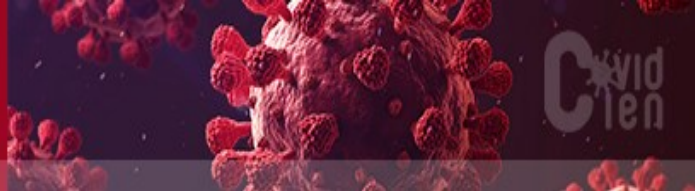
Lo antes expuesto revela el impacto psicológico como consecuencia de la actual situación epidemiológica a la que enfrenta la humanidad, con gran repercusión psicológica en la población, especialmente en los niños en edad escolar. Por ello se hace necesario fomentar la educación emocional, que no se trata solo de quedarse en el diagnóstico e identificar las necesidades de los niños de toda la comunidad escolar, sino ser capaz de asumir esta responsabilidad socioemocional con una mirada de futuro. Lo esencial es apoderarse de estrategias que permitan el día de mañana ser un factor de cambio y así construir un horizonte de esperanzas para los más pequeños donde aquellos que atraviesan por la edad escolar jugarían un rol protagónico

CONCLUSIONES:

La niñez es un período crítico de desarrollo psíquico y dentro de ella el período escolar se caracteriza por acelerados cambios biopsicosociales que colocan al niño en una posición social nueva. El estado de alerta generado por la Covid-19 provoca un significativo impacto psicológico en los niños en edad escolar pues son un colectivo vulnerable, siendo variados los factores de riesgo principalmente los asociados a los cambios en sus rutinas, pero su capacidad de resiliencia les permitirá salir airoso de esta situación. Las herramientas a utilizar en esta compleja situación llena de incertidumbre ofrecen la certeza de que los niños en edad escolar, las familias y la sociedad saldrán victoriosos de este período hacia la pronta y total recuperación.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Carvajal de Carvajal AC, Rísquez-Parra A, Fernández-Silano M, Barrios-Briceño MM, Rojas-Rosales M, Cuadra-Sánchez C, et al. Nuevo coronavirus (SARS-COV-2): una amenaza global. Med Interna [Internet] 2020 [citado 05/08/21]; 36(1): [aprox. 13 p.]. Disponible en: <https://www.svmi.web.ve/ojs/index.php/medint/article/view/536/524>
2. Da Silva-Vilelas JM. The new corona virus and the risk to children's health. Rev Latino-Am Enfermagem [Internet] 2020 [citado 23/08/21]; 28 [aprox. 10 p.]. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/340722165-The-new-coronavirus-and-the-risk-to-childrens-health>
3. Sánchez-Boris IM. Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. MEDISAN [Internet] 2021 [citado 25/08/21]; 25(1): 123-41. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci-arttext&pid=S1029-30192021000100123>
4. Díaz-Barreiro LA, Cossio-Aranda J, Verdejo-Paris J, Odin de los Ríos M, Galván-Oseguera H, Álvarez-López H, et al. Covid-19 y el sistema renina, angiotensina, aldosterona. Una relación compleja. Arch Cardiol Mex [Internet] 2020 [citado 05/09/21]; 90(Supl): 19-25. Disponible en: <https://iashonline.org/assets/images/2-11-20.pdf>
5. Gamboa-Pérez A, Escobar-Muciño E, Ramírez-Castillo ML. El origen, las características moleculares, el mecanismo de infección, la evasión de la inmunidad innata y adaptativa frente al SARS-CoV-2, la sintomatología y los marcadores moleculares de la COVID-19. Rev Alianzas y Tendencias - BUAP [Internet] 2020 [citado 01/11/21]; 5(19): 105-44. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/handle/20.500.12371/9409>
6. Parte de cierre del día 31 de octubre a las 12 de la noche [Internet]. La Habana: MINSAP; 2021 [citado 01/11/21]. Disponible en: <https://salud.msp.gob.cu/parte-de-cierre-del-dia-31-de-octubre-a-las-12-de-la-noche-2/>
7. Puig-Meneses Y. Uno de cada cinco infectados por coronavirus desarrolla una enfermedad mental. Granma. 12 Nov 2020; Secc. Cuba (col.4).
8. de Jesús-García V. El desafío de educar en casa: consejos de la ONU y de la Unicef ante el cierre de las escuelas. Granma. 30 Mar 2021; Secc. Cuba (col.3).
9. García-Ríos CA, Recalde-Bermeo MR, Miranda-Barros DH. Impacto psicológico sobre a la población pediátrica durante el Covid-19. Pol Con [Internet] 2020 [citado 19/10/21]; 6(3): 1581-90. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000100123
10. Suárez-Vera DM. Desarrollo psíquico en la infancia. En: Núñez de Villavicencio-Porro F, González-Méndez R, Ruiz-Rodríguez G, Álvarez-González MA, Leal-Ortega Z, Suárez-Vera DM, et al. Psicología de la Salud. La Habana: Ciencias Médicas; 2001. p. 135-44.
11. Martínez-Hernández L. Los niños sí se enferman y tienen secuelas de la covid-19. Granma. 10 Mar 2021; Secc. Cuba (col.1).
12. García-Olivera J, de Manuel-Vicente C. Efectos psicológicos en los niños producidos por el COVID-19: ¿Una nueva pandemia? [Internet]. Cádiz: Unidad de Salud Mental Infanto-Juvenil; 2020 [citado 13/08/21]. Disponible en: <https://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/infecciones/todo-sobre-el-coronavirus/efectos-psicologicos-en-los-ninos>



