

EL LABORATORIO DE ISLAND

BOLETÍN INFORMATIVO



EN ESTE BOLETÍN

UNA CARTA PARA CUIDADORES

EL PROGRESO DE NUESTROS PROYECTOS

CONZCA EL EQUIPO

**EL ENTORNO DEL HOGAR ESTA
RELACIONADO CON LAS DIFERENCIAS
EN LA CAPACIDAD DE PERCEPCIÓN
FONÉTICA TEMPRANA**

CONOZCA LAS MASCOTAS

**¿CUÁL ES EL OLOR MÁS
RECONFORTANTE DEL MUNDO?**

¡OTRO AÑO EN ZOOM!

ACTIVIDADES DE LABORATORIO

DIRECTORA NUEVA DEL LABORATORIO

EL REGRESO A LA ESCUELA PRESENCIAL

FAQS

**LAS ÚLTIMAS NOTICIAS DE LOS
EX-ALUMNOS**

Una Carta para Cuidadores

¡Bienvenidos al segundo boletín anual del Laboratorio de Estudios Infantiles de Lenguaje y Desarrollo Neurocognitivo (ISLAND)! Este boletín sirve para compartir actualizaciones sobre lo que hemos estado haciendo durante el año pasado, anuncios sobre nuevos estudios y ciencias, futuros proyectos y diferentes formas de participar con nuestro laboratorio.

Nuestra directora, la Dra. Natalie Brito, inició el laboratorio ISLAND porque quería compartir su pasión por la psicología del desarrollo, disminuir las barreras a la investigación científica para que más familias puedan participar, y crear un impacto positivo en varias comunidades de familias. A lo largo de los años, el laboratorio ha crecido y ahora incluye estudiantes de secundaria, pregrado, posgrado, y posdoctorado que trabajan en varios proyectos enfocados en mejor entender los predictores importantes del desarrollo infantil saludable. Actualmente, los asistentes de investigación (RA) trabajan en una amplia gama de tareas en el laboratorio, por ejemplo guiando visitas con familias para realizar los estudios de investigación, codificando y analizando datos, contribuyendo a publicaciones, organizando eventos de alcance comunitario, comunicado

nuestro trabajo a través de las redes sociales, y produciendo este boletín anual.

En el año 2020, nos enfrentamos a la pandemia del COVID-19 que nos obligó, como a muchos otros, a comenzar a trabajar de forma remota. Aunque definitivamente fue un ajuste, el laboratorio aún logró hacer progreso significativo de forma remota durante el último año y medio. Incluso comenzamos un nuevo proyecto para conocer más de nuestras familias sobre sus experiencias durante la pandemia (Estudio de Experiencias Perinatales y COVID-19). El laboratorio también logró mantenerse conectado socialmente en Zoom, con reuniones de laboratorio virtuales. A medida que las cosas comienzan a abrirse nuevamente, estamos muy emocionados de volver al trabajo de laboratorio en persona y conectarnos con las familias una vez más a través de la recopilación de datos en persona.

Queremos agradecerles a ustedes, las madres y los padres, por todo su apoyo a lo largo de los años. ¡Ninguno de nuestros estudios sería posible sin su voluntad de participar y contribuir a la ciencia!

Sinceramente,

El equipo de ISLAND

La Editora Jefe: Srinidhi Ananth

Los Editores: Grace Kellogg, Yuhan Liu, Nehal Mittal



ISLAND LAB
Infant Studies of Language &
Neurocognitive Development

El Progreso de Nuestros Proyectos

El estudio de COPE

El estudio de COVID-19 y Experiencias Perinatales (COPE) es nuestro estudio longitudinal en colaboración con la Dra. Moriah Thomason (Departamento de Psiquiatría Infantil y Adolescente Langone de la NYU), que comenzó el año pasado en el punto más intenso de la pandemia. Estamos interesados en examinar el impacto de COVID-19 en la salud mental materna y los resultados sobre el niño. Hasta el momento, tenemos más de 600 mujeres inscritas y más de 100 mujeres y sus bebés participando en nuestras encuestas, visitas remotas de comportamiento y muestras biológicas.



El estudio de SHELL

SHELL (El Estrés, Entorno del Hogar, Lenguaje y Aprendizaje) analiza cómo el ambiente del hogar durante la edad temprana afecta las trayectorias del lenguaje y el desarrollo cognitivo. Hemos finalizado la recopilación de datos y estamos trabajando en su análisis. ¡Esperamos compartir trabajos de investigación y hallazgos pronto! Estamos extremadamente agradecidos por las familias que han participado con nosotros a lo largo de los años.

