



Reflexions dels i de les pediatres d'Atenció Primària sobre el confinament/desconfinament dels infants i adolescents en la situació de pandèmia per SARS-CoV-2

Després d'un llarg període de confinament en condicions diverses, els i les professionals de Pediatria d'Atenció Primària, de forma generalitzada, no hem observat una major incidència de patologia en els nens, nenes ni adolescents. En algunes zones, i sobretot en infants i adolescents amb alteracions prèvies, sí que s'han rebut consultes per problemàtica de la son i ansietat.

El confinament, tot i afavorir el vincle familiar amb els seus aspecte beneficiosos, s'associa a un augment del sedentarisme, de pitjors hàbits alimentaris i d'un augment de l'ús de pantalles. Per tant, és probable que el confinament actuï com un amplificador de les diferents condicions socials i de salut que ja existien prèviament.

Tot i la major capacitat adaptativa dels infants comparada amb la dels adults, desconeixem com serà a llarg termini l'evolució d'aquests infants i adolescents que han vist restringides les seves activitats habituals i als que s'ha limitat l'accés a l'exterior. És probable que el confinament no generi seqüeles neurològiques o psicològiques ni en infants ni adolescents sans que viuen en entorns ben estructurats, però això podria ser diferent per infants i adolescents en situacions més desfavorables.

La situació actual fa impossible plantejar que es puguin cobrir totes les necessitats dels infants i adolescents pel que fa al lleure, la socialització i l'educació. Permetre les sortides a l'exterior de forma controlada tindrà efectes beneficiosos en la seva salut.

S'ha de considerar el risc d'un augment dels casos al relaxar les mesures de confinament i això obligarà a extremar les precaucions a l'hora de sortir a l'exterior amb els infants i adolescents.

Considerem que una bona higiene de mans abans i després de la sortida, les franges horàries per edat (adequant cada franja a les necessitats de cada grup d'edat), l'ús de cotxets o motxilles porta-nadons en el cas dels més menuts, l'ús de mascareta en els majors de 3 anys i la necessitat de mantenir una distància mínima de 2 metres amb persones que no componen la unitat familiar són mesures adequades.

No obstant considerem inadequada la possibilitat que els infants tinguin accés als comerços.

Així mateix, volem afegir que l'oportunitat de sortir no ha de ser una obligació per sortir. Les famílies que per les característiques del seu habitatge i les característiques dels propis infants i adolescents considerin que les necessitats d'exposició solar, de moviment i de sortir a l'exterior estan cobertes poden mantenir el confinament com fins ara. En canvi, els infants i adolescents de les famílies que no puguin garantir l'exposició solar i moviment a l'aire lliure poden beneficiar-se d'aquestes mesures.

És aconsellable informar als infants de totes les edats que, la possibilitat de sortir, no vol dir tornar al que feien abans del confinament. Cal que sàpiguen que caldrà que es mantinguin a prop de l'adult acompanyant, que no podran anar als parcs infantils ni trobar-se amb amistats entre d'altres. Així mateix animem a les famílies a fer sortides dinàmiques utilitzant espais oberts amples sempre que sigui possible.

Esperem que aviat es puguin aplicar mesures que permetin als infants i adolescents gaudir de l'aire lliure i que mica en mica la nostra societat pugui donar resposta a les necessitats que malauradament avui no estan cobertes.

Barcelona 21 d'abril de 2020