



Entrevista a

Javiera Zúñiga

• **Entrevistadora** Loreto Daza (LD)

JZ: Mi nombre es Javiera, soy psicóloga infanto-juvenil y actualmente trabajo en CENFA, que es el Centro Nacional de la Familia en distintas sedes que hay: en La Pintana y en Providencia y Santa Adriana, eso es Lo Espejo.

LD: ¿Y cuál es la función del CENFA?, ¿cómo funciona?

JZ: Mira, CENFA tiene muchas áreas de trabajo: una es la demanda espontánea, cualquiera puede llamar y pedir hora a psicólogos o a consejería familiar, ese es el plus que nosotros tenemos, que es un enfoque de trabajo con las familias, no es un trabajo tan individual, entonces está esa demanda espontánea; donde yo estoy más metida ahora es en el tema de convenios y asesorías a colegios, donde nosotros prestamos el servicio de atención terapéutica a los estudiantes: son estudiantes que no tendrían la posibilidad de acceder a salud mental que no fuera en el consultorio, súper reducida y por poco rato, entonces el colegio paga las atenciones, entonces es la única manera que estos chicos puedan acceder a un servicio de salud mental “de calidad” a través de que el colegio hace la prestación, somos como un tercero entre el colegio, familia y CENFA.

LD: Ya, ¿y cuál es el perfil de los niños que atienden?

JZ: No sé si hay un perfil, porque hay de todo. Mira, al principio, antes de la pandemia, era harto perfil como del niño “problema”, el que se porta mal en clases, el que es agresivo con los compañeros, pero después de la pandemia esas conductas en sala no estaban, entonces esa no era la problemática y empezamos a recibir otro tipo de casos.

LD: ¿Uno podría clasificar a los pacientes con problemas en los hogares o problemas económicos? ¿Hay alguna realidad que sea un común denominador?

JZ: Yo creo que sí; de un colegio en particular sí, por ejemplo, de los colegios de La Pintana las realidades son más o menos similares entre esos alumnos, es distinta a la realidad de un colegio de internado rural, pero por colegio sí, son realidades complejas y de harta vulnerabilidad, harta vulneración.

LD: ¿Qué desafíos enfrentaban en los colegios hasta antes de empezar?

JZ: Era un poco de todo. Como te mencionaba, problemas de conducta, problemas de socialización con padres, bullying.

LD: ¿Y cómo los afectó el estallido social del 18 de octubre?

JZ: Mira, no tanto, porque no pasó mucho allá, el tema era más llegar, porque a veces cortaban la carretera, el paso en Vespucio, por ejemplo; Santa Rosa, uno pasaba por ahí y siempre había barricadas, pero nosotros estamos en la población Santo Tomás y en la población misma no pasaba mucho en realidad, cerramos una vez creo, que fue para el 18 y sería, y problemas para llegar y todo, pero nada más que eso.

LD: Javiera, y antes de la pandemia, ¿qué logros celebraban?

JZ: ¿Qué logros celebrábamos? Bueno, cada alta terapéutica es un logro, sí.

LD: El 3 de marzo se da el primer caso de Covid en Chile y, en el fondo, ¿cómo vieron llegar ustedes esta pandemia? ¿Previeron que podía causar lo que causó de alguna forma?

JZ: No, para nada. O sea, en el equipo infanto-juvenil somos casi puras mujeres psicólogas, que igual es interesante eso de trabajar con infancia, hay un componente interesante a mirar, dijimos no, van a ser dos semanas, cerremos dos semanas, porque con niños ¿cómo vamos a trabajar online, cómo va a ser eso? Nosotras trabajamos en el suelo, con juguetes, con materiales, con plasticina, con bandejas de arena, entonces ese tema de la corporalidad no lo veíamos por sí mismo ya: este es un tema de dos semanas, cerremos dos semanas y en dos semanas volvemos, en la inocencia de ese momento. Y al final cachamos que esta cuestión daba para largo: pasaron las dos semanas, estaba todo peor y fue como, bueno, vamos a tener que adaptarnos y vamos a tener que empezar a atender a estos chicos online, y no sabíamos cómo, nadie tenía formación en psicología online, psicoterapia online con niños, y de ahí para adelante fue todo un desafío.

