



NECESIDADES PARA LA CRIANZA DE LOS NIÑOS DURANTE LA PANDEMIA DE LA COVID-19

A medida que la COVID-19 se extendía por los Estados Unidos y se tomaban medidas para tratar de mitigar su impacto, los padres, cuidadores y niños experimentaron una amplia reorganización de la vida familiar, laboral, escolar y social. La crianza de los niños se convirtió en un gran desafío, ya que los padres tenían que satisfacer simultáneamente múltiples demandas que competían entre sí, mientras controlaban el estrés de las preocupaciones relacionadas con la COVID-19, como la exposición a la enfermedad o la posible pérdida de ingresos.

Cuadro 1: características de los cuidadores que respondieron a la encuesta

Tamaño de la muestra	180
Demografía	45 % eran padres entre 31 y 40 años 93 % eran mujeres 82 % eran personas blancas 41 % eran padres con un título de cuatro años 87 % eran personas involucradas en una relación, viviendo con una pareja
Edad de los niños	5 % eran menores de 1 año 27 % eran niños entre 1 y 5 años 40 % eran niños entre 6 y 12 años
Cambios económicos durante la pandemia	Al 42 % de los adultos de las familias les redujeron el horario de trabajo El 21 % de los adultos perdió un trabajo El 9 % de los adultos perdió la cobertura del

Entre septiembre y noviembre de 2020, se encuestó a los padres y cuidadores para explorar cómo se habían visto afectados y cómo habían afrontado los primeros seis o siete meses de la pandemia.¹ Véase la Tabla 1 para una lista parcial de las características de los encuestados.

INFLUENCIA DE LA PANDEMIA EN LA SALUD Y EL BIENESTAR DE LOS PADRES Y LAS FAMILIAS

Ingresos, pérdida de trabajo y reducción de horas

Este grupo de padres posee una buena formación, ya que el 96 % de los participantes tiene algún tipo de educación universitaria y el 66 % indicaba que tenía un título de cuatro años, un título profesional o un doctorado. No obstante, el 22 % de los padres sufrió una pequeña disminución de sus ingresos y más de una cuarta parte, es decir, el 28 %, sufrió una disminución moderada o grande de sus ingresos en los últimos seis o siete meses.

¹La encuesta de 31 preguntas se envió a los padres y cuidadores con un niño (o niños) menor(es) de 19 años a través de los Centros de Recursos Familiares y las agencias de Recursos y Referencias para el Cuidado de Niños. La encuesta también incluía preguntas para que los padres reflexionaran sobre cómo la pandemia ha afectado su propio bienestar físico y emocional y el de sus hijos, así como sobre el grado de conexión con los recursos comunitarios.

En 21 % de los hogares, los padres declararon que alguien de su familia perdió el trabajo. En 42 % de los hogares se redujo la jornada laboral de alguien desde el inicio de las restricciones de la pandemia. Un poco más del 9 % de los hogares perdió la cobertura del seguro médico en algún momento de los seis o siete meses anteriores. La pérdida de trabajo, de seguro médico y de ingresos afectó de forma desproporcionada a los padres con menor nivel educativo.

Estrés

El estrés, debido a la pandemia y a los cambios y restricciones que conlleva, afectó a las familias de todos los grupos demográficos y sin diferencias significativas en función del nivel educativo, los ingresos del hogar o la edad de los padres. Casi la mitad (o el 49 %) de los padres que respondieron calificó su nivel actual de estrés como alto y la mayoría, el 88 % de los padres, indicó que su nivel actual de estrés era moderado o alto. La mayoría, el 65 % de los padres, indicó que su nivel de estrés aumentó mucho y otra cuarta parte de los padres expresó que su nivel de estrés aumentó un poco. Además, el 60 % de los padres declaró que su nivel de estrés afectó un poco la relación con sus hijos mientras el 20 % declaró que la afectó mucho. Esta experiencia del aumento del estrés y niveles más altos del estrés sucedió entre los padres a pesar de que el 87 % de los encuestados vivía con una pareja que, presumiblemente, podía proporcionar cierto nivel de relevo y responsabilidad compartida.

Salud mental y física

El estrés puede afectar negativamente la salud mental y física, por lo cual no se sorprende que la mayoría de los padres indicaron una decaída de su salud mental. El 56 % de los padres respondió que su salud mental se vio afectada de alguna manera y el 22 % indicó que su salud mental se vio afectada en gran medida. Aproximadamente la mitad de los padres indicó que su salud física también se agravó; sin embargo, casi el 41 % de los padres indicó que se mantuvo igual y casi el 11 % informó que su salud

física mejoró. No hubo diferencias significativas en la salud mental o física en función del nivel de estudios, los ingresos del hogar o la edad de los padres.