MAREA

MAREA (Afecto Maternal, Resistencia, y Experiencias de Ansiedad) es un estudio cualitativo que comenzó el año pasado. Reclutamos a 70 mujeres hispanas para entrevistas remotas, incluida una cohorte de 40 mujeres que estaban embarazadas durante la pandemia y una cohorte de 30 mujeres con bebés de 3 a 12 meses. Además, se invitó a las mujeres que estaban embarazadas durante la pandemia a participar en visitas de laboratorio en persona cuando sus hijos tenían 3 meses. A través de este estudio, esperamos investigar el impacto de la pandemia de COVID-19 en el estrés materno y la salud mental en la comunidad hispana.



El subsidio de DURF

Para entender la dificultad de reclutar y retener participantes de poblaciones históricamente marginadas o de escasos recursos, dos estudiantes de pregrado en el laboratorio, Lisa Abe y Srinidhi Ananth, crearon un nuevo estudio llamado "Barreras de los cuidadores primarios para participar en estudios de investigación". Este estudio pregunta cuáles son las barreras más frecuentes que enfrentan los cuidadores primarios cuando se les pide participar en estudios de investigación. A diferencia de investigaciones anteriores sobre este tema que se centraron principalmente en la participación de adultos, su proyecto busca comprender las experiencias y perspectivas de los cuidadores de bebés y niños pequeños. Su proyecto está financiado por el Fondo de Investigación de Pregrado del Decano en la Escuela de Artes y Ciencias en NYU.

Para hacer que nuestros estudios sean más accesibles para los cuidadores de diversos orígenes, esperan ampliar las implicaciones de la investigación de bebés y niños pequeños y avanzar en nuestro conocimiento sobre el impacto del entorno social y del lenguaje en el desarrollo neurocognitivo temprano. La generación de datos sobre las barreras más frecuentes que enfrentan los cuidadores ayudará a descubrir soluciones eficientes que mitiguen estas barreras y promuevan la inclusión y la accesibilidad dentro de la investigación científica entre los residentes de la ciudad de Nueva York.

NYU
CAS

¡Conozca el Equipo!

La Dra. Natalie Brito



La Directora

Profesora auxiliar de Psicología del Desarrollo en el Departamento de Psicología Aplicada de la Universidad de Nueva York (NYU) Steinhardt

La Dra. Denise Werchan



Becaria postdoctoral de La Escuela de Medicina de NYU, sus intereses: el desarrollo cognitivo, el riesgo y la oportunidad

Ashley Greaves



Estudiante doctoral del Departamento de Psicología del Desarrollo de NYU, sus intereses: la pobreza y el desarrollo cognitivo

Annie Aitken



Estudiante doctoral del Departamento de Psicología del Desarrollo de NYU, sus intereses: la evaluación conductual biológica y el desarrollo infantil

Stephen Braren



Estudiante doctoral del Departamento de Psicología del Desarrollo de NYU, sus intereses: el estrés, el estatus socioeconómico, el desarrollo cognitivo

Sarah Vogel



Estudiante doctoral del Departamento de Psicología del Desarrollo de NYU, sus intereses: las adversidades durante la infancia, la función ejecutiva

Maggie Zhang



La Gerente del Laboratorio

Se graduó de NYU con su Licenciatura en Ciencias en Psicología Aplicada en 2020, sus intereses: el estrés, las interacciones de padres e infantiles

Gianina Perez



La Coordinadora del Proyecto de COPE

Se graduó del Teachers College de la Universidad de Columbia con una maestría en Neurociencia y Educación, sus intereses: bilingüismo, desarrollo neurocognitivo

Tehmeena Salahin



La Gerente de Datos

Se graduó de la Universidad de Virginia con su Licenciatura en Humanidades en Ciencia Cognitiva y su asignatura secundaria en Arquitectura, sus intereses: colección de datos

John Zhang



Se graduó de NYU con una maestría en Estadística Aplicada para Investigación de Ciencias Sociales, sus intereses: licencia familiar, la función cerebral infantil

Alejandra Lemus



Se graduó de la Universidad Internacional de Florida con su Licenciatura en Humanidades de Psicología y obtuvo una maestría en Neuropsicología Clínica, sus intereses: el estatus socioeconómico, bilingüismo

Mahima Golani



Sacándose una maestría en Neurociencia y Educación en el Teachers College de la Universidad de Columbia, sus intereses: intervenciones sostenibles para los cuidadores y niños

¡Conozca el Lab! (cont.)

Grace Kellogg



Estudiante de segundo año de NYU en El Programa de Maestría de La Consejería para la Salud Mental y el Bienestar, trabajando en el proyecto de COPE

Ayomide Popoola



Estudiante de último año de la Universidad de McMaster y Estudiante de NYU QUEST, trabajando en Propósito del estudio de investigación para MAREA

Amy Hume



Estudiante de último año de la Universidad de Bath, trabajando en el proyecto de COPE y VPC/código para atención visual

Audrey Lin



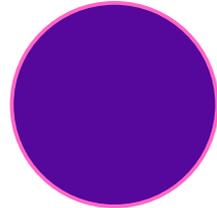
Estudiante de último año de NYU en El Programa de Licenciatura en Ciencias/Maestría para La Consejería para la Salud Mental y el Bienestar, trabajando en el código conductual

Isabelle Jacques



Estudiante de último año de NYU, se especializando en Psicología y obteniendo una asignatura secundaria en Química, trabajando en el proyecto de COPE

Gabby Ortecho



Graduada de Lehman College y Estudiante de NYU QUEST

Meera Arumugam



Estudiante de último año de NYU, se especializando en Psicología Aplicada y Salud Pública Mundial, trabajando en el proyecto de COPE

Yuhan Liu



Estudiante de último año de NYU, se especializando en Psicología y Sociología, trabajando en el código conductual

Srinidhi Ananth



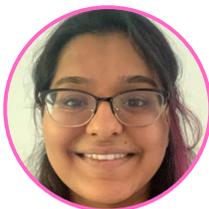
Estudiante de penúltimo año de NYU, se especializando en Psicología Aplicada y Salud Pública Mundial, trabajando en el subsidio de DURF, y Líder de Las Comunicaciones

Matthew Weatherhead



Estudiante de penúltimo año de la Universidad de Princeton, se especializando en Psicología, trabajando en las publicaciones basado en el código conductual

Nehal Mittal



Estudiante de penúltimo año de NYU, se especializando en Biología con las asignaturas secundarias en Química y Estudios Mentales de Infantiles y Adolescentes, trabajando en el código conductual

Zoe Cooper



Estudiante de primer año de la Universidad de Harvard, trabajando en el código conductual

Lisa Abe



Estudiante de penúltimo año de NYU, se especializando en Ciencia Neuronal y obteniendo una asignatura secundaria en Salud Pública Mundial, trabajando en el subsidio de DURF

Natalia Tiller



Estudiante de último año de NYU, se especializando en Psicología Aplicada y obteniendo una asignatura secundaria en Química, trabajando en el código conductual

Julia Dudensing



Estudiante de penúltimo año de NYU, se especializando en Psicología Aplicada, trabajando en el código conductual

El entorno del hogar, pero no el estado socioeconómico, está relacionado con las diferencias en la capacidad de percepción fonética temprana.

Samantha A. Melvin, Natalie H. Brito, Luke J. Mack, Laura E. Engelhardt, William P. Fifer, Amy J. Elliott, Kimberly G. Noble

"Traducido" por Grace Kellogg

Cuando los bebés nacen, inicialmente pueden discriminar entre todos los fonemas y, a medida que crecen, comienzan a sintonizar perceptivamente con los fonemas de su idioma o idiomas nativos. La sintonización perceptiva ocurre cuando un bebé comienza a discriminar entre los fonemas de su(s) idioma(s) nativo(s).

En primer lugar, ¿qué es un fonema? Piensa en las palabras "pad, pat, bad y bat". Los fonemas son las partes de cada palabra que se distinguen de otras palabras en cómo suenan las diferentes palabras.

Ahora bien, ¿qué tienen que ver los fonemas con el desarrollo de la primera infancia? La sintonización perceptiva generalmente ocurre entre los 6 y 12 meses de edad, y algunos estudios han encontrado que los bebés que sintonizan perceptualmente más temprano en la vida, en promedio, muestran puntajes más altos en evaluaciones de lenguaje posteriores.

Esto podría dar paso a la pregunta; ¿qué factores están vinculados a la discriminación temprana de fonemas de un bebé y, por lo tanto, a mayores habilidades lingüísticas más adelante en la infancia? Melvin y colegas (2016) buscaron responder esta misma pregunta.

Encontraron que la calidad del entorno del hogar del bebé (incluidos los recursos en el hogar y las interacciones con los cuidadores) era el factor principal en la capacidad temprana del bebé para discriminar entre fonemas.

El estudio probó la capacidad de discriminación fonética de 75 bebés. Las familias de los bebés participaron en dos visitas de laboratorio: una cuando su bebé tenía 9 meses y otra vez cuando su bebé tenía 15 meses. También se visitó a las familias en sus hogares para evaluar el ambiente del hogar.



¿Qué tipo de tareas se hicieron en las visitas al laboratorio?

- *Discriminación fonética: se evaluó la capacidad de los bebés para diferenciar entre dos fonemas (en un idioma diferente! Estos fonemas eran sonidos perceptualmente similares que son comunes en el idioma hindi, pero indistinguibles para los hablantes nativos de inglés adultos).*
- *Lenguaje receptivo y expresivo: los bebés (a los 9 y 15 meses) recibieron pruebas de lenguaje numéricas. Estas pruebas examinaron las habilidades de los bebés para comprender y responder al lenguaje, tanto como sus habilidades para expresar el lenguaje.*
- *Entorno del hogar: se administró una entrevista estructurada de 45 puntos y una lista de verificación de observación durante la visita domiciliar de 15 meses para evaluar los factores del entorno del hogar, como la participación de los padres, la calidez y la capacidad de respuesta, así como los tipos de juguetes, libros o cualquier otro material presente.*

Los investigadores encontraron que, independientemente de los factores socioeconómicos, los bebés con mayor calidad general de los entornos domésticos (por ejemplo, un entorno más estimulante cognitivamente, una mayor capacidad de respuesta de los padres) tenían más probabilidades de sintonizar perceptivamente con su lengua materna más pronto.

La investigación finalmente mostró que el entorno del hogar de un bebé está asociado con la capacidad de discriminación fonética desde los 9 meses de edad.

Entonces, ¿qué podemos aprender de este estudio? Cuento historias, juegue y pase tiempo de calidad con su pequeño (a continuación puede encontrar recursos para encontrar su biblioteca local y eventos familiares en la ciudad de Nueva York).

Recursos:

Encuentre su Biblioteca Pública de Nueva York más cercana [aquí](#)

Encuentre eventos familiares organizados por la Biblioteca Pública de Nueva York [aquí](#)

Conozca las Mascotas

Una introducción a las mascotas preferidas del equipo

Riley

Edad: 1 año
Madre del perro: Maggie



Dato Curioso: Sus meriendas favoritas son el pollo y el queso, y se pasa el día durmiendo la siesta y robando comida de la mesa.

Henry

Edad: 10 meses
Madre del gato: Julia D.



Dato Curioso: ¡le encanta robar gomas de pelo!

Bentley

Edad: 1 año
Madre del perro: Grace



Dato Curioso: ¡le fascinan las zanahorias!

Koby

Edad: 2 años
Madre del perro: Gianina



Dato Curioso: Él disfruta de las siestas muy largas, picar, saludar a gente en sus paseos, ¡y recientemente ha aprendido la orden de "serpentear" en el suelo!

Savannah

Edad: 3 años
Madre del gato: Sarah



Dato Curioso: Le encanta tomar la siesta al sol, jugar con sus juguetes de hierba gatera y hacer compañía a sus padres en el escritorio mientras trabajan desde casa.

Pip

Edad: 1 ½ años
Madre del perro: Denise



Dato Curioso: ¡Su actividad favorita en la ciudad es aullar junto con las sirenas de los camiones de bomberos!

¿Cuál es el olor más reconfortante del mundo?

¡Eres tú, mamá!

"Traducido" por Mahima Golani

¿Alguna vez se ha preguntado por qué cargar a su bebé cuando está llorando puede calmarlo casi de inmediato? Los bebés necesitan que sus padres estén cerca porque son señales de seguridad. Los recién nacidos tienen mecanismos innatos que les ayudan a depender de su entorno social. Por ejemplo, incluso desde muy temprano, muestran una fuerte preferencia por la voz y el olor de sus madres. Sabemos desde hace tiempo, a través de investigaciones y anécdotas de padres, que cuando los bebés lloran se pueden calmar cuando los cargan y los abrazan. Una posible explicación es que el olor materno tiene un efecto calmante. El olor materno puede ser una señal poderosa que le dice al bebé: "Estás bien. ¡Estás seguro!"

Algunas investigaciones anteriores han demostrado que tan poderoso el olor materno puede ser. Un estudio completado por Nishitani y sus colegas demostró que el olor materno hasta redujo la respuesta biológica de dolor durante procedimientos médicos. Otro estudio encontró que los bebés miran durante más tiempo a las caras en presencia del olor materno. ¿Alguna vez ha notado que su bebé tiende a mirar a las caras más tiempo que a otros objetos? La habilidad de procesar caras es increíblemente importante ya que puede proveer información social sobre la identidad y las emociones de una persona.

Sarah Jessen, una neurocientífica, diseñó un experimento para ver cómo los bebés responderían a caras felices y caras de miedo dependiendo de a qué olor estaban expuestos. Sabía que a partir de los siete meses, los bebés pueden procesar diferentes expresiones faciales emocionales?