LD: Pero los colegios se cierran, entonces ¿cómo entran ustedes en este circuito, en el fondo? Si los colegios están cerrados, los colegios tienen dificultad para contactar a sus apoderados y alumnos, ¿dónde entran ustedes y cómo afectan ustedes?

JZ: Qué bueno que me preguntes, porque uno se va olvidando de estas cosas. Sí, había harta tensión con los colegios, porque los colegios querían que nosotros atendiéramos a toda costa; yo siento que también ellos estaban muy desbordados con todo lo que estaba pasando, como que estaban con los apoderados encima y con los niños no sabemos qué hacer.

LD: Y los colegios querían que atendieran de alguna forma.

JZ: De alguna forma, háganlo, no importa si están hasta las 10 de la noche en sus casas, háganlo y nosotras así atacadas, entonces hubo harta tensión con los colegios en un primer momento, pero porque yo siento que estaban con hartas cosas también, como que les estaban pasando cosas también internamente igual, entonces es como que pasaba esta tensión con nosotros.

LD: ¿Y la demanda aumentó enseguida una vez que parte la pandemia?

JZ: No, al principio hubo cierta reticencia de parte de los niños y apoderados, hartos no engancharon, lo encontraban fome, no enganchaban, no le encontraban el sentido, decían 'bueno, como no están yendo al colegio, ¿por qué tienen que estar en terapia?'. Bueno, es un tema igual que las familias presenten resistencia cuando derivan a los niños al psicólogo; piensa que estamos recibiendo donde hay temáticas de violencia en la familia o papás metidos en el narcotráfico, entonces ellos presentan resistencia de entrar a un espacio donde todo eso puede ser conocido. Entonces era un tema igual, entonces al principio no hubo harta demanda, al principio era que este no me pescó, este no me contesta, no tienen internet en la casa, a quién llamo, no sé qué, fue como que costó. Creo que en el segundo semestre ahí hubo el boom de estos psicólogos, estamos todos chatos, todos angustiados y ahí tuvo que pasar tiempo.

LD: Javiera, ¿qué pasa con tus pacientes que estaban tratando, que tú sabías que eran críticos?

JZ: De alguna u otra manera en este contexto online se desdibuja el espacio como terapéutico, si es en una salita o un lugar, y llevarte todo esto a tu casa; estos chicos que estaban muy mal... es algo muy simbólico, no sé si lo logro transmitir: una cosa es estar con un paciente en una situación crítica importante, en un espa-

cio determinado, de cuando uno está con el personaje del psicólogo, a estar en tu pieza, con todas tus cosas acá y atendiendo a alguien en esa misma crisis, como que te llega de una manera diferente, este personaje del terapeuta ya no es tan terapeuta y es más persona, entonces era de alguna manera más fuerte, más complejo, y uno quería acompañar, veía que estaban muy mal y era muy frustrante, porque, como te cuento, algunos papás no querían: veías a una chica con ideación suicida, que los papás no, no nos gustan los psicólogos, súper conflictuada como profesional, qué hago, vamos a ayudar a esta chica, pero es menor de edad y son sus papás los que dan el consentimiento también para que acceda a esto, entonces era difícil, era complicado y súper fuerte también y súper desgastante.

LD: Se suspende dos semanas pensando en que van a abrir, pero va a volver a la normalidad; esto se prolonga y empiezan a ser atenciones online. ¿Cómo fue esa experiencia?

JZ: Yo creo que fue sorpresivamente buena, porque yo pensaba que era muy chanta el psicólogo que atiende online, porque lo veía así como un disparate y después en realidad vi que, cuando había las condiciones materiales, porque también esto es importante en estos casos, pero cuando había las condiciones materiales, de internet, de privacidad, funcionaba y había logros, había avances terapéuticos, la gente se comprometía, esperaban los espacios para poder hablar, los niños también decían 'estoy esperando toda la semana', empezaban a pasar cosas y uno se iba sorprendiendo de eso.

LD: ¿Y un niño chico podía hablarte de forma virtual? Al final, un niño chico, ¿de qué edad estamos hablando?

