

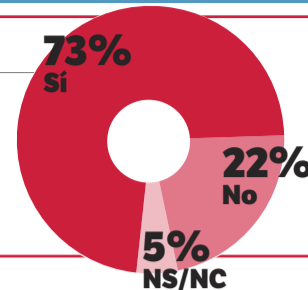
Entrevista El presidente del Port de Tarragon, Saül Garreta, explica la actualitat de la infraestructura

Certamen La primera edició de la feria nupcial Top Boda Reus se estrena con «gran éxito»

Sucesos Un incendio en un bar de Reus deja tres heridos leves, entre ellos una mujer de 90 años

Encuesta online

¿Cree que hay un exceso de pisos turísticos?



La Tribuna

El lleure educatiu, espai de benestar emocional

L'Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona calcula que la meitat dels problemes de salut mental comencen abans dels 15 anys

Cal abordar amb urgència aquesta qüestió i coincidint, avui, amb el Dia Universal dels Drets dels Infants, reclamem accions decidides per millorar la salut mental dels nens i nenes

Creix la preocupació per la salut mental dels infants i joves. La pandèmia i la crisi econòmica i social que se n'ha derivat, són algunes detonants d'aquest empitjorament del benestar emocional: les conseqüències socials del covid-19, que a diferència de la vessant sanitària són lluny d'acabar, han ampliat l'espectre de la pobresa i han cronificat la vulnerabilitat de moltes llars.

Sense esmentar l'afectació directa i tràgica que els recents conflictes bèl·lics (Ucraïna, Gaza) han tingut en els infants de les zones en conflicte, la globalització ha estès les conseqüències d'aquests drames més enllà: la manca d'abastiment de productes i l'encariment de la cistella de la compra han desequilibrat els pressupostos de moltes famílies i han generat situacions d'angoixa. Els principals perjudicats n'han estat els nens, nenes i joves.

Extensió d'unes formes de relació eminentment digitals a edats cada cop més prematures i els mals usos associats a l'ús de les noves tecnologies de la comunicació no ha ajudat: la perpetuació de l'assetjament a les xarxes socials, les *fake news* interessades, l'accés sense control a la pornografia com a únic aprenentatge de relacions sexoafectives; tot això ha afectat l'equilibri emocional dels infants i joves i ha afeblit la seva xarxa de suport.



Davant de tanta evidència, poc es parla de la necessitat de revisar i enfortir la salut mental dels infants. L'Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona calcula que la meitat dels problemes de salut mental comencen abans dels 15 anys. És a dir, la infantesa és una etapa determinant en la detecció i prevenció de situacions que en un futur poden esdevenir molt greus.

Cal abordar amb urgència aquesta qüestió i coincidint amb el Dia Universal dels Drets dels Infants, reclamem a les administracions accions decidides per millorar la salut mental dels nens i nenes: com ara millorar la coordinació de tots els agents educatius i socials que treballen amb infants; vetllar per la igualtat d'oportunitats en l'accés a la salut física, mental i emocional; afavorir espais educatius inclusius; garantir l'estabilitat dels serveis d'intervenció socioeducativa; o promoure l'accés universal a activitats d'educació en el lleure; entre d'altres.

I és que l'educació en el lleure és un instrument clau en la millora del benestar emocional i acadèmic. Nombrosos es-

tudis demostren els beneficis que aporta al desenvolupament social i educatiu, i malgrat això, no tots els infants tenen les mateixes oportunitats d'accedir-hi, fet que origina una greu desigualtat.

Les activitats extraescolars, els espais de lleure als menjadors escolars, els centres d'esplai o els casals i colònies d'estiu estimulen competències no cognitives com la paciència i la capacitat de concentració, cabdals per al desenvolupament dels infants i per a l'assoliment de coneixements acadèmics. Però sobretot, creen benestar psicològic: en aquests espais, els nens, nenes i joves troben moments de desconexió que els recarreguen i els reconnecten amb l'amistat, amb l'esport i l'activitat física, amb la diversió i el gaudi, i els generen nous referents propers (els monitors i monitores) en els quals s'emmirallen i que esdevenen models positius a seguir.

Les activitats de lleure, així, s'evidencien com a espais únics per als infants que els ajuden a cicatritzar les ferides emocionals i a teixir xarxes de protecció per prevenir futurs problemes de salut mental.

El voraviu

'Las gotas de Dios'

Admiro les persones que posen el nas en una copa de vi i saben distingir si té aromes florals o si desprèn eflusis de sotabosc

Avui en dia no pots anar a un sopar d'amics sense saber res de vins. Si et demanen que triïs la carta i no en saps ni un borrall fas el paperina. Has de parar compte de no caure en la trampa d'escollir el vi més car. La primera lliçó és que el preu està en relació amb l'etiqueta i no pas amb la qualitat. Per adquirir una mica de cultura del vi, he assistit a un tast que ha impartit l'enòloga Victòria Gironès a Montbrí del Camp, organitzat per l'Ajuntament i la Biblioteca.

El Departament de Cultura de la Generalitat té un programa anomenat Biblioteques amb Denominació d'Origen que pretén dinamitzar la cultura del vi, de gran importància a Catalunya. A Espanya, ens remarca Gironès, només hi ha dues zones amb Denominació d'Origen Qualificada: La Rioja i el Priorat.

Per aprendre de vins cal educar l'olfacte. El meu nas encara no sap discernir la flaire d'un cupatge. M'ha servit de consol veure que l'enòloga de la sèrie *Las gotas de Dios* (Apple TV) no sap olorar que un dels enigmàtics barreigs que calia descobrir desprenia aromes d'arrel d'api. Imperdonable!



MONTSE VALL
Directora de la delegació de la Fundació Pere Tarrés a Tarragona



JOSEP RAMON CORREAL
Periodista. Exdirector de 'Diari de Tarragona'