DIFICULTADES DE LOS PADRES/CUIDADORES DURANTE LA PANDEMIA

Necesidades

Los padres señalaron varias necesidades durante la pandemia de la COVID-19. Las tres necesidades más comunes eran ideas adecuadas a la edad para entretener y mantener ocupados a los niños, acceso a parques y espacios recreativos, y ayuda para la crianza. Los padres con niveles de educación más bajos también mencionaron la necesidad de protección personal o de artículos de limpieza para prevenir enfermedades. Las necesidades que los padres y cuidadores identificaron como las que más aumentaron durante la pandemia incluyeron la necesidad de apoyo financiero, el acceso a otras prestaciones y el acceso a mascarillas o protección personal y suministros de limpieza para prevenir la enfermedad. Las necesidades que disminuyeron fueron el transporte, la ayuda al desempleo, la educación en el hogar y los artículos para el cuidado del bebé.

Desafíos

Las respuestas cualitativas a una pregunta abierta en la que se pedía a los padres que identificaran sus desafíos más difíciles durante la pandemia se codificaron para identificar los temas comunes. De los 102 padres que respondieron, se identificaron los siguientes cinco puntos como sus mayores preocupaciones: la educación de los hijos, experimentar y manejar el estrés, las circunstancias financieras, las preocupaciones de salud mental y el equilibrio de las responsabilidades. Los **cinco retos** se enumeran a continuación por el orden de frecuencia en que fueron mencionados.

El hecho de sentirme atrapado en mi casa [...] ha sido un desafío, al igual que sentirme desconectado de todos mis amigos y familia.

-- comentario de un padre

... Los padres no pueden trabajar a tiempo completo y escolarizar a sus hijos a tiempo completo. No es posible hacerlo bien.

-- comentario de un padre

Educación de los niños: la preocupación más prevalente de los padres estaba relacionada con la educación de sus hijos. Cuando las escuelas estaban cerradas, los padres informaron acerca de las dificultades para la escolarización virtual y para mantener a los niños comprometidos con el aprendizaje. En los casos en los que las escuelas estaban abiertas, los padres se preocupaban por la posibilidad inminente de cierre y la necesidad de acceder inmediatamente a guarderías u otros recursos.

Manejar el estrés: la segunda preocupación más frecuente de los padres fue que la pandemia añadía un estrés significativo a sus vidas. Les resultaba difícil manejar sus propios niveles de estrés, además del aumento del estrés de otros miembros de la familia. Los padres soportaban la carga de la preocupación constante y la toma de decisiones sobre la COVID-19 y la seguridad.

Preocupaciones financieras: los padres informaron la reducción de sus ingresos, las dificultades para pagar las facturas y la necesidad de hacer frente a la pérdida de trabajo o a la falta de estabilidad laboral.

Decaída de la salud mental: los padres describieron su preocupación por su propia salud mental y la de sus hijos o familiares. Los padres también describieron sus dificultades para acceder a los recursos de salud mental.

Equilibrio de responsabilidades: los padres relataron su lucha a través de trabajar desde casa mientras educar y cuidar a los niños. La encuesta indica que los padres sienten que no tienen tiempo para el cuidado de si mismo ni para darse un tiempo fuera de sus hijos.

IMPACTOS A LARGO PLAZO DE LA PANDEMIA DE LA COVID-19

Es difícil saber cuáles efectos a largo plazo puede tener la pandemia en los padres, las familias y los niños. Los seres humanos pueden ser muy resilientes.

Sin embargo, teniendo en cuenta el alto nivel de estrés, los impactos financieros y la reducción de la salud mental entre este grupo relativamente bien educado y apoyado, será importante proporcionar a las familias y a los niños tiempo y apoyo a largo plazo para recuperarse de la angustia experimentada. Muchos padres tienen que entender que han sufrido un trauma y que tendrán que darse el tiempo y libertad que necesitan para recuperarse.

Una forma importante para reactivarse es dirigir la atención hacia la construcción de las Cinco Fortalezas que toda familia necesita para prosperar. La información sobre las Cinco Fortalezas está a disposición de todo el mundo y puede encontrarse en el sitio web de Five for Families. Otra fuente de apoyo disponible para muchas familias son los Centros de Recursos Familiares. Los Centros de Recursos Familiares (Family Resource Centers, FRC) son centros comunitarios, flexibles, centrados en la familia y culturalmente sensibles que proporcionan acceso a recursos, programas y servicios específicos basados en las necesidades e intereses de las familias. Los FRC de todo Wisconsin ofrecen a los padres y cuidadores de niños la educación para padres, herramientas y estrategias en torno al desarrollo saludable de los niños, y también pueden proporcionar información valiosa sobre los recursos de la comunidad.

La gran pérdida de todo para los niños. No pueden hacer deporte ni ir a la escuela ni nada. Están sufriendo.

-- comentario de un padre