

**Informe de detecció de  
necessitats i propostes de suport  
i acompanyament  
a infants, adolescents i  
joves amb problemàtica  
de salut mental  
en el context educatiu vinculades  
a la Covid-19**

---

**Federació Salut Mental Catalunya**  
Juliol 2020



## Context

La Covid-19, tal com ja ha alertat Nacions Unides (13 maig 2020 Nacions Unides publica un document específic que posa de relleu la necessitat d'actuar en matèria de salut mental en la crisi per COVID 19<sup>1</sup>), tindrà un fort impacte sobre la salut emocional i salut mental de la població. Les **situacions de confinament, aïllament social, pèrdua de persones estimades, esdeveniments traumàtics i la crisi econòmica** suposaran un repte enorme des d'un punt de vista de benestar emocional, que caldrà afrontar.

Els **infants i adolescents** són un dels col·lectius més vulnerables afectat pel context actual. Cal tenir cura especial sobre les situacions familiars de major fragilitat i precarietat, amb menor accés a mitjans tecnològics i amb major impacte dels determinants socials. El 85% dels infants i adolescents han patit trastorns psicològics durant la pandèmia, segons un informe de la Universitat Miguel Hernández d'Alacant<sup>2</sup>. La pèrdua de rutines i l'estrès psicosocial estan entre els principals factors. S'han observat també situacions de tensió familiar derivades del context, abús de les pantalles i trencament d'expectatives. El sentiment de pèrdua d'oportunitats en els joves, tant formatives, com relacionals i de suport, està generant i augmentant els casos d'ansietat.

El context educatiu esdevé un element fonamental no només des d'un punt de vista d'aprenentatge i adquisició de coneixement, sinó que és, juntament amb la família, un context clau per a la protecció i la socialització. Cal assenyalar que el model actual de suport educatiu als infants i adolescents amb problemàtiques de salut mental està en desenvolupament i encara té moltes mancances per tant, en el context actual on les necessitats han augmentat i han esdevingut més complexes, caldrà fer un esforç addicional per garantir els suports educatius adients.

Des de la Federació Salut Mental Catalunya, entitat que agrupa a més de 70 associacions de persones amb problemes de salut mental i familiars, hem realitzat un anàlisi de les dificultats que hem pogut identificar en el context de confinament i propostes de cara a la represa de l'activitat educativa el proper curs, que recollim en aquest document.

## Infants, adolescents i joves són dels col·lectius més vulnerables pels efectes de la Covid-19 sobre la salut mental i emocional

<sup>1</sup> Informe ONU: [https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un\\_policy\\_brief-covid\\_and\\_mental\\_health\\_final.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf)

<sup>2</sup> Estudi Universitat d'Alacant: <https://psyarxiv.com/qaz9w/>

## Dificultats

### detectades durant el període de confinament en relació a la continuïtat educativa

Una de les dificultats que es reitera més entre les associacions consultades ha estat la de l'esclatxa digital que pateix la població, i la manca d'eines de certes famílies per poder donar suport als fills en temes formatius.

La manca de dispositius o de connexió a internet, i també de coneixements tecnològics, ha incrementat aquesta esclatxa digital que era una de les úniques maneres de poder connectar amb aula i escola.

A la vegada, una problemàtica que ha estat conseqüent i que ha generat el fet de treballar a nivell acadèmic amb pantalles, ha estat el consum exagerat d'hores davant d'aquestes, ja sigui amb jocs, xats, o altres espais virtuals que no beneficien el desenvolupament de l'infant per un excés d'exposició.

Aquest excés d'us de noves tecnologies també ha provocat que es modifiquin rutines i horaris als domicilis, amb trencament d'hàbits familiars. S'han vist alterats els horaris per conciliar la son degut a la manca de rutines i activitat física, que ha produït canvis en els hàbits i horaris d'anar a dormir, per exemple. A més, la situació de la pandèmia també ha generat tal incertesa que ha fet augmentar les pors entre infants i adolescents.

Aquestes pors, neguits i angoixes generats per la situació viscuda i el moment d'incertesa generat durant la pandèmia, s'han vist agreujats pel fet de no poder sortir, en moltes ocasions, del domicili, i el retorn a les sortides en molts casos ha sigut complicat perquè l'infant o l'adolescent no es sentia segur de sortir al carrer.

Una altra dificultat ha estat percebre la bretxa cognitiva, donat que en moltes ocasions no s'han tingut en compte les especificitats de cada alumne, ni les seves necessitats de suport. En alguns casos hi havia un pla individual i en d'altres no, però difícilment s'ajustaven a les necessitats reals de l'alumne. Les activitats que es facilitaven des del centre no sempre comptaven amb les adaptacions necessàries per poder desenvolupar-les de forma autònoma. En diversos casos en que sí hi havia certa adaptació, aquesta era allunyada de la realitat cognitiva de l'alumne. Aquestes situacions han generat una dedicació més intensa per part de la família i, en algunes ocasions, el desestimar fer les tasques encomanades per desbordament.

