

OSASUNGINTZAKO ETA HEZKUNTZAKO PROFESIONALEN MANIFESTUA

Osasuneko eta hezkuntzako profesional gisa, Covid-19 sindromearen aurka denboran zehar ezarritako neurriak salatzen ditugu, bai eraginkortasun ezagatik, bai ikasgeletan eta haur eta nerabeen kontsultetan ikusi dugun eta ikusten ari garen ondorio larriengatik, **eta oraindik indarrean dauden neurriak lehenbailehen eta behin betiko amaitzeko eskatzen dugu, horietako bat bera ere etorkizunean berraktibatu ez dadila**. Ikastetxeetan, azken bi urteetan ezarritako protokoloek eragotzi egiten dute haien premia oinarrizkoenetako batzuk asetzea (afektibitatea, segurtasuna, ...) eta bateraezinak dira garapen oso eta osasungarriekin; hori dela eta, badakigu horietan egiaztatutako zailtasunak icebergaren punta baino ez direla, eta epe ertain eta luzera ager daitezkeela, batez ere egoera hori denboran luzatzen bada.

Lehenengo eta behin, neurri horiek, indarrean den **osasunaren eredu biopsikosozialean** jasota eta onartuta dagoena guztiz kontutan hartu gabe ezarri ziren, hau da, gizakiaren arlo guztien arteko (fisikoa, psikologikoa, emozionalak eta sozialak) elkarreragina kontutan hartu gabe. 1947. urtetik **MOE**ren definizioaren arabera, *“Osasuna erabateko ongizate egoera da, arlo fisiko, mental eta sozialean, ez soilik afekzio edo gaixotasun eza”*. Izan ere, garatzen ari diren zientzia berriek (psikoneuroendokrinologia, neurokardiologia...) gero eta datu gehiago ematen dizkigute arlo guztien artean (fisikoa, psikologikoa, emozionala, soziala) ematen diren elkarreragin konplexuen inguruan.

Osasun-neurri oro baloratzeko eta ezartzeko oinarrizkoa den printzipioa ere ez zen izan eta ez da kontutan izaten ari: PRIMUM NON NOCERE. Printzipio horren arabera, neurri horien beharrezkotasuna kontutan hartu behar da lehenik; hau da, horren beharra dagoen ala ez. Eta ondoren neurri horiek eragin ditzaketen onurak, bigarren mailako ondorioak balantza horretan, zinez onuragarriak direla egiaztatu. Berez, printzipio hori, PRIMUM NON NOCERE, oinarri oinarrizkoa da, bai medikuntzaren zein psikologiaren marko profesionaleko ikuspegi etikotik, baita legearen ikuspegitik ere (Osasun Publikoaren Lege Orokorraren PRINTZIPIO OROKORRETAN jasotzen den bezala), bi esparruak biztanleriari begira babestekoak dira. Guzti hau bereziki garrantzitsua da zaugarri diren kolektiboentzat, haurtzaroa eta nerabezaroa kasu. Zuek ongi dakizuen bezala etorkizuneko osasunean eragin handia izango baitu arlo guztietan.

Bi atal horiek aztertuz gero, ondorioak argiak dira. Lehen aldagai hori aztertzeko, beharra, datu anitz ditugu (atxikituta, adibide gisa, Eusko Jaurlaritzaren datu ofizialekin osaturiko afekzio eta hilkortasun taula, beste Autonomia Erkidego batzuetan jaso direnen antzekoak).

Adina / Edad	Kasu positiboak / Positivos	Biztanleria 2019 / Población 2019	Hilakak / Fallecidos(*)	Hilgarritasuna / Letalidad	Mortalidad
0 - 9	19604	190667	1	0,0051%	0,0005%
10-19	37973	210862	1	0,0026%	0,0005%
20 - 29	38983	199866	5	0,0128%	0,0025%
30 - 39	32950	258272	14	0,0425%	0,0054%
40 - 49	41306	358698	44	0,1065%	0,0123%
50 - 59	37685	336769	121	0,3211%	0,0359%
60 - 69	23611	277319	376	1,5925%	0,1356%
70 - 79	14875	210914	903	6,0706%	0,4281%
80 - 89	11828	124844	1940	16,4018%	1,5539%
Más de 90 edo gehiago	5059	31500	1314	25,9735%	4,1714%
No consta	3521				
GUZTIRA / TOTAL	267395	2199711	4754	1,778%	0,2161%

