

OS IMPACTOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NA SAÚDE MENTAL

Loner, L. A.; Amorim, A. J.

RESUMO

Desde dezembro de 2019 diversos países do mundo vêm enfrentando as duras consequências da pandemia de SARS-COV-2/COVID-19, classificada como doença altamente infecciosa e emergência de saúde pública de interesse internacional pela Organização Mundial da Saúde (OMS), exigindo a quarentena e o isolamento social como medidas de combate ao vírus. O público infantil é especialmente mais vulnerável aos impactos dos eventos estressores e com isso estão mais susceptíveis ao desenvolvimento de problemas psicológicos. Optou-se pela revisão bibliográfica para a realização desta pesquisa com objetivo analisar, descrever e investigar aspectos e experiências subjetivas e individuais da pandemia. A partir da pesquisa realizada neste trabalho é possível extrair resultados que indicam que os fatores estressores como o distanciamento social, o fechamento das escolas, recessão econômica, a violência doméstica e as incertezas do curso da pandemia influenciaram negativamente a saúde mental das crianças.

Palavras-Chave: COVID-19, saúde mental infantil, pandemia.

ABSTRACT

Since December 2019, several countries around the world have been facing the harsh consequences of the SARS-COV-2/COVID-19 pandemic, classified as a highly infectious disease and public health emergency of international interest by the World Health Organization (WHO), requiring quarantine and social isolation as measures to combat the virus. Children are especially more vulnerable to the impacts of stressful events and are more susceptible to the development of psychological problems. We chose the bibliographic review to carry out this

research with the objective of analyzing, describing and investigating subjective and individual aspects and experiences of the pandemic. From the research conducted in this study, it is possible to extract results that indicate that stressors such as social distancing, school closures, economic recession, domestic violence and the uncertainties of the course of the pandemic negatively influenced children's mental health.

Keywords: COVID-19, child mental health, pandemic.

INTRODUÇÃO

A saúde mental firma relações diretamente a uma qualidade de vida afável, promovendo satisfação e autoconfiança para lidar com as adversidades. A saúde mental envolve diversos aspectos: aspectos químicos do funcionamento cerebral; biológicos; hábitos e estilo de vida; sociais e ambientais. Todos esses aspectos interferem na saúde mental. Assim como a saúde do corpo, a saúde da mente é extremamente relevante. O impacto que a saúde mental gera na vida do indivíduo pode afetar diversas áreas: profissional; relacionamentos e a relação consigo mesmo (BILAR et. al, 2022).

A saúde mental infantil deveria ser uma temática discutido regularmente. Transtornos mentais são apresentados de maneira diferente nas crianças e os seus sintomas podem ser confundidos com problemas comportamentais, dificultando o diagnóstico. Calcula-se que aproximadamente 20% das crianças do mundo manifestem algum problema psíquico, com consequências que podem refletir por toda a vida (Mata et. al, 2021).

O mundo, no ano de 2020, se deparou com uma grave infecção que atravessou todo a sociedade afetando todas as áreas da vida coletiva e individual. A pandemia ocasionada pelo novo coronavírus trouxe um contexto epidemiológico que até então não possibilitava tratamento farmacológico comprovadamente eficaz, nem vacina como medida preventiva efetiva (Linhares et. al, 2020).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define a COVID-19 como uma doença derivada de um novo coronavírus nomeado SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome coronavirus 2*). A doença que afetou todo o mundo surgiu como uma infecção respiratória

transmitida principalmente através de gotículas. Esse contato direto ou indireto com pessoas infectadas faz com que a transmissão da COVID-19 aconteça (Organização Mundial da Saúde, 2020).

A transmissibilidade da doença impôs distanciamento e isolamento social à milhões de pessoas, visando proteger a população da propagação do vírus, ocasionando um dos maiores confinamentos da história (Lima, 2020; Neumann et. al. 2020). É possível que essas medidas gerem fatores estressores no psiquismo e impactam negativamente a saúde mental, especialmente na rotina diária e convívio social das crianças (Mata et. al, 2021; Neumann et. al, 2020).

Comparado ao adulto, a saúde física da criança foi a menos afetada. É indiscutível, a forma como a pandemia de COVID-19, ameaçou a sociedade contemporânea. E ainda que as crianças não foram afetadas de forma grave, no âmbito da saúde mental possivelmente foram afligidas (Mata et. al, 2021). No decorrer dessa reclusão, aspectos como medo, falta do contato social com amigos, parentes, frustrações, estresse, convivência diária com familiares, podem trazer impactos psicológicos às crianças. Uma vez exposto a tantos fatores novos, com mudanças drásticas e repentinas, não houve outra opção senão ser afetado por essas situações adversas (Neumann et. al, 2020).

Alguns possíveis aspectos consequenciais da pandemia que podem reaparecer nos comportamentos das crianças são; sucção digital (o ato de chupar dedo), Enurese (como urinar na cama), ou voltar a dormir com os pais (Lima, 2020).

O contato interpessoal é essencial à natureza humana e é um componente fundamental para o desenvolvimento neuropsicológico adequado das crianças e dos adolescentes, as relações interpessoais se constroem em meio a convivência humana, em qualquer espaço social, estamos em todos os momentos cercados de diversas pessoas, e temos que conviver com elas. Esse contato é essencial para o desenvolvimento da criança e pode ser constituído no ambiente acadêmico, no âmbito social e de diferentes formas. (Mata et. al, 2021).

As providências necessárias para controlar a pandemia como, por exemplo, o fechamento das escolas e dos planos de alimentação escolar, o afastamento do serviço de saúde primário e a distanciamento de redes de proteção afetam de modo calamitoso a saúde física e mental das crianças (Neumann et. al, 2020).

No entanto é possível observar que em determinados ambientes familiares, esteve presente diversos fatores de risco no qual ameaça o desenvolvimento dessas crianças, ambientes com: falta de estimulação e estrutura; violência, maus tratos, negligência e conflitos de diversos tipos, práticas abusivas, baixa escolaridade, desemprego e instabilidade financeira, problemas de saúde mental dos pais, entre outros. Pelo mesmo motivo, as denúncias de abuso, negligência, exploração e violência doméstica apresentaram um considerável aumento nessa época e o confinamento colocou as crianças em uma posição de maior risco a essas práticas (Mata et. al, 2021).

Nesse período, as figuras parentais abusivas passam mais tempo com suas vítimas no ambiente doméstico e utilizam práticas punitivas físicas ou mentais para controlar as desobediências dos pequenos (Mata et. al, 2021).

Diante do cenário econômico causado pela pandemia de COVID-19 muitas famílias foram atingidas e as crianças vivenciaram grande preocupação em relação a perda de emprego dos pais e o medo futuro das necessidades básicas como comida e água não serem sanados. (Mata, et al 2021).

Ressalta-se também a maior propensão a quadros de ansiedade, estresse, depressão e demais transtornos psíquicos, especialmente para crianças portadoras de necessidades especiais, que mesmo diante de uma rotina pré pandemia estarem em um processo contínuo de adaptação, o pós-período pandêmico possivelmente agravou os seus quadros (Neumann et. al, 2020).

O afastamento escolar reduziu as práticas de atividades físicas, crescendo as suas horas frente à telefones celulares e computadores. Conseqüentemente apresentam horários de sono desregulados e uma dieta menos saudável afetando então o desenvolvimento da criança (Neumann et. al, 2020).

Almeida et. al, (2022) abordam os impactos do isolamento na saúde mental das crianças, gerados devido aos fechamentos das escolas no qual auxiliavam no hábito de atividades físicas. Sedentarismo e prejuízos no desenvolvimento funcional dessas crianças foram um dos impactos causados pelo isolamento.

O processo de promoção em saúde que já é deficitário, durante esse período de pandemia se tornou ainda mais evidente na população previamente marginalizada socioeconomicamente ou naqueles que já sofriam com problemas crônicos psicológicos e psiquiátricos. Essa situação de desigualdade é ainda mais agravante pois os maus tratos por parentes, inacessibilidade a notável redução da renda familiar e negligência nos cuidados básicos de vida (Mata, et al 2021).

Nesse contexto, a assistência e acompanhamento psicológico das crianças é importante para reduzir os danos que possam ser causados pelo isolamento social. O papel do psicólogo é assegurar que as pessoas sejam capazes de desenvolver condições nas quais seu emocional e cognitivo possa funcionar de modo a garantir a qualidade de vida. Isso não significa que o psicólogo cuida apenas de pessoas com transtornos mentais, mas atua como um promotor de saúde mental (Almeida, et al 2022).

JUSTIFICATIVA

Por tratar-se de um problema de saúde pública e uma doença de contágio nível máximo, a COVID-19 chegou rapidamente aos mais diversos países, etnias e classes sociais (Neumann et. al, 2020).

Com o isolamento social obrigatório, sendo uma das principais medidas sanitárias para a diminuição da contaminação pela COVID-19, vivenciamos um contexto de mudança de rotina, distanciamento social e familiar, mudanças no contexto escolar, e a inserção de aulas de forma remota. Todas essas mudanças tornam o presente estudo relevante para a compreensão dos impactos desse contexto à saúde mental das crianças (Mata et. al, 2021).

Além disso, a crise econômica decorrente da pandemia trouxe aumento da pobreza e desnutrição infantil, a diminuição dos cuidados de saúde, o afastamento ou perda de entes queridos, o fechamento das escolas, a falta de contato interpessoal são fatores que impactam negativamente o bem-estar psicológico das crianças durante a pandemia de COVID-19 (Mata et. al, 2021).

OBJETIVO GERAL

- Investigar se a pandemia de COVID-19 afetou a saúde mental do público infantil.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Buscar esclarecer quais são os possíveis impactos que a pandemia trouxe e a forma que eles interferem e modificam a saúde mental das crianças
- Produzir formas de auxiliar o trabalho dos psicólogos no processo de intervenção com a população supracitada.