B Material de estímulo



Para hacer esto, Jessen usó 3 tipos de olores (3 camisetas diferentes):

1. Olor de su propia madre
2. Olor de una madre desconocida
3. Ningún olor específico



Los bebés fueron asignados al azar al grupo de olor materno o una de las medidas de control (olor desconocido o sin olor). Asignaron a los participantes a diferentes grupos al azar para que pudieran comprender con precisión si fue el olor el que provocó la respuesta del bebé. Si no hubieran asignado a los participantes al azar, y hubieran escogido asignar a todos los bebés al grupo del olor materno y todos los bebés al olor desconocido, sería difícil ver si la respuesta del bebé fue debido a su sexo, por ejemplo, o al olor que estaban oliendo!

La investigadora juntó a 50 mamás para que usaran la misma camiseta por tres noches seguidas (esto puede parecer un poco sucio, pero es por la ciencia!). Las mamás fueron pedidas que usen su champú, desodorante, y jabón típico, y que no introdujeran ningún producto nuevo durante este tiempo. Esto era para asegurar que las camisetas verdaderamente olieran a ellas.

Entonces, cuando la madre y el bebé llegan al laboratorio, los bebés se ponen unas gorras de electroencefalografía (EEG) para medir su actividad cerebral. Se puede usar EEG para obtener grabaciones seguras y no-invasivas de la actividad eléctrica en el cerebro. Las grabaciones pueden ayudarnos a observar los patrones de la actividad en el cerebro. Por ejemplo, cuando los bebés están profundamente

dormidos, hay un patrón reconocible de la actividad eléctrica.

Después de colocarles las gorras de EEG, las camisetas se colocaron sobre sus pechos, ¡lo suficientemente cerca para que pudieran olerlas!

Lo que fue particularmente interesante de este estudio fue que pusieron a los bebés en un asiento para el automóvil, no en el regazo de su madre. Esto fue para que Jessen pudiera desenredar los efectos de la proximidad física a la mamá en comparación con sólo oliéndolas.

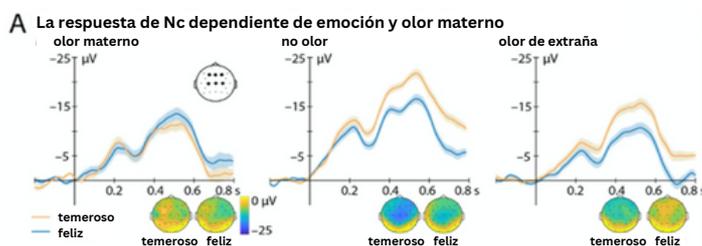
Lo que ella encontró fue muy asombroso.

Las gráficas de abajo muestran cómo los patrones EEG de los bebés en cada grupo difirieron. Cuando los bebés fueron expuestos al grupo de las caras temerosas y la camisa que olía a su madre, sus cerebros mostraron una respuesta menos temerosa. Cuando las camisetas usadas no tenían un olor específico o tenían un olor de una madre desconocida, los bebés tuvieron una respuesta más temerosa. Esto no significa que estos bebés se angustiaban mucho cuando al mirar la cara temerosa, pero muestra que su cerebro estaba diciéndoles que deberían estar un poco más vigilantes. La respuesta al miedo es una parte muy normal (y esencial) para determinar que es seguro y que puede ser una amenaza potencial.

Una parte de nuestro papel como cuidadores es ayudarles a decidir lo qué es seguro y lo que no.

Entonces, esto es lo que estamos prescribiendo: ¡Abraze a sus pequeños!

Citación: Jessen S. (2020). Maternal odor reduces the neural response to fearful faces in human infants. Developmental Cognitive Neuroscience, 45, 100858. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2020.100858>



Entonces, ¿esto qué nos dice?

Los resultados de Jessen muestran que la presencia de la madre, aun que sea solo su olor, es una señal de seguridad para los bebés. Nuestros pequeños dependen completamente de su entorno social para sobrevivir. Especialmente para los bebés, el mundo puede dar un poco de miedo por lo desconocido que es.

¡Otro año en Zoom!



Otro año en Zoom, ¡y qué año ha sido! Todo fue virtual durante la mayor parte del año, desde reuniones de laboratorio hasta eventos sociales y eventos de divulgación, ¡como nuestro panel de alumnos! Ciertamente extrañamos vernos en persona, pero disfrutamos aprendiendo a usar una plataforma diferente a la que estábamos acostumbrados para estar conectados. A pesar de los desafíos virtuales, nuestro laboratorio consiguió hacer la mayoría de los trabajos que haríamos en persona. A pesar de que nuestro tiempo en Zoom podría llegar lentamente a su fin a medida que se acerca el otoño, ¡tenemos muchas ganas de volver a vernos en persona!

¡Sociales de laboratorio!



Tuvimos dos eventos sociales en persona este año-- uno en la primavera y otro en el verano. Nuestra reunión social en persona en mayo fue tener un picnic, ¡y fue una maravilla! Disfrutamos de la comida, la diversión y la emoción de estar juntos de nuevo. Fue una reunión muy especial, porque solo nos habíamos visto a través de Zoom durante mucho tiempo. Hubieron muchas risas, felicidad y socialización. Tuvimos otra reunión social en junio, ¡esta vez con nuestros perritos! Estamos muy contentos de haber tenido la oportunidad de reunirnos después de tanto tiempo, y definitivamente estamos deseando tener más sociales en el futuro.



¡...Con nuestra gerente nueva del laboratorio!

Bienvenida a nuestra gerente nueva del laboratorio, ¡Maggie Zhang! Maggie empezó como la Gerente del Laboratorio en agosto de 2020, y antes de eso, ella era una ayudante de investigación por tres años y se graduó de NYU con su Licenciatura en Ciencias en Psicología Aplicada en 2020.



P: ¿Qué haces como Gerente del Laboratorio?

R: Estoy a cargo de administrar el personal y los asistentes de investigación, de manejar las logísticas y tareas administrativas, los presupuestos y las finanzas del laboratorio, y finalmente, la recopilación de datos y de programar citas para los participantes.

P: ¿Por qué querías ser Gerente del Laboratorio?

R: En general, me interesan las interacciones de padres e infantiles y cómo estas interacciones sociales tempranas pueden influir en el aprendizaje y el desarrollo socioemocional más adelante en la vida. Me interesa proseguir un doctorado en Psicología clínica en el futuro también, y este puesto me da la oportunidad para explorar mis intereses de investigación y la oportunidad para trabajar en el mundo académico.

P: ¿Qué esperas lograr como Gerente del Laboratorio?

R: Espero exponer a nuestros asistentes de investigación a una variedad de habilidades que son transferibles a muchos campos incluyendo la codificación de comportamiento de usar Excel, cómo comunicar la investigación al público general, etc. También espero construir relaciones con nuestros participantes y facilitar una experiencia positiva cuando participen con nosotros, en persona y remotamente.

¡El laboratorio ISLAND te anima vacunarte para combatir la propagación del Covid-19!

Las mejores maneras de minimizar la propagación de COVID-19 en medio de nuevas variantes emergentes son: 1) permanecer con mascarilla en espacios públicos (interiores o exteriores) con mucha gente, y 2) vacunarse. De esta manera, todos podemos hacer nuestra parte para mantenernos sanos y salvos.

¡Visita <https://vaccinefinder.nyc.gov/> para ubicar tu sitio de vacunación más cercano!

¡Visita <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/index.html> para aprender más sobre las vacunas!



Ayudar a los niños a regresar a la escuela en persona

Escrito por: Srinidhi Ananth

Este artículo fue publicado en el "Creature Times, the blog of Social Creatures", dedicado a social connectedness. Siga el link para leer más! <https://www.thesocialcreatures.org/thecreaturetimes>

Después de más de un año de escuela virtual y distanciamiento social debido a la pandemia de COVID-19, muchos niños y adolescentes finalmente se están preparando para el regreso al aprendizaje presencial diario para el próximo año escolar. Aunque los niños (y sus cuidadores) se beneficiarán de volver al aprendizaje presencial, el regreso a la normalidad puede venir con desafíos y dificultades. Tener algunas estrategias para lidiar con estos problemas será importante para que la transición de regreso a las clases sea más manejable. En este artículo presentamos algunas estrategias que podrían beneficiar tanto a los niños como a sus padres mientras se regresa al aprendizaje presencial.

Los niños han enfrentado muchas dificultades debido al aislamiento social y el aprendizaje remoto debido al COVID-19, que ha resultado en trastornos académicos y socioemocionales, especialmente entre los grupos minoritarios y subrepresentados [1]. Debido al COVID-19, desafortunadamente, muchos niños no han tenido suficiente interacción en persona con sus amigos y compañeros. Como hemos mencionado anteriormente, estas interacciones presenciales entre los niños son importantes para la formación de conexiones sociales. Y, a su vez, la conexión social juega un papel importante en el bienestar de los niños, promoviendo el desarrollo saludable, la salud física y mental, y el crecimiento personal. Rebecca Rialon Berry, Profesor de Psiquiatría Infantil y Adolescente en la Universidad de Nueva York Langone Health dice, "Existe una conexión clave entre tener buenas interacciones con compañeros y el bienestar socioemocional.

En ciertas poblaciones, estamos viendo que la depresión y ansiedad aumentan con la cuarentena continuada."

Sin embargo, a pesar de las luchas que puede causar la separación prolongada de los compañeros, no debería sorprender que algunos niños muestran emociones mezcladas, o incluso ansiedad, mientras que se preparan para el regreso al aprendizaje presencial.

