



7 MINUTE READ

Entrevista a Pilar Nso y Francisco José Sánchez



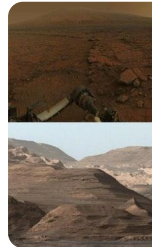
from Sapiens Junior | Revista UMH Sapiens
no. 30 | Ciencia, tecnología, historia, sociedad,
arte
by UMH Sapiens



Macarena Martín



Next Story →
from 'Sapiens Jun
Sapiens no. 30 | C



Ciencia er

“Estamos viviendo una falsa tranquilidad con los niños en esta pandemia ”

Ana del Pilar Nso Roca y Francisco José Sánchez Ferrer son profesores de Pediatría en la Universidad Miguel Hernández (UMH) de Elche y pediatras en el Hospital Universitario de Sant Joan d'Alacant, especializados en Endocrinología y Cardiología, respectivamente. Según explican, es prioritario atender a cómo la pandemia de la COVID-19 ha afectado a los niños desde diferentes aspectos. El aumento de casos con problemas de alimentación o

las alteraciones del sueño son algunos de los efectos más importantes. A su juicio, es necesario promover una mayor información y educación para la salud en las familias, así como una atención constante hacia los más pequeños.

Pregunta: ¿Qué se sabe actualmente de los cambios que han experimentado los niños a raíz de la pandemia y el confinamiento?

Francisco Sánchez (FS): En estos momentos, nos encontramos desarrollando un estudio en el que han participado casi 4.000 familias en una encuesta sobre cambios de actitud en sus hijos. Se realizó tres días antes de que terminara el confinamiento domiciliario en 2020, un momento clave para valorar el cambio sufrido por los más pequeños. El estudio muestra que dos tercios de los padres percibieron tristeza, irritabilidad, somatización de problemas médicos y alteraciones en el sueño, entre otros cambios, en sus hijos. Asimismo, se ha buscado relación con algunos factores como el tipo de vivienda: los niños que realizaron el confinamiento en domicilios con jardín o terraza experimentaron en menor proporción los cambios mencionados.

P: Como pediatras, ¿qué es lo que más les preocupa?

Ana del Pilar (AP): La repercusión psicológica-psiquiátrica, porque todo lo demás va de la mano: somatizaciones o reacciones al no saber manejar la situación porque no tienen madurez suficiente. Se necesita información y educación para la salud, atención constante y búsqueda activa del problema por parte de los progenitores. Desde el punto de vista infantil, se percibe la pandemia con tranquilidad porque los niños no son el grupo de edad más afectado ni en proporción ni en gravedad. Sin embargo, es una falsa tranquilidad, porque la situación les está afectando mucho más que la propia infección.

P: ¿Qué tres llamadas de atención destacarían para que los adultos perciban los cambios?

FS: Cambios en la actitud del niño, cambios en el rendimiento académico y alteraciones en la relación con sus amigos.

AP: Totalmente de acuerdo. Añadiría: cambios en la actividad física, alteraciones en la conducta alimentaria y trastornos en los ritmos de sueño.





Pilar Nso Roca y Francisco José Sánchez Ferrer.

Profesores de Pediatría UMH especializados en Endocrinología y Cardiología, respectivamente.

P: ¿Qué deben hacer los padres ante estas situaciones?

FS: Los adultos también están sufriendo las consecuencias de esta pandemia; han aumentado mucho los problemas relacionados con las dificultades económicas y los niños lo perciben todo. Ante cambios en la actitud de sus hijos, lo ideal sería pedir ayuda para intentar diagnosticar de forma precoz y para eso tiene que reforzarse la atención pediátrica primaria.

P: Uno de los problemas más comunes han sido los Trastornos de la Conducta Alimentaria. ¿Hay datos sobre cómo ha aumentado esta problemática en los niños?

