

O IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL DURANTE A PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DAS CRIANÇAS*O IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL DURANTE A PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DAS CRIANÇAS*Viviane Santana Silva¹ e Rodolfo de Abreu Carolino²**ARTIGO**

Recebido: 18/12/2022

Aprovado: 24/01/2023

*Palavras-chave:**isolamento social, saúde mental, criança.**Key words:**social isolation, mental health, child.***RESUMO**

INTRODUÇÃO: O problema a ser investigado neste estudo diz respeito a como o isolamento social, feito durante a pandemia, impactou a vida de muitas crianças e adolescentes no período de 2020 a 2021, ocasionando repercussões em sua saúde mental. Dessa forma, é essencial investigar e debater o quanto que esse período, de reclusão e privação de atividades que faziam partes de sua rotina, afetou e poderá afetar futuramente a vida pessoal e social desses jovens. **OBJETIVO:** Avaliar o impacto do isolamento social gerado pela pandemia do COVID-19 na saúde mental de crianças. **METODOLOGIA:** A princípio, a pesquisa será norteadada pelo seguinte questionamento: Qual o impacto do isolamento social gerado pela pandemia do COVID-19 na saúde mental das crianças? A partir disso, utilizando-se as palavras-chave: Saúde mental; isolamento; criança. Serão utilizados artigos indexados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Sistema Online de Busca e PubMed. Os critérios de inclusão utilizados serão: artigos completos disponíveis na íntegra; publicados entre os anos de 2019 e 2021, ou seja, com intervalo de tempo de 2 anos; texto completo disponível nos idiomas português, inglês e espanhol. Os dados de exclusão serão: Artigos duplicados, resenhas, monografias, teses, livros, resumos em anais, datas retrógradas a exigida e documentos incompletos. **RESULTADOS:** Foi identificadas as mudanças ocasionadas pela pandemia na saúde mental das crianças resultantes do isolamento social.

ABSTRACT

INTRODUCTION: The problem to be investigated in this study concerns how social isolation, carried out during the pandemic, impacted the lives of many children and adolescents in the period from 2020 to 2021, causing repercussions on their mental health. Thus, it is essential to investigate and discuss how much this period of seclusion and deprivation of activities that were part of their routine affected and may affect the personal and social life of these young people in the future. **OBJECTIVE:** To assess the impact of social isolation generated by the COVID-19 pandemic on the mental health of children. **METHODOLOGY:** At first, the research will be guided by the following question: What is the impact of social isolation generated by the COVID-19 pandemic on children's mental health? From that, using the keywords: Mental health; isolation; child. Articles indexed in the Virtual Health Library (VHL) will be used: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Online Search System and PubMed. The inclusion criteria used will be: complete articles available in full; published between 2019 and 2021, that is, with a time interval of 2 years; Full text available in Portuguese, English and Spanish. Exclusion data will be: Duplicate articles, reviews, monographs, theses, books, abstracts in annals, retrograde dates required and incomplete documents. **RESULTS:** The changes caused by the pandemic in the mental health of children resulting from social isolation were identified.

¹Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário Santa Maria;²Docente do Centro Universitário Santa Maria.

1. INTRODUÇÃO

O Coronavírus é a nomeação de uma família de vírus que causam infecções respiratórias, o SARS-CoV-2. Em 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Tratava-se de uma nova cepa (tipo) de coronavírus que não havia sido identificada antes em seres humanos (OPAS, 2021).

Em 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou que o surto do novo coronavírus constituiu uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) – o mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional. Essa decisão buscou aprimorar a coordenação, a cooperação e a solidariedade global para interromper a propagação do vírus (OPAS, 2021).

A COVID-19 pode se apresentar com sintomas leves, graves e até mesmo de forma assintomática. A forma leve/moderada da doença é caracterizada por sinais clínicos de resfriado, pneumonia leve ou síndrome gripal, sem que haja a necessidade de hospitalização, representando cerca de 80% dos indivíduos sintomáticos e com letalidade em torno de 0,1%, quando o paciente não possui nenhuma comorbidade.