(*) 2021/10/10 (Ultima actualización / Azken eguneratzea)
Fuente: Gobierno Vasco
Letalidad: Fallecidos/Positivos
Mortalidad: Fallecidos/Población

Datu ofizial horien arabera, gripeak duen hilkortasun mailaren antzekoa dugu aurrean, adingabekoengan ia hutsala. Izan ere, haurtzaroa arrisku gutxiko taldea dela baieztatu da: kutsatze-indize baxuagoa du, hirugarrenentzako eramangarritasun baxua da (helduena baino 6 aldiz gutxiagoraino) eta orohar, Covid19 sindromea sintoma arinekin garatzen da. Errealitatea horrela izan arren, guztiz proportziorik gabekoak diren neurriekin topo egin dugu, hainbat ondorio negatibo dituztenak, horietako zenbait bai arlo emozionalean zein psikologikoan, fisikoan eta sozialean eragin oso larriak dituztenak. Gainera, elkar-eragiten duten ondorioak sortzen dituzte. Horrek adierazten digu neurri horiek aplikatzea ez dela komenigarria. Azpimarratu beharra dago, neurri horiek, juxtu Covid-19 Sindromearen aurrean arrisku gutxiago duen kolektiboarekiko askoz ere gogorragoak eta murriztaileagoak izan direla. Baina, aldi berean, ahulagoak: adingabeak. Hasierako konfinamenduan isolatzen lehenak izan ziren, azkenak irteten. Eta eskoletako protokoloek beste eremu batzuetan desagertu diren arauak mantentzen jarraitu izan dute denbora luzez, kanpoan musukoa erabiltzearen derrigortasuna kasu. Gainera, hasieratik, norbere adinari dagokion portaera izateagatik errudunetsiak izan dira, baita kriminalizatuak ere.

Neurri guzti horien ondorio negatiboek elkar-elikatzen duten arren, horietako bakoitza atalka laburbildu ditugu, era sintetikoan, argitasuna emate aldera:

- Arlo fisikoari dagokionez, neurriek, immunitate-sistemaren nariadura eragin dute

eta eragiten darraite. Honek epe labur eta luzera, gaixotasunak garatzeko joera eragiten du, horietako asko Covid-19 sindromeak eragingo lituzkeenak baino larriagoak. Aurrez zeuden hainbat patologien larritzea gertatu da, batez ere arnasketarekin lotutakoak eta neurologikoak. Beste patologia berri batzuk ere agertu dira, arinak, kronikoak edo errepikapen-patologiak (azaleko arazoak, ikusmenekoak...). Horien eragile nagusiak ditugu besteak beste, produktu toxikoak gehiegi erabiltzea (gel hidroalkoholikoaren erabilera orokortua %400 igo zen lehen hilabeteetan, intoxikazioagatik sortutako larrialdiak), arnasketa desagokia eta gehiegizko adrenalina (kasu askotan kortisola). Azken honek nerbio-sistema begetatiboa era arriskutsuan aktibatzen du.

- Arlo psikologikoari dagokionez, ezarritako neurriek kontrol zorrotza eragiten dute

inplizituki beldurra sustatuz. Baita norberarekiko (besteentzako arrisku posible

gisa) zein besteekiko (ez portaera arloan, metro eta erdi baino gutxiagoko distantziara egote hutsagatik baizik) eta munduarekiko (esplorazio-gune, ikaskuntza-gune eta gozamen-gune izatetik balizko kutsatze foko gisa ikustera iritsita) mesfidantza ere. Gainera autoestimuaekin lotutako oso sinesmen mugatzaileak ezartzea ahalbidetzen dute. Eta horrek egungo zein etorkizuneko giza-harremanetan interferentzia handia eragiten du. Zentzu honetan, portaera konpultsiboak, fobiak (gaixotasunari, sozialak...), antsietatea, insomnia... areagotu direla ikusi da.