13. Las etapas del desarrollo [Internet] [s. a.] [citado 03/09/21]. Disponible en: https://portalacademico.cch.unam.mx/repositorio-desitios/experimentales/psicologia2/pscl/MD1/MD1-L/etapas_desarrollo.pdf
14. Cruz-Díaz FJ. Impacto psicológico del Covid-19 en la salud mental de niños y adolescentes [tesis] [Internet]. Cajamarca: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrel; 2021 [citado 14/09/21]. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1526/TRABAJO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N%20PDF.pdf?sequence=1>
15. Espinosa-Ferro Y, Mesa-Trujillo D, Díaz-Castro Y, Caraballo-García L, Mesa-Landín MA. Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. Rev Cubana de Salud Pública [Internet] 2020 [citado 11/10/21]; 46(Supl. especial): [aprox. 17 p.]. Disponible en: <https://scielosp.org/pdf/rcsp/2020.v46supl1/e2659/es>
16. Galiano-Ramírez MC, Prado-Rodríguez RF, Mustelier-Bécquer RG. Salud mental en la infancia y adolescencia durante la pandemia de COVID-19. Rev Cubana de Pediatría [Internet] 2020 [citado 24/08/21]; 92(Supl. especial): [aprox. 19 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v92s1/1561-3119-ped-92-s1-e1342.pdf>
17. Piña-Ferrer L. El COVID 19: Impacto psicológico en los seres humanos. Rev Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida [Internet] 2020 [citado 28/10/21]; 4(7): 188-99. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7407744>
18. Antón-Rodríguez S. Alerta sobre afectaciones psicológicas en niños, debido al aislamiento provocado por la covid-19. Granma. 16 Mar 2021; Secc. Cuba (col.4).
19. Cifuentes-Faura J. Consecuencias del Cierre de Escuelas por el Covid-19 en las Desigualdades Educativas. Rev Internacional de Educación para la Justicia Social [Internet] 2020 [citado 09/09/21]; 9(3): [aprox. 12 p.]. Disponible en: <https://revistas.uam.es/riejs/article/download/12216/12089/0>
20. Orgilés M. Presentación del monográfico: Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes [Internet]. Elche: Universidad Miguel Hernández de Elche; 2020 [citado 27/08/21]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7649326.pdf>
21. Espada JP, Orgilés M, Piqueras JA, Morales A. Las Buenas Prácticas en la Atención Psicológica Infanto-juvenil ante el COVID-19. Clínica y Salud [Internet] 2020 [citado 14/09/21]; 31(2): 109-13. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v31n2/1130-5274-clinsa-31-2-0109.pdf>
22. Rengel-Sempértegui MY, Calle-Coronel II. Impacto psicológico de la pandemia del COVID-19 en niños. RIP [Internet] 2020 [citado 02/09/21]; Número especial: 97-106. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/nEspecial/Especial_a011.pdf
23. Molina J. Consecuencias psicológicas del COVID-19 en niños y adolescentes [Internet]. Alicante: Prensa Alicantina S.A.U.; 2020 [citado 05/10/21]. Disponible en: <https://www.informacion.es/opinion/2020/04/12/consecuencias-psicologicas-covid-19-ninos4569252.html>
24. Oreja-Llavador J. Impacto psicológico del confinamiento por el COVID-19 en niños y progenitores que conviven con personas expuestas al COVID-19 por trabajo [tesis] [Internet]. Andalucía: Universidad de Jaén; 2020 [citado 14/10/21]. Disponible en: http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/14077/1/Oreja_Llavador_Javier_TFM.pdf
25. García-Morey A, Castellanos-Cabrera R, Álvarez-Cruz J, Pérez-Quintana D. Aislamiento físico en los hogares a causa de la COVID-19: efectos psicológicos sobre niños y adolescentes cubanos [Internet]. Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana; 2020 [citado 11/08/21]. Disponible en: https://www.unicef.org/cuba/media/1936/file/COVID19_III%20reporte%20efectos%20psicol%C3%B3gicos.pdf.pdf
26. Evaluación psicológica de una muestra de niños cubanos que padecieron la COVID-19 [Internet]. Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana; 2020 [citado 14/10/21]. Disponible en: https://www.unicef.org/cuba/media/2901/file/COVID19_V%20evaluaci%C3%B3n%20psico%20habana%2044.pdf%20.pdf
27. Sandín B, Valiente RM, García-Escalera J, Chorot P. Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. Rev de Psicopatología y Psicología Clínica [Internet] 2020 [citado 07/10/21]; 25(1): [aprox. 22 p.]. Disponible en: https://www.researchgate.net/profile/Julia-Garcia-Escalera/publication/341698958_impacto_psicologico_de_la_pandemia_de_COVID-19_Efectos_negativos_y_positivos_en_poblacion_espanola_asociados_al_periodo_de_confinamiento_nacional/links/5ed4af114585152945279dff/Impacto-psicologico-de-la-pandemia-de-COVID-19-Efectos-negativos-y-positivos-en-poblacion-espanola-asociados-al-periodo-de-confinamiento-nacional.pdf
28. Bisquerra R. 10 ideas claves. La educación emocional [Internet]. Barcelona: Graó; 2016 [citado 08/10/21]. Disponible en: <https://www.rafaelbisquerra.com/libros/10-ideas-clave-educacion-emocional/>
29. Bosada M. La educación emocional, clave para la enseñanza-aprendizaje en tiempos de coronavirus [Internet]. Madrid: educaweb; 2020 [citado 20/10/21]. Disponible en: <https://www.educaweb.com/noticia/2020/05/27/educacion-emocional-clave-ensenanza-aprendizaje-tiempos-coronavirus-19205/>