Nos casos graves da doença, o paciente apresenta taquipneia, dispneia e saturação de oxigênio menor que 93%. Quando há o desenvolvimento da insuficiência respiratória grave e choque séptico, o paciente está na fase crítica da doença, podendo ter claras chances de óbito (DIAS *et al.*, 2020). Dessa forma, a prevenção consiste em lavar as mãos com água e sabão ou com desinfetantes para mãos à base de álcool; ao tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com o cotovelo flexionado ou com um lenço – em seguida, jogar fora o lenço e higienizar as mãos.

Uma das medidas de contenção da pandemia é o isolamento social, que corresponde a uma medida em que o paciente doente é isolado de indivíduos não doentes, a fim de se evitar a disseminação da doença. O isolamento social se faz necessário devido a incapacidade de o sistema de saúde acolher todos os potenciais infectáveis. A exposição sem restrições dos indivíduos ao coronavírus pode fazer o sistema de saúde entrar em colapso. Entretanto, esse período de isolamento trouxe algumas consequências as pessoas, principalmente as crianças.

Privadas de contato com seus amigos, professores, familiares e tendo que se adaptar a aulas e encontros online, muitas crianças ficaram cada vez mais estressadas no ambiente doméstico. Essa situação, pode acarretar, de imediato, alterações no sono e no humor e, a longo prazo, hiperatividade, agitação, apatia e, até mesmo, depressão (PRESA, *et al.*, 2020)

Para construção da presente Revisão de Literatura, foram selecionados artigos científicos em inglês e português publicados entre 2019 e 2021, obtidos através das bases de dados Scielo e PubMed. Foram utilizados como mecanismos de busca os descritores elencados a partir do DECS: “isolamento social”, “saúde mental” e “crianças”, em português. E “*social isolation*”, “*mental health*” e “*children*” em inglês. Os descritores foram utilizados de forma isolada e, quando combinados entre si, usando o conectivo booleano AND.

Os critérios de inclusão para os trabalhos encontrados abrangiam estudos que tratassem da pandemia pela COVID-19, e, como esse período de isolamento impactou na saúde mental de muitas crianças e adolescentes. Foram excluídos artigos que tratavam de Microbiologia; estudos especificamente relacionados ao vírus e sua interação com o corpo humano, e, além disso, foram excluídos estudos com metodologia considerada inconsistente, deixando dúvida quanto à evidência científica.

Quanto aos tipos de estudos, foram incluídos estudos transversais e revisões sistemáticas publicados nos últimos anos. Foram selecionados estudos completos.

As informações obtidas foram analisadas e organizadas em texto sobre o período de isolamento social, e a ansiedade e depressão que esse tempo trouxe para muitas crianças e adolescentes.

Percebe-se, dessa forma, que é de suma importância promover uma maior atenção à saúde mental das crianças no contexto atual da pandemia da COVID-19, visando reduzir as sequelas emocionais que o período de isolamento social é capaz de provocar nas crianças. Os pais e os profissionais de saúde devem buscar formas de tornar a rotina das crianças mais tranquilas e saudáveis, tentando motivá-los com o intuito de garantir o equilíbrio da saúde mental.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 PANDEMIA DA COVID-19

Em Wuhan, Província da China em dezembro de 2019, foi notificado um surto de pneumonia pelo novo coronavírus. Comitê Internacional de Taxonomia de Vírus (ICTV) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) passou a chamar esse vírus e a doença causada por ele como grave síndrome respiratória aguda coronavírus 2 (SARS-CoV-2) e doença coronavírus-2019 (COVID-19).

Os pacientes que sofrem dessa infecção, por SARS-CoV-2, geralmente apresentam tosse seca, congestão das vias aéreas superiores, febre, produção de expectoração e falta de ar, mas, raramente, cefaleia, hemoptise e diarreia. Além disso, anosmia e ageusia também foram relatados (HOFFMANN, *et al.*,2020). O período de incubação do vírus pode ser de 2 a 14 dias.