- Arlo emozionalari dagokionez, Neurri hauek bateraezinak dira gizakiak garapen

osasuntsua izateko asetu beharreko oinarrizko bi behar hauekin: afektibitatea eta segurtasuna. Afektibitatea gertutasunarekin eta kontaktu fisikoarekin estuki lotuta dago, batez ere, haur txikiengan. Segurtasuna, berriz, konfiantzaren baitan garatzen da (ezarritako neurriek sustatutako kontrolaren kontrakoa). Oinarrizko behar hauek asetuak izateko ezintasunak babesgabetasun ikasia bezalako prozesuak eragiten ditu, etsipenaren ondorioz ("saiatuta ere ez du ezertarako balio, beraz, saiatzeari uzten diot"). Horrela, autonomia moteltzen da, mendeen jartzeko joera sortzen eta bizitzako zailtasunen aurrean konponbide aukerak bilatzeko gogoia murrizten. Frustrazio horrek amorrua ere ekar dezake. Amorru hori frustrazioa eragiten duen horren kontrako asaldaduraren bitartez adierazi daiteke. Edo asaldatzerik ez dagoenean, hirugarrengekiko zein norberarekiko erruduntasun sentimenduak sorraraziz. Guzti horri lotuta, depresio-nahasmekak, portaera iheskorak, zailtasun sozialak, portaera agresiboak, norbere burua zauritzeko portaerak, suizidioak... areagotu direla ikusi da.

- Arlo sozialari dagokionez, deshumanizazio progresibo bat eragiten du. Gorputz-

kontaktua, naturaltasuna eta interakzioetan espontaneotasuna gogorki desagerrarazi baitira. Ez-ahozko komunikazioaren zati handi bat ere galdu egin baita (musukoen eta inposatu den gutxieneko distantziaren ondorioz, besteari harrera egin eta norbere "burbuila pertsonalean" jasotzea eragotzi da). Guzti honek zailtasun handiak eragiten ditu garapen sozial osasuntsua eman dadin eta haurtzaroan enpatia ezarri dadin. Aipatutakoaren ondorio zuzen bat da eskoletan jazarpena nabarmenki igo izana. Bereziki, osasun arazoak direla eta, musukoa ez erabiltzeko salbuespena zuten horiekiko adibidez. Beldurrak hartu duen jendarte batean gaude, menderatuago dagoena (aurrekoaren ondorio) eta hautsita dagoena, pertsona asko baztertu edota isolatu dituen (Norbere zein besteek erabakiz, gehienetan beldurra dela medio).

- Hezkuntza arloari dagokionez, ezarritako neurriak, aurretiaz hezkuntzaren gidari

ziren zeharkako helburu garrantzitsuenekin bateraezinak dira. Gainera, ikaskuntzaren, talde-jardueren... prozesu aktiboen garapenerako oztupo garrantzitsu bihurtzen dira. Jolas-dinamikak ere aldatu ditu eta ondorioz belaunaldi oso baten oinarrizko ikaskuntzak ere. Musukoak komunikazio arazoak areagotzen ditu era ezberdinetan: txikiengan lengoaiaren garapen egokia galarazten du, ahozko-mezuen entzumena zailtzen eta ez-ahozkoaren zati handi bat eragozten. Neurri hauek betearazteko ikuskaritza lanak

irakaslearen rola aldatu du eta hezitzaile gisa dituen benetako funtzioei kalte egin die. Izan ere kontrola sustatzen du konfiantzaren kalterako, ikasleekiko harremanari eraginez eta baita heziketari berari ere (nahiz eta berez bi arlo horiek ere elkarloturik egon). Jasotako datuek adierazten dutenez, ikaskuntza murriztu egin da, hezkuntzarekin lotutakoarekiko interes gutxiago dago, logopediarekin lotutako arazo gehiago daude... Zehazki, Hezkuntza Sailak egindako Euskal Hezkuntza Sistemaren [Diagnostikoak](#) detektatu duenaren arabera, **ikasleen %72,3 ikasteko motibazio gutxiagorekin sentitu da, %65,4k hauteman du euren maila akademikoa gutxitu egin dela eta %65,8k antsietatea edo estresa sentitu du maila ezberdinetan.** Irakasleei ere eragin die egoera honek sortu duen giroak eta horrela jaso du Espainiar Estatuko Psikologia Aholkularitza Orokorrak, Infocoponline izeneko bere aldizkarian. Bertan, "Hezkuntza txosteneko" ondorioak jasotzen dira. Txosten hori "Affor Prevención Psicosocial" Aholkularitzak egin du, Espainiar Estatuko langileen osasunean COVID-19aren inpaktuaren [azterketatik](#) abiatuz: "Pandemiaren testuinguruan 10 irakasletik 7k antsietate edo depresio nahasmena izateko arriskua adierazi du".

