

## El record que quedarà del confinament en els més petits

*La psicòloga infantil Meritxell Almirall explica com afecta a la petita infància l'aïllament prolongat i dona consells a les famílies*



Un home amb un cotxet en ple estat d'alarma | Europa Press

La franja dels 0-3 anys és l'etapa madurativa on es produeixen més canvis i de forma més ràpida. Un desenvolupament exponencial que no es tornarà a repetir en cap altra etapa de la vida. Com gestionen els nadons els canvis físics, emocionals i cognitius? Com els està afectant l'aïllament i quin record els quedarà?

La psicòloga infantil i divulgadora, Meritxell Almirall, de SomPares (<https://www.sompares.com/>), ens explica que, fins que no hi ha llenguatge, no es comencen a emmagatzemar els records, i per tant, no hi ha memòria autobiogràfica. Aprenen i canvien a partir dels sentits i el contacte.

En els tres primers mesos de vida, els nadons poden reconèixer olors o sorolls, com la veu de la mare, i per tant, "només necessiten la vinculació afectiva i tenir les seves necessitats bàsiques satisfetes per estar bé", afirma. Les criatures una mica més grans, a partir dels sis mesos, comencen a entendre que ells són un ésser independent del seu cuidador principal, i això pot fer aparèixer l'ansietat per separació. En nens d'aquesta edat i fins als dotze mesos, explica Almirall, "és normal que, en aquesta situació de confinament, noteu que volen estar més amb vosaltres, més abraçades o inclús que vulguin mamar més". Segons aclareix, això els passa perquè els hi manca el contacte amb altres persones.

[noticia]200939[/noticia]

A partir dels dotze mesos es donen grans canvis, com començar a caminar i l'aparició de les primeres paraules, però fins que no estructurin el llenguatge no apareix la memòria autobiogràfica. Per tant, segons Meritxell Almirall, "als menors de setze mesos no els quedarà el record d'haver estat tancats".

Aclareix, però, que sí que seran capaços de recordar les emocions viscudes, si els pares han estat angoixats o serens, si jugaven o no? i per tant, diu, "els primers que us heu de cuidar sou vosaltres". A més, també els quedarà el record de què els expliquem després sobre el que ha passat, i per tant, "hem de pensar quin record els volem crear", conclou.

A partir de l'any i mig, a molts pares i mares se'ls planteja el dubte de si explicar o no als menuts què és el coronavirus i per què no es pot sortir al carrer. En aquest punt Almirall recomana fer-ho, però "vigilar amb el dramatisme per no crear-los angoixa". En aquest sentit, diu, els va molt bé utilitzar referents que ells identifiquen perfectament, com la figura del metge o del científic, explicant-los que hem de fer cas del que ells diguin.

## *Als menors de setze mesos no els quedarà el record d'haver estat tancats. Hem de pensar quin record els volem crear"*

Un altre recurs, a tall d'exemple, pot ser utilitzar el codi de colors dels semàfors, que els nens i nenes també entenen molt bé, assenyalant els dies que es podrà sortir en un calendari, o col·locar, un punt vermell a la porta del carrer, i un punt verd a la sortida del balcó. "És molt important que tinguin materials manipulatius, que ho puguin veure a través d'alguna cosa física", explica la psicòloga.

D'altra banda, moltes de les consultes que li fan arribar pares i mares aquests dies relacionades amb el confinament es refereixen a patrons de comportament nous, ja siguin regressions en el control d'esfínters, en el cicle del son, en la parla o fins i tot en rebutjar les videotrucades amb familiars o amics. En aquests aspectes, Meritxell Almirall recomana "no capficar-s'hi gaire", ja que poden ser formes que té l'infant d'exterioritzar l'ansietat o l'angoixa per la situació, i que, en tot cas "quan acabi l'etapa de confinament, observem què passa amb aquests comportaments i, en cas que perdurin, llavors sí, consultem un especialista".

## *"És normal que no vulguin fer videotrucades. És com si vols un gelat i només t'ensenyen una foto"*

Que rebutgin parlar amb els avis per telèfon o videoconferència, explica, és normal, perquè se'ls fa estrany. "És com si volguessis un gelat i només t'ensenyessin una foto", exemplifica. Si passa això, diu, és millor no forçar-los perquè "els pot fer més mal que bé".

### **El desconfinament i el retorn a l'escola**

Ara que ja se sap quan podran començar a sortir al carrer, és el moment d'explicar-los que de mica en mica anirem tornant a la normalitat. Sobretot als nens de dos i tres anys, que són els que ho podran entendre millor. És important, assenyalava Meritxell Almirall, que els diguem que ho farem

---

amb limitacions, i indica que és bo fer plans de futur sempre que siguin "coses concretes i a curt termini, com anar a la platja, o dates assenyalades de l'estiu".

[noticia]201100[/noticia]

Finalment, Almirall ens recorda que, quan sigui l'hora de tornar a l'escola al setembre, vindrem d'una etapa buida de contacte escolar de molts mesos. Si bé és cert que la petita infància viu molt en el present, i que molts petits ens sorprendran per la seva gran capacitat d'adaptació, també és veritat que el canvi pot afectar-los, especialment aquells que faran el salt a P3. "Això segurament voldrà dir que haurem de fer una adaptació més àmplia, més dilatada en el temps", adverteix Almirall, i recomana que els centres ho tinguin en compte a l'hora de plantejar el calendari.



*Meritxell Almirall, psicòloga infantil i divulgadora Foto: Laura Mato*

[noticia]201105[/noticia]

[noticiadiari]2/198615[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/199308[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/199547[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/199349[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/199300[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/199145[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/198705[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/198597[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/198600[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/198571[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/198579[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/198589[/noticiadiari]  
[noticiadiari]2/198594[/noticiadiari]