JZ: Mira, de primero básico en adelante, me recuerdo que eran seis, siete años. Imagínate, un niño de siete no te va a aguantar 45

minutos de sesión conversando; era ideal hacer planes para algún tipo de juego en la pantalla, mostrar fotitos, mostrar caritas de las emociones: todo lo que uno hacía en la consulta presencial, tratar de llevarlo de alguna manera al plano virtual. Se podía, pero a veces no te dan 20 minutos los cabros y están chatos y tú cortas nomás, sí.

LD: ¿Y cómo lo hiciste tú para aprender a atender en forma virtual?

JZ: Mira, con harta ayuda de mi equipo de colegas, que afortunadamente somos todas bien unidas y ahí nos apañamos hartito.

LD: ¿Y contaban la experiencia de cada una? ¿Cómo lo hacían, de dónde sacaban información? Porque todo esto era nuevo para todo el mundo.

JZ: A cada una se le iban ocurriendo cosas, cuando uno trabaja con niños es bien creativa, dije qué se me ocurre para hacer esta cuestión, voy a hacer unas cartulinas, las voy a pegar acá atrás para que las vean y nos íbamos pasando ese conocimiento de forma más verbal, a mí me resultó esto, otra había inventado una lámina en Power Point y no sé qué cosa y te la mando, entonces era harta colaboración, y también buscar papers de otros países; antes de la pandemia papers de psicología. Sí, pero muy autodidacta.

LD: ¿Y tuvieron iniciativas que no pudieran hacer o que simplemente no resultaron?

JZ: Sí, antes de la pandemia habíamos hecho un convenio con una corporación de colegios bien grande acá en Santiago. Son los Belén Educa, que iban a hacer con nosotros una intervención con los apoderados, con los profesores, todo basado un poco en el

apego y el buen apego de los niños y cómo facilitar el buen apego de los profesores y los niños; era un proyecto súper cototudo, pero se cayó con la pandemia.

LD: Ya, y no se reemplazó con nada.

JZ: No, no.

LD: Porque un proyecto como ese se podría haber llevado a cabo.

JZ: Yo creo que presencial, porque online seguir trabajando la relación con el docente con los alumnos en esta aula virtual, como que...

LD: Ya. Javiera, entonces el primer semestre tú me dices ya, parte la pandemia, el primer semestre dando botes de ciego un poco para ver cómo lo hacían y el segundo semestre empiezan a tomar más vuelo con acciones virtuales.

JZ: Sí, a full.

LD: ¿Y ese semestre es cuando ustedes empiezan a detectar que la pandemia está dejando secuelas? ¿Cómo cambian tus atenciones a medida que va avanzando la pandemia?

JZ: Si bien pasó el primer semestre, pasó esto de ir probando un poco como a ciegas: ya veíamos el impacto que esto estaba teniendo en los niños y las familias; estaban angustiados, por ejemplo, cuando había que desinfectar todo cuando uno salía y la gente se ponía muy neurótica en ese sentido, eso afectaba mucho, ene.

LD: ¿Y en qué se nota la angustia de los niños?, ¿cómo lo mani-

fiestan?

JZ: ¡Uy! En muchas cosas: niños que se vuelven a hacer pipí o caca, qué sé yo, niños que no se quieren conectar a las clases y que es un tema y hay berrinches, pataletas, niños que no pueden dormir, niños que están comiendo mucho, muy ansiosos, niños que dejan de comer, niños que necesitan dormir con la luz prendida o que quieren dormir con los papás o que se vuelven a chupar el dedo, como todas estas conductas que son regresivas, como decimos los psicólogos, que es una muestra de ansiedad ahí muy fuerte, interna.

LD: Claro. Javiera, una de las emociones predominantes durante la pandemia fue el miedo, y como que la sociedad se fue contagiando con este miedo, ¿cómo lo experienciaron (sic) ustedes como psicólogos?

JZ: Creo que era potente, porque nuestros consultantes, claro, tenían miedo y nosotros teníamos miedo.

LD: Por supuesto.