A COVID-19 se espalhou rapidamente para outras províncias e países, incluindo Japão, Coréia e Tailândia. Dessa maneira, a Ásia se tornou o primeiro continente com surto, enquanto a China ocupou a maioria de casos confirmados e mortes em todo o mundo. Posteriormente, a Europa e os Estados Unidos foram apresentando casos do vírus cuja velocidade de transmissão assustava os cientistas e a população. Rapidamente os Estados Unidos da América se tornou o país que possuía o maior número de casos, e a Itália, o maior número de mortos pela COVID-19, em março de 2020, ultrapassando, portanto, a China (ROTHAN; BYRAREDDY, 2020)

A disseminação de pessoa para pessoa é o principal modo de transmissão através de gotículas respiratórias contendo o vírus que são espirradas e tossidas. Essas gotículas podem entrar nos pulmões por inalação e infectar pessoas próximas. Além disso, a contaminação ambiental é outra forma de espalhar o vírus.

Por exemplo, sabe-se que a COVID-19 pode ser espalhada indiretamente caso uma pessoa não infectada toque em objetos contaminados pelo SARS-CoV-2 e conduzir, por sua vez, as mãos aos seus olhos, boca e nariz. Esse vírus pode permanecer estável por horas, principalmente, nas superfícies de plástico ou aço inoxidável, podendo continuar nesse estado por dias (WANG, *et al.*, 2020). Portanto, isso explica a velocidade de transmissão da COVID-19.

A prevenção do SARS-CoV-2 consiste em lavar as mãos com água e sabão ou com desinfetantes para mãos à base de álcool; ao tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com o cotovelo flexionado ou com um lenço – em seguida, jogar fora o lenço e higienizar as mãos, e as pessoas sintomáticas devem procurar imediatamente atendimento médico, informando sempre acerca do histórico de viagens (OPAS, 2020).

3.2 ISOLAMENTO SOCIAL NA PANDEMIA

Durante o período de pandemia, algumas medidas tem sido adotadas pelos governos do Brasil e do mundo para o cumprimento do isolamento social, dentre elas: proibição de viagens, fechamento de fronteiras entre cidades, fechamento de comércios e serviços não essenciais (SENHORAS, 2020). Essa estratégia tem como objetivo resguardar os sistemas de saúde de um colapso devido à uma demanda muito maior do que a oferta, especialmente quando se trata de leitos de terapia intensiva (FERGUSON, *et al.*, 2020).

Muitas pessoas acreditam que o distanciamento social é a mesma coisa que lockdown, mas, isso não é verdade. O distanciamento social pode ser vertical ou horizontal. O distanciamento social horizontal pode ser feito de forma rígida ou flexível, dependendo da situação. A forma **rígida** estabelece apenas uma regra para todas as situações, que é feita quando não é possível

controlar a transmissão em um local, sendo uma das formas mais rigorosas, o lockdown, ou seja, bloqueio total da circulação (SES, 2020).

No entanto, apesar de apresentar essa vantagem do ponto de vista epidemiológico, é o que mais afeta economia, tendo em vista que os setores primário, secundário e terciário têm suas atividades reduzidas (MOREIRA, *et al.*, 2020). Por outro lado, o distanciamento **flexível** permite a abertura gradual de serviços à medida que se consegue controlar o avanço da COVID-19.

Caso seja necessário, depois de um novo aumento do número de casos, o Governo pode adotar estratégias mais rígidas mesmo depois de ter flexibilizado (SES, 2020). Ademais, o isolamento social vertical é uma medida que visa isolar os indivíduos que compõem o grupo de risco e, por esse motivo, apresenta o menor potencial para conter a pandemia e menor impacto econômico (MOREIRA, *et al.*, 2020)

Devido a fácil transmissibilidade e a ausência de uma droga específica para esse vírus, as medidas que evitem o contato e a circulação de pessoas dificultam a propagação da doença e possibilitam que o sistema de saúde consiga tratar de todos os doentes (MOREIRA, *et al.*, 2020).

