



General | | Actualitzat el 21/04/2021 a les 17:05

Fa un any les nostres criatures tornaven a trepitjar el carrer

Quines seqüeles els poden haver quedat? De vegades hi pot haver símptomes poc visibles que ens passin per alt

[inicentrareport]La pandèmia pot haver afectat psicològicament i emocionalment les nostres criatures i diversos estudis han conclòs que en situacions socioeconòmiques més desfavorables ha comportat pitjors conseqüències.

De fet, és possible que aquestes seqüeles no hagin estat visibles, que les nostres criatures no ens les hagin verbalitzat, però això no vol dir que no existeixin. Ens ho explica la pediatra i escriptora Laia Asso.

"Moltes vegades els infants no venen directament i et diuen tinc ansietat, o estic neguitós. Si no que poden manifestar la seva angoixa a través de símptomes inespecífics i hem de mirar d'acompanyar-los i ajudar-los a vehicular l'expressió de les seves pròpies emocions, dels seus neguits, de les seves pors", assegura.

[GotaVerdaPle]Quins són aquests símptomes?

La majoria de vegades són dolències inespecífiques, que sovint no són exclusius del moment de pandèmia. Són símptomes que es poden manifestar quan l'infant pateix per algun motiu i aquest patiment té una repercussió en el terreny emocional.

El mal de cap o el mal de panxa són molt habituals. Quan no tenen altra causa, poden representar la punta de l'iceberg que ens ajudi a estirar el fil de tot plegat.

[GotaVerdaPle]Quines altres conseqüències ha comportat?

L'excés de pes ja era un problema que preocupava molt abans de la pandèmia i que ara hem vist que s'ha agreujat després de tot aquest període. L'augment del consum d'aliments malsans, com els precuinats o la brioixeria industrial, juntament amb el sedentarisme propi del confinament ha fet incrementar les xifres d'obesitat infantil.

Una altra de les conseqüències derivades de la pandèmia és l'abús de les pantalles. Això ha tingut conseqüències més enllà de la pèrdua de visió: també s'han incrementat les addiccions a les pantalles.

[GotaVerdaPle]Què es pot fer per parlar d'això amb les criatures?

La literatura infantil pot ser una bona manera d'abordar tots aquests temes. A través dels contes podem trobar un camí per esbrinar què els passa i ajudar-los en la gestió de les emocions.

És clau adaptar els missatges que reben els nens i nenes a la seva edat per tal d'explicar-los millor les coses i que el contingut que rebin sigui el més adequat a la seva capacitat de comprensió però no per això sigui menys verídica.

Segons ens explica la Dra. Laia Asso, els infants estan inmersos en un seguit d'informació de



vegades emesa des d'un punt de vista molt adultocentrista. Per aquest motiu, però també per impulsar la igualtat d'oportunitats, assegura que ha estat clau el fet de mantenir les escoles obertes. [ficentrareport]

[enquestaregistre]