



# SABER SER CASA DE **CONVALECENCIA**

*Amanda Céspedes\**

\* Amanda Céspedes: Médico Neuropsiquiatra Infantil U. De Chile. Postgrado U. Degli Studi de Turin Italia. Desarrolla y promueve el conocimiento del cerebro infantil aplicado a la educación. Escritora.

Cuando cursaba el primer año de la carrera de Medicina en la Universidad de Chile enfermé de fiebre tifoidea, permaneciendo 21 días hospitalizada. Al alta, el médico de la familia se manifestó satisfecho por mi recuperación, pero advirtió a mi familia que yo estaba en período de convalecencia, enfatizando que era un período de mucha fragilidad del organismo. Sería preciso cuidarme con delicadeza. En efecto, yo sabía que estaba recuperada del tifus, pero me percibía integralmente débil, con elevada emotividad, desánimo y fatiga.

Convalecencia proviene del latín *convalescentia*, que significa reanimar, y señala el período de tiempo que se extiende entre el final de una enfermedad severa y/o prolongada y el pleno restablecimiento de la salud. Famosa es la Casa de Convalecencia del Hospital de la Santa Cruz en Barcelona, hoy sede del Instituto de Estudios Catalanes. La convalecencia es de duración variable, dependiendo del organismo de cada persona, de los cuidados que reciba y de los autocuidados con los que se comprometa. Durante este tiempo la salud se va recuperando gradualmente. Si bien convalecencia es un término propio de las ciencias de la salud, vamos a ampliarlo a toda situación límite que haya socavado los cimientos del bienestar. Quienes han sido víctimas de terremotos, grandes incendios, asaltos con violencia y otras vulneraciones saben que no les fue fácil volver a la estabilidad.

Los alumnos de jardines infantiles, escuelas, colegios y establecimientos de educación superior que están regresando gradualmente a las clases presenciales lo están haciendo en un estado de convalecencia; las consecuencias sociales de la pandemia han debilitado integralmente sus organismos, siendo este impacto mayor en quienes son más frágiles. Se ha hablado de rezagos académicos como la principal consecuencia, lo cual es una mirada tan miope como riesgosa. Invita a

poner el énfasis en acciones de nivelación de contenidos y en la priorización curricular, pero este enfoque puede facilitar ignorar que todo el organismo de los alumnos está en un proceso de recuperación, siendo lo académico la parte visible de un fenómeno mucho más complejo. Solo una minoría de alumnos está retornando a clases integralmente sano, incluso fortalecido. El resto requiere de una “reanimación” de sus organismos, no solo en lo emocional y social; muchos regresan con importante sobrepeso y sus consecuencias; con alteraciones del ciclo de sueño nocturno; con desequilibrios hormonales tales como hiperinsulinemia, hiperlipidemia, inflamación tiroidea. Y también son muchos quienes van a tener grandes dificultades para restablecer hábitos de vida saludables y vencer diversas adicciones: a los video juegos, a las redes sociales, al consumo de pornografía por internet, a un escapismo de la realidad. Las situaciones límite bloquean la capacidad de motivarse por metas a mediano y largo plazo; se exacerba el deseo de gratificación inmediata, que en gran medida es un mecanismo de defensa contra la angustia vital, dañando severamente la motivación.

Insistimos en que la educación no es sinónimo de entrega de contenidos académicos; educar también es cuidar, acompañar con respeto al alumno en un camino de readaptación que en ocasiones es llano y otras se convierte en escabroso y difícil de remontar. En este tiempo que parece de recuperación, las aulas están recibiendo niños, adolescentes y jóvenes que traen consigo la huella invisible de más de un año y medio de cambios adversos en sus vidas; la consigna entonces es ante todo cuidar, acompañar, comprender con sensibilidad y empatía. Caminemos al cierre de este año 2 pandémico sin exigir abocarse a lo académico estimando que ya vienen recuperados de todo lo vivido en sus hogares durante tan largo confinamiento. Algún día, hace muchos años, afirmé que los niños llegaban al aula como caracolitos: llevando su casa a cuestas, con todo el cúmulo de vivencias no siempre felices, y esa pesada carga obstaculizaba la actividad pedagógica y agobiaba al docente, presionado a mostrar resultados académicos.

Cada casita de cada caracol-niño lleva hoy además la marca indeleble de los dolores causados por una pandemia brutal, incluidos los docentes, que cargan sus propias fragilidades y dolores. Ellos también son convalecientes, y merecen ser cuidados con sensibilidad y respeto por toda la sociedad, tan decidida a exigirles y enjuiciarlos pero tan reacia a protegerles.