Horretaz gain, badira eskoletan zein jendartean ezarri diren neurri hauen ondorioek bereziki kaltetu dituzten kolektiboak, hezkuntza premia bereziak dituzten pertsonak, esaterako (Autismoaren Espektroko nahasmena, entzuteko desgaitasuna duten pertsonak...).

Dagoeneko herrialde ezberdinetan egindako azterlanak badaude, helduengan zein adingabeengan konfinamenduak izandako ondorioen ingurukoak. Ildo honetan, Espainiar Estatuan ikerketa txostenak argitaratu dira, herritarrak orohar kontutan hartu dituztenak, desgaitasuna duten pertsonengan erdiratu direnak eta azterketa objektu haurtzaroa izan duten beste batzuk. Ziur gaude horren inguruan gu baino datu askoz gehiago dituztela. Deigarriena zera da, hainbat kalte sortzen ari diren neurri hauek geldiarazteko edota salatzeko inizatibarik martxan jarri ez izana. Komunikabideen etengabeko informazio-erasoak sortu duen eta sortzen jarraitzen duen izuaren inguruan ez duzue publikoki ezer esan. Deigarria da, Covid-19 sindromearen kalte fisiko errearen eta sortu diren arazo psikologikoen arteko aldea. Adibide gisa, konfinamenduaren inguruan Espainia Estatu hainbat unibertsitatek egindako ikerketetako datuak aipatuko ditugu (1): *%0,2 COVID-19 diagnostikoarekin ospitaleratuta egon da, %0,6k diagnostikoa izan du ospitaleratze beharrik gabe, %0,1ak bizikide baten heriotza pairatu du, %0,3k arrazoi hau dela eta pertsonaren bat ospitalean izan du. Bizikidetzaren unitateko pertsonen % 0,9ren kasuan, %6,9k ingurune hurbilean heriotzaren bat pairatu du, %11,2k gertuko pertsonak ospitalean izan ditu eta %14,4k gertuko pertsonak izan ditu diagnostikoarekin ospitaleratze beharrik gabe.* Datu hauek heriotza kopuru handieneko garaioak dira. Bide batez, esan dezagun, Mugarik gabeko Medikuen txostenak (2) jasotako datuen arabera, horietatik **%69,01 Adinekoentzako egoitzetan bizi ziren adineko pertsonak** izan direla (Herritarrak orohar zenbatuta, adineko pertsonen %0,8 baino ez da bizi egoitzetan). Izan ere, egoitzetan bizi ziren 70 urtetik goragoko pertsonak, etxean bizi ziren horiek baino 25 aldiz aukera gehiago zuten hiltzeko. Ehuneko horiekin batera, arrisku egoeran dauden haur eta nerabeei laguntza eskaintzen dien ANAR FUNDAZIOAREN 2020ko urteko txostenaren arabera (3), suizidio-

ideiak izugarritzko igoera izan zuen konfinamendu bitartean (%244,1+), baita antsietateak (%280,6+), autoestimua baxuak (%212,3+) eta depresioak/tristeziak (%87,7+) ere. Datu hauek haurtzaroaren eta nerabe-zaroaren ingurukoak diren arren, orohar herritarren egoera ere oso kezagarria da. Datuek erakusten dutenez, eta gaur egun osasunaren inguruko zientzia ezberdinei esker (medikuntza, biologia, psikologia, psikoendokrinologia, neurokardiologia...) dakigunaren arabera, nabarmena dirudi neurriek beraiek, Covid-19 sindromeak baino kalte handiagoak eragiten dituztela, bai zuzenean (sortzen dituzten albo-ondorio eta ondorio kaltegarriengatik), bai era ez-zuzenean ere (esaterako, neurriek eragindako ondorio ekonomikoak).

Txostenak berak horixe baieztatzen digu. Izan ere, etapaka banatzen ditu datuak, etapa bakoitzean indarrean dagoen inguruabarra kontutan hartuz: konfinamendu garaia, deseskalatzea, neurriak malgutu zireneko uda eta ikasgelara bueltatzea:

“Eskolara bueltan depresioa/tristura (%72,7+) konfinamenduan aurkitutako baloreetara bueltatzen da”. “Agresibitatea/haserrea (%124,5+) ere igotzen da”.