AP: Respecto al año pasado se han duplicado las consultas relacionadas con la alimentación, acompañadas de un deporte en exceso en algunas situaciones. Siempre debemos estar atentos, pero incluso niñas de 9 años pueden estar comenzando a realizar acercamientos a los Trastornos de la Conducta Alimentaria. En los niños es menos frecuente en una relación 9:1 aproximadamente, pero cuando se da es más grave y con peor pronóstico. Para los padres también es más difícil percibir el trastorno, es más inesperado.

P: Y respecto al extremo contrario a la restricción: el aumento de ingesta, ¿es actualmente un problema importante la obesidad infantil?

AP: Es una auténtica pandemia y lo peor de todo es que no se percibe como tal. Para expresarlo en cifras: la pandemia de la COVID-19 ha hecho que casi 3 millones de personas fallezcan; la obesidad afecta a 600 millones en todo el mundo. Si tenemos en cuenta también el sobrepeso, se han triplicado las consultas desde el inicio del estado de alarma. Las familias advierten que el niño ha engordado, pero se autojustifican con que le ha sucedido a todo el mundo, sin percibir la gravedad de la situación. Tampoco lo relacionan de forma directa con la ingesta ni con el aumento calórico, exculpándose por la dificultad para realizar ejercicio o, en su momento, lo achacaban al confinamiento domiciliario. El tratamiento de la obesidad es la dieta y el ejercicio, y hasta que no se entienda la relación directa no se va a poner solución.

P: ¿Qué podemos transmitir a los padres con respecto a la obesidad infantil?

AP: Uno es lo que come. El niño en desarrollo necesita nutrición equilibrada y saludable. Durante el crecimiento es vital porque las consecuencias a largo plazo son irreversibles. Y además puede arrastrar otros problemas relacionados con la alteración de la autoestima o el bullying.

FS: Cuando estoy ante casos graves, no dudo en decirle a los padres que les están quitando años de vida a sus hijos. Es una afirmación dura, pero es la realidad. Una mala nutrición va a hacer que el niño tenga hipertensión joven y diabetes, que aumente el riesgo de padecer un infarto en el futuro y que disminuya su esperanza de vida en veinte o treinta años. Mientras que el índice de mortalidad ha disminuido para las enfermedades clásicas, está aumentando en estas particularmente.

AP: La esperanza de vida siempre ha ido en ascenso y, en esta ocasión, va a ser la primera vez que una generación viva menos que sus padres, a causa de la malnutrición.

P: El sedentarismo se ha visto agravado en ocasiones por un excesivo uso de pantallas y, durante los últimos meses, su protagonismo ha ido en aumento, también entre los pequeños. ¿Cuándo piensan que es el momento más adecuado para facilitar el acceso a estos dispositivos y qué vigilancia debería aplicarse?

FS: Las nuevas tecnologías no son negativas en sí mismas, depende de cómo se utilice la herramienta. El problema es que estamos dando todo sin control. No hay un momento más adecuado que otro ni un momento concreto en el que dar acceso, todo depende de la madurez del niño y de la preparación de los padres para tener un control sobre ellos. Tenemos que transmitir la responsabilidad y poner límites, aprovechar las ventajas de las pantallas y aparatos electrónicos conociendo sus inconvenientes.

“Respecto al año pasado, se han duplicado las consultas relacionadas con problemas de alimentación”

Afirma Nso Roca

P: Una alternativa para el sedentarismo y el uso de pantallas podría ser fomentar la cultura y la ciencia. ¿Cómo podría transmitirse este interés a los jóvenes y menores?

AP: Los niños, por falta de madurez suficiente para entender el mundo abstracto y racional, presentan más interés por las cosas tangibles, experimentar personalmente, tocar, manipular y comprobar qué es lo que sucederá a continuación. Como adultos, debemos aprovechar este interés para fomentar este tipo de experiencias para explicar el proceso, para que manipulen, para que experimenten la ciencia por ellos mismos.

FS: Debemos tener en cuenta sus intereses y motivaciones, podemos ayudarlos e introducirlos en un nuevo mundo, trabajando con ellos y también aprovechar para aprender más nosotros sobre este o el otro tema para incrementar su interés.

