

## Estudiantes están cada vez menos acompañados ¿Cómo afecta su salud mental?

**D**e acuerdo con información publicada recientemente por El País, cada vez se observa a más niños y niñas, menos acompañados en sus procesos de crecimiento, y también a la hora de resolver tareas o dificultades que se presentan en sus estudios.

Una situación que se observó incluso en tiempos de pandemia, cuando tuvimos la oportunidad de estar casi 24/7 con nuestras y nuestros hijos, y cuando los padres nos vimos en la obligación de transformar algunos espacios de los hogares en lugares para estudiar.

Paz Lorca, directora de la Escuela de Desarrollo Social y Educación del instituto profesional IACC, cree que una de las primeras cosas que se deben tener en cuenta, es que niñas y niños sobre todo cuando son pequeños, "tienen el apego, algo tan importante cuando van creciendo, cuando se relacionan con otros, cuando están en la etapa escolar, cuando están en la educación básica y media, por eso siguen necesitando un apoyo emo-

cional".

"Cuando hablamos de ese apoyo, nos referimos a tener la disponibilidad, porque muchas veces los niños y niñas están al lado de uno, pero nosotros estamos viendo una película, estamos contestando un mensaje, estamos en un piloto automático de estar, pero no estar. Niños, niñas y adolescentes requieren de disponibilidad, porque hay una etapa que tiene mucho que ver con el apoyo emocional, eso aumenta su autoestima, le permite autogestionar sus tiempos, sus juegos y también el estudio", sostuvo.

En ese sentido, Paz Lorca indicó que uno de los aspectos relevantes para la infancia, es "la motivación, que puedan mostrar una actitud positiva al estudio, que tengan metas, hábitos de estudio, que puedan ir avanzando en el proceso que llevan en el colegio y en la casa en un acompañamiento, prestando real atención".

Sin embargo, en el contexto actual, muchas veces los horarios de los padres, madres y cuidadores no son compatibles, por el

trabajo, los estudios y las tareas del hogar. Frente a esto, la especialista, hizo un llamado a "entender que hay una necesidad de apoyar a niños y niñas, por eso siempre es bueno crear instancias que no pasan por la cantidad de tiempo, sino por la calidad, de sentarnos a conversar sobre lo que estamos haciendo, tener disponibilidad para tratar los temas".

"Mi consejo es que no haya un desgaste del tema escolar durante la semana, sino de la confianza y comunicación para saber qué ocurrió en el día, en qué están, organizarse para que el fin de semana podamos distribuir las tareas de la semana", finalizó.