S'ha identificat també una dificultat vinculada a la conciliació dels horaris laborals (dels progenitors) amb el fet de donar suport als infants que estaven al domicili, tenint en compte els estats d'ànim fluctuants dels infants, com nervis i por per la situació, ha dificultat poder seguir el ritme de classe a moltes famílies. I fins i tot nens o adolescents sols a casa perquè els pares s'havien d'incorporar de manera presencial a les seves

feines. S'ha vist per tant agreujat en molts casos el seguiment de les classes, feines i tasques assignades als alumnes.

En aquest sentit, cal tenir una especial cura a la secundària, amb aquells alumnes que habitualment ja presenten dificultats per seguir el ritme escolar dins d'un context educatiu ordinari. En una situació de confinament com la que acabem de viure, que requereix hàbits, responsabilitat, concentració i molts elements d'autogestió, es fa especialment difícil i sovint suposa un retrocés important per aquests nois i noies, si no poden comptar amb els suports adients.

## Escletxa digital, trencament d'hàbits familiars i bretxa cognitiva

## Propostes o mesures

**a impulsar de cara al proper curs tenint en compte que serà un curs amb mesures excepcionals i poden esdevenir nous períodes de confinament**

1. Proporcionar eines de gestió emocional tan al professorat com a l'alumnat per part del sistema educatiu. I si fos necessari, proporcionar atenció psicològica gratuïta a aquells casos que ho precisin.
2. Oferir un suport especialitzat a les famílies que no poden donar suport als seus fills, per fer-los un acompanyament presencial. Per exemple, una vegada a la setmana es podria connectar amb algun especialista (vetlladors, TEIS, professorat d'Educació Especial, Psicopedagog), doncs la majoria de centres compten amb aquests professionals especialitzats i es podria gestionar des del Departament d'Educació.
3. Possibilitar que totes les famílies tinguin accés a tecnologies amb els mitjans necessaris. Tots els infants i els adolescents han de poder connectar-se amb els seus mestres i companys de classe. Caldria oferir un suport especialitzat a les famílies per aprendre a utilitzar eines i plataformes tecnològiques. Cal prestar una atenció especial a col·lectius amb necessitats educatives especials.
4. Cal garantir el suport educatiu com a servei essencial i garantir un acompanyament personalitzat, telefònic, online i/o a domicili per tal de seguir avançant en el pla individualitzat de l'alumne amb tasques adaptades. En situació de confinament estricte, com ens vam trobar inicialment, s'hauria de tenir en compte poder enviar vídeos tutorials personalitzats amb petites activitats que el tutor/a de referència proposi fer a l'alumne. En aquest vídeo tutorial caldria presentar l'activitat i dur-la a terme perquè l'alumne pugui veure quin material necessita, quanta estona hi haurà de dedicar i quin serà el resultat final (per exemple per alumnat amb TEA).
5. A la secundària cal garantir un suport tutorial més intens i personalitzat especialment en aquells casos més complexes, per tal d'evitar situacions d'abandonament i trencament amb les rutines, pèrdua d'habilitats i hàbits de treball.

**Gestió emocional, suport educatiu  
especialitzat, suport a famílies, accés a la  
tecnologia, seguiment a la secundària**

## Aspectes a considerar de cara al curs escolar 2020-2021 en el context de la covid-9

Tal com ja hem descrit anteriorment, un aspecte cabdal es treballar la gestió emocional amb l'alumnat i el professorat.

Caldrà preparar el retorn a l'escola i l'institut amb una reunió abans de començar, conjuntament escola i família, per intercanviar propostes i aportacions que puguin millorar aquest retorn.

Caldrà treballar els hàbits d'higiene (rentat de mans), ús de mascareta, entrada esglaonada d'alumnat, sortida al patí de manera didàctica i explicant de manera entenedora quines seran aquestes noves rutines.

Alguns alumnes amb necessitats educatives especials presenten dificultats per poder incorporar l'ús de la mascareta, respectar distàncies i altres mesures de prevenció. Cal preveure aquestes situacions i tenir preparat un pla per actuar amb l'alumnat que requereixi aquest suport. La família pot contribuir a fer aportacions en aquest sentit i que siguin tingudes en compte.

Per als alumnes amb necessitats educatives especials, es proposa fer una visita a les aules o centres educatius, prèvia a l'inici del curs, per conèixer la classe i presentar el/la tutor/a. En cas de ser una escola nova, visitar els espais vuits pot ajudar els alumnes a familiaritzar-se amb el nou centre.

L'escola ha de ser coherent amb els missatges que dóna a l'alumnat i les famílies, aprendre dels errors i no precipitar-se amb missatges que provoquen angoixa en moments de confinament. Un retorn d'informació periòdic, per exemple, dóna seguretat a les famílies i els alumnes.

**Preparar el retorn conjuntament, noves rutines, pla de suport a l'alumnat, considerar la família com a agent implicat en l'educació**



C. Nou de Sant Francesc 42, local, 08002 Barcelona

Tel. 93 272 14 51 | [federacio@salutmental.org](mailto:federacio@salutmental.org)

[www.salutmental.org](http://www.salutmental.org)