P: El desarrollo científico ha facilitado la disponibilidad de las vacunas actuales para la CO-VID-19 y ya ha comenzado su investigación en niños. ¿Cómo transmitirían a los padres un mensaje de tranquilidad?

FS: La ciencia salva muchas vidas. El desarrollo que se ha conseguido en este último año es espectacular, el problema es que hay mucha presión informativa con el foco puesto en las vacunas y, en vez de ofrecer los datos del número de fallecidos sin acceso a vacunas frente al número de complicaciones, solo se aporta la información negativa fuera de contexto.

AP: Totalmente. Si una vacuna ha comenzado su investigación en niños, podemos estar seguros de que se han cumplido todos los protocolos de seguridad. Si no, no comenzaría.

P: Después de este repaso, solo nos queda hacerles una visita a la consulta. ¿Qué pueden hacer los padres para que los niños pierdan el miedo al médico y a los pinchazos?

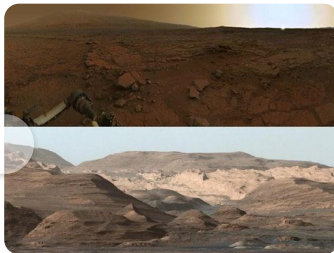
FS: Debemos transmitir tranquilidad y trabajar con calma.

AS: Y siempre explicarles lo que vamos a hacer, no solo en la consulta, también en casa. Si al pequeño le explicamos qué va a suceder, afrontará mejor la situación. Sin embargo, si se le engaña o no se le explica, es muy difícil que en futuras ocasiones haya confianza. Si toca vacuna también se le puede explicar con una metáfora o un pequeño cuento y el niño irá preparado a nuestra consulta.



More stories from this publisher:

from 'Sapiens Junior | Revista UMH Sapiens no. 30 | Ciencia, tecnología, ...'



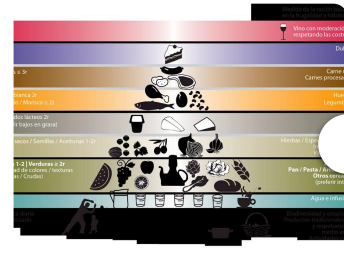
Ciencia en tu salón

from 'Sapiens Junior | Revista UMH Sapiens no. 30 | Ciencia, tecnología, ...'



Balto y Togo

from 'Sapiens Junior | Revista UMH Sapiens no. 30 | Ciencia, tecnología, ...'



Experimenta con la Dieta Medit...

This story is from:



**Sapiens Junior |
Revista UMH Sapiens
no. 30 | Ciencia,
tecnología, historia,
sociedad, arte**

by UMH Sapiens

More stories on Issuu:

from 'The International Wedding Trend Report 2020'



European Wedding Trends



Connecting content to people.

Issuu Inc.

Company

- About us
- Careers
- Blog
- Webinars
- Press

Issuu Features

- Fullscreen Sharing
- Visual Stories
- Article Stories
- Embed
- Statistics
- SEO
- InDesign Integration
- Cloud Storage Integration
- GIFs
- AMP Ready
- Add Links
- Groups
- Video
- Web-ready Fonts

Solutions

- Designers
- Content Marketers
- Social Media Managers
- Publishers
- PR / Corporate Communication
- Students & Teachers
- Salespeople
- Use Cases

Industries

- Publishing
- Real Estate
- Sports
- Travel

Products & Resources

- Plans
- Partnerships
- Developers
- Digital Sales
- Elite Program
- iOS App
- Android App
- Collaborate
- Publisher Directory
- Redeem Code
- Support

Explore Issuu Content

- Arts & Entertainment
- Food & Drink
- Pets
- Sports
- Vehicles
- Business
- Health & Fitness
- Religion & Spirituality
- Style & Fashion
- Education
- Hobbies
- Science
- Technology & Computing
- Family & Parenting
- Home & Garden
- Society
- Travel