Txosten honen arabera eskola hastearekin bat areagotu diren bestelako arazoak honako hauek izan dira: adikzioak (%4,9+), beldurra (%9+), giza trebetasunetan zailtasunak (10,9+), portaera arazoak (%17,1+), antsietatea (%26,2+), bakardadea (%58,5+), elikadura nahasmenak (%93,7+), suizidio-ideia edo saiakera (%200,7+), norbere burua zauritzea (%246,2+) eta bestelako arazo psikologikoak (%153,6+).

Gainera, haurren garapenaren inguruan gaur egun eskura dugun ezagutza zientifikoari esker, jakin badakigu, ikus daitezkeen ondorio hauek guztiak epe ertain eta luzera espero ditzakegun horien zati txiki bat baino ez direla. Izan ere, haurtzaroan egonkortzen baitira osasunaren oinarriak maila guztietan (fisikoa, mentala, emozionala). Nerabeak, berriz, gizaki guztiz garatuak izateko urruti daude oraindik. Haur eta nerabeen belaunaldi hau etorkizuneko jendartea da. UNICEF-en txosten batek (Haurtzaroaren egoera munduan 2021) hor jartzen du indarra. **Hurrengo hamarkadetan ondorio latzak** egongo direla azaltzen du. Buru-osasunean izan duen inpaktua *“iceberg-aren punta baino ez”* dela dio, ondorio larrienak iristear daudelako eta oztopo nagusia zera delako: *“Etorkizunean haurren garapenean buru-osasunak eta bere ondorioen artean dagoen loturari ez zaio behar duen garrantzia ematen ari”.*

NBEko errelatore bereziak, Dainius Puras-ek, osasun arloko beste profesional askok bezala, behin eta berriz egin dio kritika eredu biomedikuari. Bere ustez, Eredu horrek COVID-19 testuinguruan ere eragin negatiboa izan duelako. Izan ere, indarra txertoen garapenean eta mediku-tratamenduetan jarri denez, hedapena arrakastaz geldiarazteko ezinbestekoak diren osasun publikoaren eta giza eskubideen arlo zabalagoak alboratu egin dira. [Hitzez](#) hitz dio: *“Txertorik eraginkorrena osasun fisikoa eta buru-osasuna bultzatzea da”.* Maila sozialean aholkatu diren neurrietan zein eskola protokoloetan faltan bota duguna horixe bera izan da: haurren osasuna benetan hobetu dezakeenaren

inguruko erreferentziarik eza. Jarduera fisikoa, elikadura eta ohitura osasuntsuak, naturarekin harremana, emozioen kudeaketa osasuntsua, erlaxatzeko eta estresa kudeatzeko teknikak, oinarrizko beharretan laguntza, defentsak indartzeko sendabide naturalak, arnasketa sakona... bezalakoak nola sustatu.

“Ez dago haurren babes eta garapenak baino lehentasun handiagoa merezi duen ziorik, horien baitan baitaude biziraupena, egonkortasuna eta nazio guztien garapena, finean, giza zibilizazioa”. 1990eko irailaren 30ean ospatu zen haurtzaroaren aldeko Ekintza Planetarako Munduko Goi-bilera.

- (1) UPV/EHU, Bartzelonako Unibertsitatea, Murtziako Unibertsitatea, Miguel Hernández Unibertsitatea, Granadako Unibertsitatea eta UNED, [“Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y del confinamiento”](#)
- (2) MUGARIK GABEKO MEDIKUAK, [“Poco, tarde y mal. El inaceptable desamparo de las personas mayores en las residencias durante la COVID-19 en España”](#). Agosto, 2020.
- (3) ANAR [Fundazioa](#) Oinarrizko Zerbitzuen antolatzaile izendatu izan zen Alarma egoeran.
- (4) [UNICEF](#) Espainiako batzordea, UAM-UNICEF Haurtzaroko eta Nerabezaroko Behar eta Eskubideen Unibertsitate-institutua [“La infancia vulnerable en España: riesgos y respuestas políticas ante la crisis de la Covid-19”](#)., Huygens Editoriala, 2021.

2022ko maiatza

Sinatzaileak: