



## En Quirónsalud atienden a niños bloqueados por la presión de la nota

R. H. Huelva

En los últimos años, desde el Quirónsalud Huelva vienen observando un aumento de las consultas de psiquiatría infanto-juvenil relacionadas con la ansiedad ante los exámenes y frente al rendimiento académico. Una situación que puede ir mucho más allá de los habituales nervios ante una prueba y llegar a interferir de manera significativa tanto en el funcionamiento académico como en la vida personal.

Así lo explica la doctora Ana Sara Viedma, especialista en psiquiatría de adultos y en psiquiatría de niños y adolescentes, quien señala que en consulta se atienden casos en prácticamente todas las edades: desde niños excesivamente preocupados por alcanzar un determinado resultado académico hasta jóvenes universitarios que se bloquean a la hora de enfrentarse a un examen.

La especialista pone el foco en la necesidad de diferenciar entre el objetivo de aprender y la presión asociada a los resultados. Cuando existe un problema de salud mental, explica, "el fin puede quedar diluido frente al medio y la persona puede llegar a identificarse en exceso con sus pensamientos y emociones". Frente a ello, recuerda que el objetivo último de la formación es aprender y defiende la educación emocional como una herramienta fundamental. Un examen puede generar miedo o angustia, como sucede ante otras situaciones de la vida, pero estas emociones también pueden aprender a gestionarse y superarse.

Ante el actual contexto de elevada exigencia académica y cultura del rendimiento, Viedma destaca la importancia de proporcionar a las menores experiencias de aprendizaje que les permitan regular sus emociones ante situaciones de malestar. En este sentido, la consulta de psiquiatría infanto-juvenil puede proporcionar un entorno seguro en el que aprender nuevas formas de relacionarse con las emociones.