Entretanto, embora o isolamento social desempenhe significativa contribuição nos índices de transmissão, também gera diversas consequências negativas, principalmente voltado para a saúde mental de muitas pessoas, em especial, as crianças. Dessa forma, no tópico a seguir serão apresentadas algumas consequências da pandemia da COVID-19 em relação ao fator psicológico.

3.3 SAÚDE MENTAL DAS CRIANÇAS DURANTE ISOLAMENTO

As crianças não são um grupo de risco para COVID-19 e transmitem menos o novo coronavírus, além de serem frequentemente assintomáticas, e, quando infectadas, geralmente apresentam boa evolução. Perdas em meio a mudança de rotina imposta bruscamente pelo isolamento social, as crianças podem estar sofrendo. Dessa forma, é necessária a devida atenção à essa faixa etária.

Nesse período de pandemia, em que as pessoas sofreram o processo de isolamento, pais tiveram que repensar o modo de viver. Desse modo, trabalho, lazer e afazeres domésticos se misturam no decorrer do dia. Reuniões de trabalho e aulas on-line ocorrem simultaneamente onde antes era refúgio. Em meio ao caos, os pequenos buscam seu espaço.

Além disso, as crianças foram privadas do convívio físico de amigos, familiares e com professores. As trocas das atividades escolares presenciais por virtuais levaram a um aumento importante do tempo diário de exposição às telas, bem como a substituição do contato diário e da troca de experiências reais por passividade e distanciamento, acarretando em consequências imediatas, como

alteração no sono e no humor, bem como repercussões mais graves em longo prazo, incluindo hiperatividade, agitação, apatia e depressão (SBP, 2020).

As crianças compreendem as situações novas por meio das reações de seus pais, percebendo se há medo ou insegurança. Dessa forma, com a mudança de comportamento por parte dos seus responsáveis, elas acabam sendo afetadas, acarretando, portanto, em ansiedade e insegurança (PRESA, *et al.*, 2020).

Além disso, com o isolamento, muitas crianças aumentam o tempo de uso de tablets, computadores e celulares aumentando assim a exposição a possíveis notícias falsas ou notícias que abalam o psicológico desses indivíduos. Ademais, a falta do convívio com outras pessoas torna a rotina diária de isolamento das crianças bastante entediante, deixando-as ainda mais desmotivadas no dia a dia e acarretando baixo rendimento escolar.

Outrossim, crianças com alto nível de solidão são mais prováveis de serem deprimidas, agressivas e terem ideação suicida (SCHINKA, *et al.*, 2021). Dessa forma, a quarentena aumentou a incidência de problemas psicológicos, como medo, nervosismo e aborrecimento, e sintomas de ansiedade e depressão (SAURABH, *et al.*, 2021).

O Dr. Roberto Santoro Almeida, psiquiatra e coordenador do grupo de trabalho de Saúde Mental da SBP, concorda que a privação dos contatos afetivos tem um impacto negativo sobre as crianças e adolescentes. "As crianças podem sofrer um impacto maior que os adultos. O contato com os familiares, amigos e a escola são estruturantes para a criança e adolescente", explicou o Dr. Roberto.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ante o exposto, percebeu-se que diante do contexto de isolamento em domicílio, houve uma consequente alteração na dinâmica familiar, seja nas rotinas ou nas relações familiares, favorecendo o aumento de conflitos e até casos de violência doméstica. Devido a essa desorganização familiar imposta por esse período de pandemia, em muitos casos, a violência familiar, em especial contra mulher, iniciou ou aumentou o número de episódios e isso reflete nas crianças que vivem nesse ambiente.