"Ya veo que los niños tienen niveles más altos de ansiedad por volver a la escuela," informa la psiquiatra de niños adolescentes y adultos, Dra. Samantha Saltz. "Hay una gran preocupación por la soledad. Han estado lejos por un tiempo. Están preocupados por cómo se van a reintegrar socialmente con los otros niños, con quién van a encajar, en qué tipo de grupos van a pertenecer."

Los niños también pueden sentir ansiedad por regresar a la escuela porque se han acostumbrado a la rutina del hogar y su círculo social inmediato.

Lo bueno es que hay varias formas en que los padres y guardianes pueden aliviar algunos de los miedos, ansiedades o dificultades de sus hijos con la transición mientras promueven la conexión social. Una de esas herramientas es el acrónimo EASE, creado por el gran fallecido John Cacioppo, psicólogo y ex-director del Centro de Neurociencia Cognitiva y Social de la Universidad de Chicago, para ayudar a las personal volver a sus conexiones sociales después de períodos de aislamiento. A continuación, proporcionamos detalles que describen cada uno de los pasos necesarios para seguir el enfoque EASE.

E - Extenderse Con Cuidado

Después de más de un año de ver caras en una pantalla, es comprensible si su hijo está aprensivo de volver a sus clases presenciales y socializar con sus compañeros en la misma capacidad que antes.



Antes del regreso a la escuela, ayude a su hijo a extenderse a las situaciones e interacciones sociales haciéndolo con cautela, poco a poco. Una forma de hacerlo es acercarse y volver a conectarse con compañeros de clase del semestre anterior. Si su hijo está comenzando en una nueva escuela, intente visitar la escuela antes de que comience el programa para que su hijo pueda comenzar a familiarizarse con el nuevo entorno. También puede comunicarse con el profesor o el entrenador de deporte de su hijo antes del comienzo del año escolar.

A- Hacer un Plan de Acción

En principio, esto significa reconocer y validar cualquier ansiedad que tenga su hijo por regresar a la escuela, y luego crear un plan viable para ayudarlo a desarrollar un sentido de control emocional en torno a situaciones sociales. Por ejemplo, busca medios sociales que mejor se adapten a sus necesidades y objetivos. Si desea participar en una actividad después de la escuela, participar en algo con lo que ya está familiarizado y disfruta puede ser una mejor opción que algo completamente nuevo. Otra parte de la elaboración de un plan de acción es establecer una rutina a la que pueda ceñirse y un horario que pueda seguir.

References:

Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>

S - Buscar Colectivos/Comunidad?

Ayude a su hijo a encontrar compañeros de ideas afines con los que interactuar. Esto podría significar, por ejemplo, participar en un club nuevo, actividad extraescolar o equipo deportivo para que su hijo pueda conectarse con otras personas que tienen intereses, actividades y valores similares. La clave es buscar y seleccionar personas que comparten cualidades comunes de alguna manera. Esto les facilitará encontrar sinergias y volver a recurrir a rutinas de interacción de alta calidad con sus compañeros. Y no olvide que es importante ser selectivo. Tener algunas relaciones significativas y gratificantes es más importante que tener muchas superficiales.

E - Esperar lo mejor

Por último, pero no menos importante, los padres deben fomentar a sus hijos a esperar siempre lo mejor. Sea optimista— incluso cuando la situación actual sea desagradable y estresante. Los padres deben enfatizar la importancia de mirar hacia las posibilidades futuras y las cosas buenas que pueden ayudar a recordar a un niño los tiempos pasados en los que se ha enfrentado y superado sus retos. Además, es importante recordar que algunas de las cosas más difíciles de la vida producen los resultados más gratificantes. Aunque siempre hay más en un problema que en tu actitud mental, pensar de manera positiva ciertamente puede ayudar a superar la ansiedad y el estrés. Los padres pueden fácilmente dar el ejemplo haciéndolo ellos mismos y también haciéndole saber a sus hijos que creen en ellos.

Preguntas más frecuentes

¿El COVID-19 ha afectado el desarrollo de mi hijo?

La pandemia ha traído muchos desafíos inesperados, especialmente para las familias. Es comprensible que los padres tengan preguntas sobre cómo la pandemia ha afectado el desarrollo de sus hijos. Nuestro actual estudio longitudinal (COPE) está interesado en esta pregunta y en comprender cómo las familias se han adaptado en estos tiempos estresantes. Nuestro estudio comienza con madres que estaban embarazadas o dieron a luz durante el comienzo de la pandemia y sigue a las familias hasta la niñez. ¡Síguenos en Instagram para recibir actualizaciones sobre este proyecto importante (@britobabylab)!

¿Es seguro involucrarse en las investigaciones científicas ahora?

¡Sí! Con todos nuestros estudios, nos aseguramos de que tanto los padres como los niños se sientan cómodos con todo lo que hacemos. Al comienzo del estudio, nos aseguraremos de que comprenda todo lo que sucederá durante la visita y puede optar por detener el estudio en cualquier momento. En términos de COVID-19, nuestro laboratorio ha tomado todas las precauciones para garantizar la seguridad de nuestras familias. Todos nuestros asistentes de investigación están completamente vacunados, desinfectamos completamente nuestro espacio de trabajo antes y después de la visita, y todos usarán máscaras durante la duración de su visita.

¿Cómo me involucro en el laboratorio?

Para formar parte de un estudio con ISLAND, envíe un correo electrónico a britobabylab@nyu.edu para obtener más información e intentaremos encontrarle el proyecto perfecto. También puede visitar nuestra página web, britobabylab.com, para conocer nuestros estudios actuales y leer testimonios de familias participantes anteriores.

Las Últimas Noticias de los Ex-alumnos de ISLAND Lab

Karina Kozak



Karina se graduó de la Escuela de Negocios Stern de la NYU en 2021 con un MBA y se desempeñó como Gerente de Laboratorio anterior de ISLAND Lab. Actualmente, trabaja como Consultora Asociada Senior en Magnolia Innovation. En su tiempo en ISLAND, pudo aprovechar su experiencia en investigación para demostrar que tenía habilidades transferibles que son cruciales para la consultoría y la investigación de mercado (por ejemplo, redacción de encuestas, análisis de datos cuantitativos). Lo que más le gusta a Karina de ISLAND es que hubo un esfuerzo constante por combinar sus objetivos/intereses personales con el trabajo que le dieron, y le hizo sentir que la gente estaba invirtiendo en ella.

Joy Shen



Joy se graduó de NYU Steinhardt en 2020 con un B.S. en Psicología Aplicada, y se desempeñó como Asistente de Investigación y Líder de Comunicaciones durante su tiempo en ISLAND. Actualmente, es asistente de investigación en Cognitive and Behavioral Consultants, una clínica de salud mental y centro de bienestar. Ella comenzará en un programa de PsyD en el otoño en la Escuela de Graduados en Psicología Clínica de Ferkauf, entrenando para convertirse en médica. ISLAND le enseñó a Joy muchas habilidades de investigación, como trabajar con datos, habilidades interpersonales y liderazgo. Ella utiliza estas habilidades en sus tareas diarias como asistente de investigación para un laboratorio clínico, incluso si los datos son muy diferentes.

Nick Tong



Nick se graduó de NYU Steinhardt en 2020 con un B.S. en Psicología Aplicada, y se desempeñó como Asistente de Investigación durante su tiempo en ISLAND. Actualmente, es analista de investigación y datos en The Doe Fund. Mientras solicitaba un trabajo, Nick enfatizó sus habilidades para resolver problemas desarrollados en ISLAND, especialmente al codificar videos de comportamiento con una fecha límite. Además, desarrolló su creencia en la transparencia y la ética en la investigación y el análisis de datos mientras estaba en el laboratorio. Su parte favorita de ser voluntario en ISLAND es la sensación de bienvenida y apoyo en el laboratorio, además de tener la flexibilidad para explorar y aprender nuevas tareas y habilidades.

Jessica Rickel



Jessica se graduó de la Universidad de Syracuse con su B.S. en Psicología en 2017, y NYU Steinhardt con su Maestría en 2019. Se desempeñó como asistente de investigación durante su tiempo en ISLAND. Actualmente, es asociada científica de investigación en Harlem Children's Zone. Jessica aprendió a manejar datos del mundo real, organizar datos, tomar decisiones sobre procesos, marcar anomalías en el conjunto de datos y realizar controles de calidad como asistente de investigación. Además, valoró tener experiencia fuera del aula, comunicarse con un equipo y administrar el tiempo y las prioridades. La parte favorita de ISLAND de Jessica son los lindos bebés y trabajar con el equipo.

Buyong Joo



Buyong se graduó de NYU con su B.S. en Psicología Aplicada en 2019, y se desempeñó como asistente de investigación durante su tiempo en ISLAND. Cuando estaba en el laboratorio, estaba a cargo de LENA, asegurándose de que las grabadoras se enviaran a tiempo y analizando los datos que obtuvo de los participantes. Actualmente, trabaja como Directora de Proyectos en una firma de investigación de mercado que trabaja con varias compañías farmacéuticas. Buyong desarrolló muchas habilidades en su trabajo con ISLAND que utiliza ahora, como desarrollar encuestas cuantitativas/cualitativas basadas en los objetivos del proyecto, administrar el campo y analizar los datos.