

OS REFLEXOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE EMOCIONAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES
THE EFFECTS OF THE COVID-19 PANDEMIC ON THE EMOTIONAL HEALTH OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

Lillian Rodrigues Farias¹, Cícera Amanda Mota Seabra², Rodolfo de Abreu Carolino³ e Luciana Modesto de Brito⁴

ARTIGO*Recebido:*

15/03/2023

Aprovado:

12/04/2023

Palavras-chave:

COVID-19,
Crianças e
Adolescentes,
Isolamento social,
Saúde mental.

Key words:

COVID-19,
Children and
adolescents, Social
isolation, Mental
health..

RESUMO

A necessidade de distanciamento social diante da Pandemia da COVID-19 que devastou diversos lugares no mundo e mostrou-se como surpresa para a Organização Mundial de Saúde, vários outros problemas surgiram, dentre eles, os de cunho psicológico. A perda da rotina normal e a redução do contato com a sociedade causam muitas inseguranças e sentimento de perda da liberdade que desencadeiam frustrações e uma maior probabilidade da configuração de problemas emocionais, fundamentalmente, naqueles que estão em desenvolvimento (crianças e adolescentes) que, por estarem mais tempo em casa estariam expostas a ambientes familiares estressantes, já que os adultos passam por impactos econômicos, exaustão, fadiga e problemas próprios de saúde mental. O que se nota, diante de tais grupos, são os impactos na saúde mental relacionados ao seu estágio de desenvolvimento vulnerável. Portanto, faz-se mister considerar a necessidade de acompanhamento pelos profissionais de saúde médica e comportamental, bem como o aumento do acesso aos serviços de saúde mental para esse público.

ABSTRACT

The need for social distancing in the face of the COVID-19 Pandemic that devastated several places in the world and came as a surprise to the World Health Organization, several other problems have arisen, among them psychological ones. The loss of normal routine and the reduction of contact with society causes many insecurities and feelings of loss of freedom that trigger frustration and a greater likelihood of emotional problems, especially in those who are developing (children and adolescents), by being at home for more time, would be exposed to stressful family environments, while adults experience economic impacts, exhaustion, fatigue, and mental health problems. What we notice, in the face of such groups, are the mental health impacts related to their vulnerable developmental stage. Therefore, it is necessary to consider the need for follow-up by medical and behavioral health professionals, as well as increased access to mental health services for this audience.

¹Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário Santa Maria;²Docente do Centro Universitário Santa Maria;³Docente do Centro Universitário Santa Maria;⁴Docente do Centro Universitário Santa Maria;

1. INTRODUÇÃO

Em março de 2020 um novo coronavírus classificado como “severe acute respiratory syndrome coronavirus-2” (SARS-CoV-2) foi declarada pandemia. Chamada de COVID-19, a doença mostrou-se como o mais grave problema de saúde pública de toda uma década e, diante de tal situação, diversas medidas para contenção da doença foram instauradas, dentre elas, o isolamento social que foi determinado por meio de fechamento de diversas instituições e, até mesmo locais abertos.

Apesar de alguns serviços essenciais terem sido mantidos em funcionamento, crianças e adolescentes se distanciaram compulsoriamente do convívio social. As medidas tiveram como base surtos anteriores de outras doenças com o propósito de redução da transmissibilidade. Estima-se que cerca de um terço de uma população exposta a um desastre, como a COVID-19, pode apresentar manifestações psicopatológicas se nenhuma intervenção psicossocial for realizada (FIOCRUZ, 2020). Tal questão mostra-se ainda mais preocupante em crianças e adolescentes, seres humanos em desenvolvimento que precisam de atenções especiais e o bom convívio em sociedade.

O tempo de duração da pandemia da COVID-19 e as restrições sociais parecem ser preditor de futuros problemas mentais em jovens (LOADES et al., 2020). A intensidade com que tudo aconteceu e a ansia em frear a proliferação do vírus deixou muitas pessoas e profissionais de saúde enlaçados a incertezas e receios, tudo foi, definitivamente, novo. Diante dos desafios descritos, é primordial o debate e a mobilização em torno da identificação, prevenção, acolhimento e tratamento dos problemas relativos a saúde mental de crianças e adolescentes. A estratégia é elencar os principais problemas e definir as melhores ações para solucioná-los. Por isso este estudo possui como propósito demonstrar os impactos do isolamento social (devido a situação de pandemia) na saúde mental de pessoas em formação, crianças e adolescentes, assim como, o modo como sociedade e profissionais de saúde encaram tais impactos.

Alguns pontos já foram identificados como fundamentais para o adoecimento de jovens em isolamento social. O acúmulo de informações disseminadas nos meios de comunicação (HOVEN; AMSEL; TYANO, 2019), a redução da prática de atividades físicas, as modificações alimentares e relativamente ao sono, assim como, o elevado consumo de álcool e tabaco (MARQUES et al., 2020). O tempo de permanência em isolamento, possivelmente, é um desencadeador do aumento da vulnerabilidade e de futuros distúrbios de cunho psicológico (LOADES et al., 2020). Por tais razões, há uma certa necessidade de mobilização para identificação dos problemas e acolhimento por meio

de familiares, amigos e profissionais de saúde e, claro, o debate com estudos que embasem a melhor forma de lidar com o futuro e a saúde emocional dessas crianças e adolescentes.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, de caráter descritivo exploratório com o propósito de elucidação do tema e formulação de uma resposta para o seguinte questionamento central: de que modo a pandemia da COVID-19 afetou a saúde mental de crianças e adolescentes? A revisão integrativa servirá como base para clarificação do assunto.

Para elaboração da pergunta norteadora deste estudo, utilizou-se a estratégia PVO (População, Variável e Outcomes). Tal estratégia proporciona uma busca rigorosa das evidências científicas relativa ao objeto (Santos et al., 2007). Deste modo, para direcionar este estudo a estratégia PVO delineou-se da seguinte forma: P – crianças e adolescentes, V- estratégias de enfrentamento e aplicabilidade de tratamentos determinados pelo profissional de saúde e O – identificar as consequências do isolamento social na saúde mental de crianças e adolescentes.

Fazendo uso de dados já trabalhados por outros pesquisadores e devidamente registrados, os textos tornam-se fontes dos temas e estudos a serem pesquisados (SEVERINO; 2007, p. 122 apud DEL-MASSO; COTTA; SANTOS, 2014). Por se tratar de um tema atual, os enredos dos artigos devem ser similares, o que se traduz na necessidade de uma análise qualitativa. Esse modo de coleta de dados oferece a junção de informações precisas para descrição do impacto do isolamento social na saúde mental de crianças e adolescentes.

Utilizou-se o gestor de referências bibliográficas Mendeley versão 1.19.4, como ferramenta para auxiliar na seleção dos estudos e na condução da RIL. Na PubMed foram encontrados 33 resultados utilizando-se os descritores “Covid-19; Saúde Mental; Crianças e Adolescentes” e, desses, serão utilizados cinco por atenderem aos critérios propostos. Na plataforma Lilacs, foram revelados sete resultados com os descritores supracitados, destes três farão parte do escopo dessa revisão. Na base de dados Scielo foram encontrados 10 resultados e quatro deles irão compor a amostra final de artigos. Ao final, serão analisados 12 artigos para composição da pesquisa.

A leitura do título e resumo foram fundamentais para encontrar-se o tema e a pergunta elaborada sem fugir do que se almeja nesta pesquisa: demonstrar o quanto a

saúde mental de crianças e adolescentes foi afetada em situação de isolamento social necessário para contenção da pandemia da COVID-19.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para este trabalho, foram utilizados recursos de pesquisa sítios da Internet, como, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE via PubMed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e para a busca complementar será utilizado o periódico Research, Society and Development, sites de órgãos governamentais e serviços de saúde. Na busca de artigos com descritores: “COVID-19”, “Crianças e adolescentes”, “Isolamento social”, “Saúde mental”.

A busca dos descritores foi feita em outubro de 2021 e novembro de 2021. A pesquisa se deu pelo operador booleano “AND”, que funciona como a palavra “E”.

Fornecendo, assim, a intercessão, ou seja, evidencia apenas artigos que contenham todas as palavras-chave digitadas, possibilitando a restrição da amplitude da pesquisa. A busca foi especificada por “Title/Abstract”. A busca foi limitada a pesquisas elaboradas entre março de 2020 e julho de 2021.

Em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) emitiu uma nota técnica com tópicos que estimulavam ações globais com enfoque na questão psicossocial no período em que se estava diante de uma Pandemia de proporções ainda tidas como incógnitas. Foi necessária tal emissão de alerta para que os profissionais de saúde compreendessem as possíveis consequências na saúde mental das pessoas devido a emergência sanitária (WHO, 2020). Desde então, a questão mental ganhou espaço para debates relativos não apenas a questão pandêmica, mas a fragilidade humana diante de crises e a necessidade de atenção por parte dos profissionais de saúde.

Por se tratar de um dos pontos mais importantes da vida, a esfera mental necessita de atenção, prevenção, tratamento e reabilitação no que diz respeito a sua saúde e os danos decorrentes de diversos fatores no curso da existência. Quando se está diante de uma faixa etária em pleno desenvolvimento e formação emocional (infanto-juvenil), há uma certa complexidade para se chegar a uma conceituação de saúde mental, mas, segundo WHO (2020) a capacidade de se alcançar e se manter um bom funcionamento psicossocial e um estado de bem-estar em níveis ótimos, na qual auxilia o jovem a perceber, compreender e

interpretar o mundo que está a sua volta, a fim de que adaptações ou modificações sejam feitas em caso de necessidade.

Em poucas palavras, existem desafios nessa fase da vida que se atrelam a evolução cognitiva emocional satisfatória e as questões culturais de cada espaço que requerem habilidades adaptativas. Se, no auge de tal fase, surge um problema sanitário global que acaba acometendo muitas famílias de lutos traumáticos, é necessário redobrar a atenção em todos os sentidos, sem desprezar o fato de que os isolamentos sociais foram verdadeiras imposições inesperadas quebrando a rotina das crianças e dos adolescentes.

De acordo com um estudo elaborado pela Kaiser Family Foundation dos Estados Unidos, em março de 2021, ficou demonstrado que 46% dos adultos pais de crianças e adolescentes com idade inferior a 18 anos sentem os reflexos da pandemia sobre a saúde mental deles de forma bastante negativa. Não são raros os estudos e dados experimentais que colocam as pandemias ao lado de grandes catástrofes e aptas a desencadear diversos problemas individuais ou coletivos de modo micro e macrosocial (HOVEN; AMSEL; TYANO, 2019). A FIOCRUZ (2020), por meio de um estudo, demonstrou que aproximadamente um terço de uma população exposta a um desastre, tal qual a COVID-19, pode manifestar psicopatologias se acaso não houver interferência psicossocial.

O que se percebe é a crescente de muitos problemas psicossociais inflamados em decorrência da pandemia que assolou o mundo desde 2020. Questões emocionais e psíquicas repercutem no sistema imunológico de modo bastante nocivo, ou seja, o lado emocional afetando o físico notoriamente (FEGERT et al., 2020). Não se pode deixar de enfatizar que tais manifestações são, naturalmente, aliviadas a medida que as pessoas se adaptem ao período de anormalidade na rotina, nas atividades, entre outras situações, entretanto, muitos desses problemas necessitam de atenção especial e cuidados dispostos por profissionais (FIOCRUZ, 2020).

Importante destacar que em crianças e adolescentes determinados tipos de desvios podem ser reações as adversidades externas. O modelo bioecológico para o desenvolvimento expõe o modo com a sociedade e os ambientes diversos se conectam e formam a equação risco x fatores de proteção para compreensão da influência dos estressores ambientais nos humanos (BRONFENBRENNER, 1996). A comunidade precisa estar atenta ao estresse tóxico, não tolerável (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2017).

Os processos emocionais são individuais, cada pessoa enfrenta coisas que ninguém pode mensurar. A perda de liberdade, a quebra da rotina, suspensão do funcionamento de estabelecimentos, tais como, as escolas e universidades e as alterações sociais em decorrência

de um estado de calamidade a nível global devem ser levados em consideração, pois podem desencadear diversos problemas (insônia, ansiedade, alterações no humor) (FEGERT et al., 2020; FIOCRUZ, 2020a).

Existe uma sobrecarga dos pais no núcleo familiar diante de tais situações desencadeadas pela pandemia da COVID-19. As redes de apoio existentes diariamente (escolas, universidade, espaços de lazer) foram obrigadas a fechar as suas portas para evitar a proliferação do vírus. Além dos problemas enfrentados pelos menores, ainda se pode enxergar pressões sociais e dificuldades familiares para manter jovens em casa e conservar, o máximo possível, a saúde mental.

Mesmo com a oportunidade de ter mais tempo em casa com os filhos, essa proximidade brusca e intensa, acompanhada de grandes aflições e angústias diante das incertezas mostra-se uma realidade difícil de lidar. Um modo de prevenir consequências negativas na saúde mental é por intermédio da interferência nos estressores ambientais. O ideal é realizar a identificação dos fatores de risco e das vulnerabilidades de cada criança ou adolescente para tratar da maneira mais eficaz e conter possíveis problemas mais graves (THAPAR et al., 2015).

Promover a saúde mental de crianças e adolescentes não inclui apenas terapia, ou a introdução de medicamentos em casos mais graves onde requer algum diagnóstico, inclui atividade física, atenção ao sono, alimentação, dentre outros (WHO, 2005). Existem outras questões relevantes no contexto do isolamento sanitário que precisam de atenção: violência familiar que acarreta problemas psicológicos e são ainda mais notórias no contato íntimo contínuo. Os meios de redução de tais problemas (serviço social, escola) foram “reduzidos” no período de isolamento em detrimento da proteção da saúde de todos (MARQUES et al., 2020).

Apesar de algumas medidas terem sido urgentes e imprescindíveis, não se pode negar as consequências de tais medidas. O uso de substâncias entorpecentes (ou psicoativas) torna-se uma realidade ainda mais cruel durante a reclusão e como válvula de escape para muitos (FIOCRUZ, 2020; FEGERT et al., 2020).

No que diz respeito a crianças com problemas crônicos ou portadoras de transtornos mentais, encontra-se ainda mais empecilhos para consecução dos fins terapêuticos necessários para o bem-estar. Tais pessoas são dependentes de tecnologias e profissionais para além dos lares e não podem permanecer sem o tratamento indispensável para a manutenção de uma vida digna. Equipes multidisciplinares devem priorizar tais grupos para manter os atendimentos impedindo, assim, agravamentos das situações (FIOCRUZ, 2020; VIGO et al.,

2020). Comunicações virtuais e a edificação de uma rotina o mais perto daquela que estava habituado, são bons modos de reduzir os danos (LIU et al., 2020).

Diante de tantos problemas, ignorar comportamentos suicidas é algo impensável. A crise de saúde atingiu outras esferas sociais: econômica e financeira. A quantidade de informações e as notícias são elementos que se mostram como fatores que fomentam o suicídio (REGER; STANLEY; JOINER, 2020; VIGO et al., 2020). É crucial debater sobre o suicídio e abrir questionamentos facilitadores do diálogo.

Empiricamente falando, os dados são alarmantes. Um relatório da World Vision (2020) revela que cerca de 85 milhões de crianças e adolescentes entre 2 e 17 anos possam ter se somado as vítimas de violências sexual, psicológica e física durante o isolamento social. O fechamento das atividades escolares presenciais afetou 73% de toda a população estudantil mundial.

Quando são crianças e adolescentes que possuem histórico de violência, tais informações preocupam ainda mais. Dividir o espaço por um período superior ao rotineiro com alguém violento, é um gatilho para outros problemas. Infelizmente os lares não são espaços seguros para todos. Além de tais pontos de suma importância, a pobreza e a desnutrição nesse período também se mostraram como condições para ocasionar ou agravar problemas de saúde diversos. Ambientes marcados pelo impacto socioeconômico da COVID-19 são propensos a prejudicar o bem-estar e desenvolvimento da criança e do adolescente. As relações sociais reduzidas ou extintas afetam a capacidade familiar de oferecer acolhimento.

Doenças infecciosas como a COVID-19 são grandes fatores de risco para perturbações no crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes que dependem do contato social e escolar, muitas vezes, para despertarem aptidões, para descobrirem novas coisas e conhecerem um pouco sobre tudo o que é crucial para a psique humana. Algumas medidas tomadas para controlar a disseminação do vírus podem acabar por expor ainda mais crianças aos riscos de proteção.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, evidencia-se a relevância do estudo acerca dos impactos da pandemia de SARS-CoV-2 na saúde mental das crianças e adolescentes. Considerando estudos que 46% dos adultos pais de crianças e adolescentes com idade inferior a 18 anos sentiram os reflexos da pandemia sobre a saúde mental deles de forma bastante negativa, faz-se necessário promover a saúde mental de crianças e adolescentes não apenas com terapia, ou

a introdução de medicamentos, mas com diagnóstico eficaz que inclui atividade física, atenção ao sono e alimentação.

Ademais, conclui-se que doenças infecciosas, como a COVID-19, são grandes fatores de risco para perturbações no crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes que dependem do contato social e escolar, muitas vezes, para despertarem aptidões, para descobrirem novas coisas e conhecerem um pouco sobre tudo o que é crucial para a psique humana.

REFERÊNCIAS

BRONFENBRENNER, U. **A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

VIGO, D.; PATTEN, S.; PAJER, K.; KRAUSZ, M.; TAYLOR, S.; RUSH, B.; Raviola G.; Saxena S.; Thornicroft, G.; Yatham, L. N. Mental Health of Communities during the COVID-19 Pandemic. **Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie**. v. 65(10), p. 681–687. <https://doi.org/10.1177/0706743720926676>

FEGERT, J.M; KEHOE, LA; Vitiello B, Karwautz A, Eliez S, Raynaud JP, et al. COVID-19: os serviços devem permanecer ativos, devemos nos comunicar com os parceiros da rede e evitar novos fechamentos de unidades psiquiátricas. <https://www.escap.eu/index/coronavirus-and-mental-health/maintain-contact-with-patients-and-their-families-and-prevent-closure-of-services> . 2020.

FIOCRUZ. **SAÚDE MENTAL DAS CRIANÇAS EM ISOLAMENTO**. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/video/covid-19-saude-mental-das-criancas-em-isolamento>. Acesso em: 06 mar. 2023

HOVEN, C.W; AMSEL, L.V.; TYANO, S. **An International Perspective on Disasters and Children's Mental Health**. Gewerbestrasse: Springer; 2019.

LIU, S.; Yang, L.; Zhang, C.; Xiang Y., Liu Z., Hu S., Zhang B. Serviços de saúde mental online na China durante o surto de COVID-19. **Lancet Psychiat**. 2020; 7 (4): e17 – e18. doi: 10.1016 / S2215-0366 (20) 30077-8

LOADES, ME , CHATBURN, E. , HIGSON-SWEENEY, N.; REYNOLDS, S., SHAFRAN, R.; BRIGDEN, A.; LINNEY, C.; McManus, M.N.; BORWICK, C; CRAWLEY, E. (2020). Revisão Sistemática Rápida: O Impacto do Isolamento Social e da Solidão na Saúde Mental de Crianças e Adolescentes no Contexto do COVID-19 . **Jornal da Academia Americana de Psiquiatria Infantil e Adolescente**, 59 (11), 1218-1239. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>

MARQUES, E. S., et al. A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro, v. 36, n. 4, e00074420, abr. 2020. Disponível em: Janeiro de 2020 *Cadernos de saúde pública / Ministério da Saúde, Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública* 36 (4) DOI: 10.1590 / 0102-311x00074420

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Manejo Clínico de Condições Mentais, Neurológicas e por Uso de Substâncias em Emergências Humanitárias. Guia de Intervenção Humanitária mhGAP. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2020.

REGER, M.A; STANLEY, I.H.; JOINER, T.E. (2020). Suicide Mortality and Coronavirus Disease 2019 – A Perfect Storm? **JAMA Psychiatry**, 77,1093-1094. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2020.1060>

THAPAR, A.; PINE, D.S.; LECKAMN, J.F.; SCOTT, S.; SNOWLING, M.J.; TAYLOR, E.; **Rutter's child and adolescence psychiatry**. 6. ed. Chichester: Wiley; 2015.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO announces Covid-19 outbreak a pandemic. 2020a. Disponível em: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/3/who-announces-covid-19-outbreak-a-pandemic>. Acesso em: 6 mar. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on Covid-19. Geneva, 11 March 2020. 2020b. Acesso em: 6 mar. 2023.