Desta forma, os pais e os profissionais de saúde devem estar atentos à rotina e comportamento dos menores, objetivando observar, precocemente, qualquer alteração indicativa de descontrole emocional, agindo rapidamente para tentar ajudar a criança a não sofrer com as mudanças que o "novo normal" vem causando na realidade atual.

REFERÊNCIAS

- AFONSO, P.; FIGUEIRA, L. Pandemia COVID-19: Quais são os Riscos para a Saúde Mental? **Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental**, v. 6 n.1, 2020. Disponível em: <https://www.revistapsiquiatria.pt/index.php/sppsm/article/view/131>. Acesso em: 15 nov. 2021.
- ALMEIDA, I. L. de Laia; REGO, J. F.; TEIXEIRA, A. C.; MOREIRA, M. R. Isolamento social e seu impacto no desenvolvimento da criança e do adolescente: uma revisão sistemática. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 40, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/ZjJsQRsTFNYrs7fJKZSsgsv/?lang=en>. Acesso em: 15 nov. 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. 2020c. **Painel – Coronavírus**. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em: 28 ago. 2021.
- CERNEV, A. K.; MENEGON, L. F.; MAIA, M. de C. Relacional: amenizando os efeitos da crise no setor de educação. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 26, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rac/a/xH6QCcH5WzG875GjCJr8Vmy/?lang=en>. Acesso em: 15 nov. 202.
- DIAS, A.; DIAS, A.; ARAÚJO, D. A importância da alimentação saudável e estado nutricional adequado frente a pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 9, 2020, p. 66464-66473. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/16336>. Acesso em: 15 nov. 2022.
- DIAS, V. M.; CARNEIRO, M.; VIDAL, C.. Orientações sobre diagnóstico, tratamento e isolamento de pacientes com COVID-19. **Journal Infect Control**, v. 9, n. 2, 2020, p. 56-75. Disponível em: <https://jic-abih.com.br/index.php/jic/article/view/295>. Acesso em: 15 nov. 2022.
- DIAZ-RODRIGUEZ, Y. L. QUINTANA-LOPEZ, L. A. Sobre o artigo “COVID-19. Da patogênese à alta mortalidade em pacientes idosos com comorbidades”. **Rev haban cienc medic**, v. 19, n. 4, 2020. Disponível em: <http://docplayer.com.br/218150995-Centro-universitario-de-brasilia-graduacao-em-biomedicina-edson-wander-de-farias-dos-santos.html>. Acesso em: 15 nov. 2022.
- JAKOVLJEVIC, M.; BJEDOV, S.; JAKSIC, N.; JAKOVLJEVIC, I. COVID-19 Pandemia and Public and Global Mental Health from the Perspective of Global Health Securit. **Psychiatr Danub**, v. 32, n. 1, 2020, p. 6-14. Disponível em: https://www.psiquiatria-danubina.com/UserDocsImages/pdf/dnb_vol32_no1/dnb_vol32_no1_6.pdf. Acesso em: 15 nov. 2022.
- LIMA, R C. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, 2020. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/physis/2020.v30n2/e300214/pt>. Acesso em: 15 nov. 2022.
- NICOLINI, H. Depressão e ansiedade na época da pandemia de COVID-19. **Cir Cir**, v. 88, n. 5, 2020, p. 542-547. Disponível em: http://www.cirurgiaycirujanos.com/frame_esp.php?id=354. Acesso em: 15 nov. 2022.
- PAIVA, E. D.; SILVA, L. R.; MACHADO, M. E.; AGUIAR, R. C. Comportamento infantil durante o distanciamento social na pandemia COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/P3ryXXX78JbKzp9SYpvpz6j/?lang=en>. Acesso em: 15 nov. 2021.

VIEIRA, P. R.; GARCIA, L. P.; MACIEL, E. L. N. Isolamento social e o aumento da violência doméstica: o que isso nos revela?. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/tqcyvQhqQyjtQM3hXRywsTn/?lang=pt>. Acesso em: 15 nov. 2022.