JZ: Creo que era algo compartido en conjunto; creo que me acuerdo de eso hace dos años y uno estaba en un estado emocional bien frágil y viendo temáticas súper fuertes, entonces... sí, a veces con mis compañeras nos poníamos a llorar de las cosas que veíamos y porque nosotras estábamos muy lábiles emocionalmente y nos tocaba ver cosas muy fuertes. Entonces sí, creo que el miedo transitaba. Creo que nos transmitían este miedo muy legítimo y finalmente lo que nosotros podíamos hacer es estar ahí, no más, como acompañar y sostener, no sé si hacer algo más con el miedo más allá de sostenerlos y contenerlos, porque era un miedo legítimo y que todo el mundo estaba pasando por eso, entonces te decían 'no te preocupes, va a pasar', no, no puedes

hacer esto, no lo sabes.

LD: Javiera, ¿y ustedes atendían también a los padres?

JZ: Sí, es que nuestro modelo de atención era dentro de las familias, se atiende al niño y a su familia, entendiendo que el niño es parte de un contexto, lo que le pasa a un niño, la sintomatología que tiene el niño es producto de sus relaciones con sus padres, con el entorno, con un contexto, eso es muy central de nosotros, de nosotras, que no existe esto del niño aislado que tiene ansiedad y su familia todo bien. No, si tiene ansiedad todo pasa por su familia, cómo su familia coge esta ansiedad, cómo son los papás, qué pautas de crianza tienen, cómo se llaman los hermanos, qué pasa en el barrio, nosotros lo vemos en una lógica sistémica y qué sé yo. Sí, entonces trabajamos hartito con papás.

LD: Claro, y me imagino que en la vida en que estamos todos encuarentenados, encerrados, ese ambiente familiar se magnifica en el fondo, es mucho mayor.

JZ: Muy tenso.

LD: Y el niño tiene otros escapes, que son el colegio, el jardín o lo que sea, pero acá no había nada.

JZ: No, era muy tenso hablar con los papás. Imagínate que eran familias que vivían en espacios muy chiquititos o que compartían con otras familias o que eran de allegados con los suegros o con la tía o no sé qué, entonces las sesiones eran en el living, con la tele prendida y la abuelita en la cocina haciendo sopaipillas y el niño con el computador y la mamá atrás diciendo 'pon la canción a la tía', entonces todo muy caótico, y aparte trabajar con la familia era tener a toda esa gente, cuando los convocabas a todos, todos sentados, y era súper tenso, porque aparte de hablar de

cosas que cómo están criando a sus hijos o qué cosas podían mejorar o cosas de la dinámica de pareja que están afectando al niño y tienes que traer eso a sesión, entonces era súper tenso y era un clima emocional bien denso y con miedo.

LD: Javiera, ¿y recuerdas alguna anécdota o algún caso que grafique un poco la complejidad de lo que vivieron?

JZ: Sí, uno de una chica, una niña, que su mamá tiene una nueva pareja, porque el papá de ella falleció de una sobredosis hace muchos años, tiene una nueva pareja y la pareja también tiene consumo problemático de drogas, y eso ya lo teníamos visto antes de la pandemia, era una paciente antes de la pandemia, entonces claramente el espacio del colegio de esta niña era un espacio protector, donde ella se alejaba un poco de este padrastro que era bien conflictivo, aparte ejercía violencia contra la madre, entonces estar de ocho a cuatro en el colegio era fantástico para esta niña. Viene la pandemia, se tiene que ir a su casa y encerrarse con este señor y su hermanito chico, que era guagüita, y era súper heavy, súper heavy con lo que ella contaba, para ella la pandemia era estar encerrada, ese era el tema para ella: no era tema la pandemia para ella, era lo que estaba pasando en su casa. Y era heavy, porque yo quería tener las sesiones con ella y que me contara un poco lo que estaba pasando, pero estaba el padrastro ahí, entonces a ella le daba mucho miedo contar lo que le estaba pasando, entonces empezamos a hacer que ella, el padrastro no trabajaba y ella iba, vendían en la feria creo unas calzas, entonces yo decía que jamás en la vida hubiera dicho esto, pero empecé a que tuviéramos las sesiones cuando la niña estaba en la feria, porque cuando estaba en la feria nadie escuchaba, estaba el ruido atrás y ella podía hablar tranquila, se ponía en un rinconcito del puesto, como que se escondía un poquito con un carrito de supermercado y me contaba, y era como la solución que había para hablar de eso, y con la mamá también era el momento de

hablar de eso, la mamá ahí podía hablar de eso. Y fue un trabajo súper heavy con el colegio, con la trabajadora social del CENFA que apoya ahí también con el tema de hacer una denuncia, de acompañarla, y lo logramos hacer: la mamá participó harto del proceso, la madre logra ver el sufrimiento de esta niña, logra como empoderarse harto y ella pone una denuncia, le ponen una medida de alejamiento creo y ellos terminan, como que termina la relación, él se va; de repente él volvía y había problemas, hacía cosas escandalosas, pero como que yo siento un poco que esa flexibilidad, esto de que te voy a atender cuando estés en la feria y vamos.

LD: Lograron estar.

JZ: Sí, y fue la única manera. Ya está grande, el otro día me la encontré por cosas de la vida que estaba yo por ahí y está súper bien, así que sí.

LD: ¿Cómo fueron mutando los problemas a medida que iban cambiando los escenarios de la pandemia? Es inestable la situación, no es algo parejo, ¿cómo este cambio de abre y cierra, abre y cierra, va afectando o las medidas que toman ustedes?

JZ: Yo creo que acá puedo hablar a nombre de varias colegas que vemos como algo muy positivo que los niños vayan a clases, sobre todo por este tipo de niños que están expuestos a escenarios muy heavy, como te decía que el colegio era un factor protector. Entonces nosotros éramos como bien insistentes en esto de que cuando al principio empezaron a abrir los colegios, que era un día a la semana, un ratito, una hora muy nada, nosotras siempre insistíamos en que era y que vayan con los papás, que tienen que mandarlos. Y los problemas que empezaron a pasar eran que los papás eran bien resistentes a esto, como que los papás igual o sentían miedo del contagio o estaban bien cómo-

dos, no sé qué pasó, que a muchos papás les costó romper esa inercia; yo pensando todo lo contrario, que los papás van a querer mandarlos, qué rico, darles un ratito: no, había harta resistencia de los papás en querer volver a mandar a los chicos, sí, y que vamos a esperar la vacuna, los efectos secundarios, que tienen asma y empezaban con todo este tema, que eran obesos, factores de riesgo, entonces era un tema, porque ahí como que se empiezan a cruzar, porque está todo este tema de la salud física, está bien, es la vida, pero también cómo la salud mental estaba tan deteriorada y chicos que no compartían con padres, no salían de casa, están pegados al celular todo el día jugando cualquier cuestión y era muy difícil entrar con los papás en ese juego... Mira, se dan un poquito, el colegio, la distancia, la vacuna, entonces fue un tema igual, esos problemas empezaron a pasar cuando los colegios empezaron a abrir.

LD: Y había algunos colegios que fueron mucho más activos que otros. Al final no son los colegios, son los directores de los colegios o líderes en los colegios, es distinto, y que fueron mucho más activos en que los niños vuelvan, en romper barreras, no sé si ustedes lo vivieron.

JZ: Sí, de todas maneras, había diferencias.

LD: ¿Y qué es lo que hacía la diferencia entre uno y el otro?

JZ: Yo creo que había más vínculo entre el colegio y la familia, entonces realmente la familia sentía que iban a cumplir las medidas o que sí los estaban escuchando o que sí los tomamos en cuenta, había harta desconfianza por parte de los papás y los colegios que lograban ser más cercanos, algunos a través de la profe jefa o del psicólogo escolar, yo creo que eso hacía harto la diferencia.

LD: Javiera, ¿y ustedes persiguieron la ideologización del debate del retorno a clases de alguna forma? ¿O no necesariamente?

JZ: ¿Sabes qué? De estos chicos... no tanto, sí.

LD: Era más de términos del miedo.

JZ: Sí. Es una teoría igual: cuando tus necesidades más básicas están más en juego, no están tan satisfechas, el debate político pasa a segundo plano y esto es lo que pasa mucho en la población que nosotros atendemos, que es mucha la supervivencia; estamos hablando de una población que vota poco, que no se involucra, estaba pasando todo el debate del Apruebo que nunca apareció, en la consulta privada aparecía a cada rato, que la prueba y empiezas a cachar que hay sectores que están lamentablemente aún súper vulnerables, entonces ¿cómo te vas a preocupar de eso si tienes que preocuparte de si hay una comida en tu mesa al final del día? Sí.

LD: Y eso les tocaba.

JZ: Sí, era mucho más de la subsistencia más que la politización del retorno a clases, todo el rato.

LD: ¿Y ellos buscaban el retorno a clases para que los niños buscaran alimento?

JZ: Los colegios, en general, sí cumplían con eso, como con la canasta JUNAEB y tenían como hartos colegios que facilitaron internet, los dispositivos, chips, entonces los colegios seguían siendo el beneficio, pasaba mucho que esas familias no querían volver, porque... en general tenían más hijos, entonces para la mamá era mucho más simple tenerlos a todos en la casa, porque al principio era que el primero básico iba el lunes y el quinto básico era el

miércoles de dos a tres, y entonces a la mamá con hartos hijos se le hacía imposible andar trayendo y viniendo y que el horario de acá, el turno de la mañana, el turno de la tarde; no era compatible con nada, no tenía auto y cómo iba a ir acarreado con el coche y no sé qué, entonces sí, eso.

LD: Javiera, llevamos ya dos años de pandemia. Hoy a la fecha, ¿tú ves algún beneficio de la atención en forma virtual, alguna ventaja?

JZ: O sea sí, en la medida que nos permitió seguir acompañando a estos niños, si no, no habrían podido y habría sido perderlos un año. Se pueden involucrar más los papás a veces, cuando tienen ganas, porque antes era 'no puedo ir a la consulta porque estoy trabajando y este horario no es compatible y no llego', entonces online, horario de colación o cuando llegue a la casa, entonces había más flexibilidad horaria para acceder a cierto tipo de cuidados, eso era bueno, es bueno. Con adolescentes a lo mejor es positivo, porque uno puede trabajar mucho tema de autoestima, autoimagen, que está este tema de las redes sociales, entonces no prenden la cámara, como que eso aparece más y permite acceder a ese mundo del adolescente, que es muy de redes sociales, y lo que se ve, Instagram, WhatsApp y como que uno puede entrar más ahí, entonces eso puede ser más positivo.

LD: Javiera, y la pandemia se prolonga, ¿qué empieza a pasar contigo? Entiendo que encuentran soluciones y logran revertir dificultades y siguen adelante, pero tú también estás viviendo la pandemia.

JZ: Sí, yo también retomé con mi psicóloga en pandemia, a ese nivel las cosas van afectando.

LD: Y me imagino que los horarios ya no son horarios.

JZ: Sí, estaba atendiendo hasta las 10 de la noche y... eso, qué bueno que lo dijiste, porque uno empieza a comprometer más de su vida personal... en el tema de la vocación como que te empieza a volver un poco loca y como que quieres ayudar, tienes que estar y cómo no voy a contestar y si no puedo a las 9 de la noche lo atiende a las 10, como que te sobrecomprometes con la causa y eso pasa factura. O sea, yo este año no tengo horas después de las 7 de la tarde.

LD: Perfecto.

JZ: Y eso lo aprendí gracias al 2020: yo estaba a las 10 de la noche atendiendo personas, pero pasaba esto de que uno quería ayudar y los veías mal y querías apañar y si no puedes yo voy, pero hay que poner límites, si no te quemas.

LD: Junto con los profesores y los psicólogos, profesiones que se tuvieron que reinventar y son súper exigidas.

JZ: Sí, súper.

LD: Javiera, como para ir redondeando ideas. Mirando hacia atrás, ¿cuál recuerdas como el momento más duro de la pandemia?

JZ: ...Yo creo que de todas maneras el primer año y las primeras cuarentenas totales.

LD: Que no sabían por dónde ir o qué iba a pasar.

JZ: Sí, sí, me imagino que sí... el momento más difícil de la pandemia.

LD: Ya. Javiera, ¿cuál recuerdas tú como el momento más duro de la pandemia?

JZ: Las primeras cuarentenas totales, donde no se podía salir a hacer nada... en general son chicos, o eran chicos, como te decía, que tienen viviendas bien chiquititas, no tienen patios, no hay libros en sus casas y están pegados a la tele todo el día, y eso era 24/7, sin ni siquiera poder ir a la plaza. Yo creo que esa infancia en pandemia, que es la infancia en sectores vulnerables y que no es la misma infancia de acá, que acá tienen un patio de mil metros cuadrados o no sé, a esos niños fueron a los que les tocó más duro y donde se intensificaron, por estar encerrados, se intensificaron hartas dinámicas violentas dentro de la familia: los papás colapsados, violencia intrafamiliar, violencia dentro de la pareja, el consumo de drogas: todo eso aumentó estando encerrados y estos chicos que no se podía salir, eso, no podían ni dar una vuelta, y niños que estaban diagnosticados con déficit atencional e hiperactividad, imagínate. Era heavy y veías que, como te decía, tenían pesadillas o que comían más o qué iba a pasar con ellos o qué era este virus, pero más allá del virus era qué es lo que pasaba con sus familias, estas dinámicas de más violencia, de más consumo; eso, yo creo que los chicos vivieron más eso, al menos lo que a mí me tocó ver, no era tanto el miedo al virus o el miedo a contagiarse, sino que era lo que generaba eso en sus familias.

LD: Javiera, ¿y cuál crees tú...? Esto es haciendo un poco de ciencia ficción, pero ¿cuáles son las principales secuelas que va a dejar la pandemia en los niños? Si es que se pueden ver.

JZ: Sí, lo que hemos visto es mucho aumento de la agresividad, eso, consecuencias en la sociabilización, niños que no saben acercarse a pares, que no saben compartir de uno a uno, y harto retraso, disculpa la palabra, pero harto atraso en metas del desarrollo: no sé, es muy de psicóloga, pero que los niños se limpien solos cuando van al baño o se duchen solos, que duerman solos, eso quedó suspendido: uno de fuera puede decir: no importa que un niño no se limpie, pero es importante para su autonomía, por-

que está creciendo, su cuerpo, respeto a los límites corporales, todo eso quedó como encapsulado y son niños que no crecieron en eso, sí.

LD: ¿Cuáles dirías tú que son las lecciones aprendidas o las áreas fortalecidas con la pandemia?

JZ: Yo creo que tolerancia a la frustración, totalmente, mucha tolerancia a la angustia, a la incertidumbre, yo creo que eso.

LD: Para terminar, ¿te gustaría hacer alguna reflexión final respecto a lo vivido?

JZ: Sí, yo creo que esto de trabajar primero, de fuera del tema pandemia, trabajar como psicóloga es trabajar con el mundo privado. Y claro, la pandemia y todo te hace entrar en un mundo privado, que es lo que decía antes, ya no estás en un box, estás en la casa de las personas y eso puede ser muy angustioso, muy fuerte ver cómo viven, cómo está dispuesta la casa, las condiciones materiales de esa casa; yo creo que pudimos acceder mucho más a ese mundo privado que antes no se veía. Y lo lindo de eso a lo mejor es que la pandemia como experiencia compartida, como que desprivatiza esos relatos de dolor, de sufrimiento, de angustia, es algo que se puede compartir, aunque tu realidad y la mía son distintas estamos todos pasando por esto y eso permite sacarlo de la casa, y cuando las cosas se quedan encerradas en la casa, ahí es donde hay problemas y donde hay tabúes, hay violencia y que no se quiere sacar afuera esto que yo escondo. Entonces creo que eso, la importancia de desprivatizar el sufrimiento también.

LD: Y probablemente vamos a ver las secuelas que va a haber más todavía, no hay que sentirse avergonzado de tener secuelas psicológicas por la pandemia.

JZ: Todos de alguna manera las tenemos.

LD: De todas maneras.

JZ: En alguna medida u otra.

LD: ¿Cambió mucho tu visión de la psicología? Antes de la pandemia a después de la pandemia.

JZ: Sí, sí. Yo creo que antes quizás era... no sé si la palabra es rígida, pero más de lo correcto, del setting, el encuadre terapéutico y cuáles son los límites, y la pandemia me enseñó que hay que fluir, que esto es lo que tenemos, es lo que hay, hay alguien que está sufriendo, lo está pasando mal y estas son las condiciones que hay para que lo pueda ayudar, tómalo o déjalo, y creo que eso fue tremendo. ■