METODOLOGIA

Para a realização desta revisão bibliográfica que visa compreender o impacto da pandemia da COVID-19 na população infantil, foi feita a pesquisa e seleção dos artigos na plataforma Google Acadêmico, onde foram pesquisadas publicações com os descritores: "impactos" AND "saúde mental" AND "infantil" AND "covid ou pandemia".

Foram encontrados um total de 242 artigos e após a seleção feita pela leitura dos resumos e com base nos critérios de inclusão, se resultou em 6 artigos que foram utilizados para este estudo. O processo de seleção foi feito identificando os artigos pertinentes à pesquisa através da leitura do título, posteriormente do resumo e finalmente dos artigos completos.

Como critérios de inclusão se aplicou: artigos científicos, publicados entre 2020 e 2022, escritos em português e até a décima segunda página da pesquisa. A pesquisa bibliográfica foi realizada em maio de 2022.

RESULTADOS

O índice de pessoas afetadas psicologicamente com situações epidêmicas, frequentemente costumam ser maiores do que as pessoas afetadas pela infecção, sendo assim é estimado que um terço dos indivíduos possivelmente venham manifestar resultâncias psicológicas negativas, caso não sejam apresentados cuidados congruentes (Lima, 2020).

Segundo Lima, (2020) situações de isolamento social, mostra um alto índice de efeitos negativos psicologicamente e frequentemente de longa duração, principalmente raiva e irritabilidade, confusão e medo, insônia, sofrimento pós-traumático e humor deprimido.

Contudo, o impacto da atual pandemia pode ser ainda maior, pois a duração e a quantidade de pessoas em isolamento social simultaneamente levam a hipótese de pandemia estressora e medo. O autor recomenda que crianças e adolescentes tenham uma rotina organizada, equilibrando atividades como brincar, contato com eletrônicos sejam reguladas buscando preservar a saúde mental deste público. Ressalta a importância da família em acolher e escutar as angústias, medos e preocupações auxiliando na comunicação das crianças por meio de atividades lúdicas.

Neumann et. al, (2020) demonstrou com base nos seus resultados que quase a totalidade dos estudantes foram afastados do ambiente escolar, implicando não só prejuízo do ensino, mas também a exposição da criança a um contexto de maior vulnerabilidade. Sendo assim, as crianças são mais suscetíveis a apresentar sintomas psicopatológicos como; depressão, ansiedade e dificuldades relacionados ao sono. Devido aos impactos vivenciados na sua rotina e qualidade de vida.

Ainda na área de saúde em geral Almeida et.al, (2022) apresentam resultados dos impactos na saúde mental das crianças, gerados devido ao fechamento das escolas e isolamento social das crianças. Comparado a crianças isoladas, as crianças que não ficaram em isolamento social apresentaram um número maior de tempo gastos com atividades de lazer e nas práticas de atividades físicas, as comparações de Índice de Massa Corpórea (IMC) observadas entre o grupo de crianças em isolamento e as que não isoladas, são que as que se mantiveram isolamento apresentaram um IMC alto. Ou seja, crianças que ficaram em isolamento apresentaram resultado negativos a sua saúde física o que pode afetar a sua saúde na vida adulta. Os resultados apresentados mostraram que essas crianças têm maior propensão de desenvolver humor deprimido de se tornarem adultos com maior probabilidade doenças cardíacas, hipertensão e obesidade e diabetes.

Mata et. al, (2021) apresentam em seus resultados que além de tornar maior o uso de smartphones, tablets, computadores, jogos e outras ferramentas digitais, suprimindo a necessidade de contato afetivo, a cobertura de informações falsas e incertas e o acompanhamento excessivo dos números crescentes de infectados e óbitos afetou negativamente os sintomas de ansiedade e depressão. Sendo assim, ao analisar os fatores de estresse é possível visualizar os impactos causados na saúde mental infantil devido ao isolamento.

Segundo Mata et.al, (2021) um estudo com 8079 crianças mostrou que 44% apresentaram sintomas depressivos, 38% ansiedade e 32% apresentaram os dois sintomas durante o isolamento. Bilar (2022) e Neumann et al, (2021), trazem resultados similares a esses

mostrando a prevalência dos impactos psicológicos negativos que o isolamento causa na saúde mental das crianças.

Os autores Mata et al., (2021), Bilar et al, (2022) e Neumann et. al, (2021) apresentaram em seus resultados impactos negativos na saúde mental das crianças, devido ao isolamento, proporcionando a elas maior carga de sofrimento psíquico no período pandêmico gerando consequências comportamentais e emocionais.

Os resultados demonstrados baseados no objetivo geral de investigar se a pandemia de COVID-19 afetou a saúde mental do público infantil se confirmaram. São repercussões de efeitos psicopatológicos como: ansiedade, estresse, sintomas depressivos, hiperatividade, irritabilidade, alterações no padrão do sono e estados de humor. E outras repercussões de âmbito social como: distanciamento social, alterações de comportamento e aumento do tempo em tela (Lima, 2020).

Os resultados do presente artigo apontam que os possíveis impactos que a pandemia reflete em aspectos psicológicos e fisiológicos e a forma como eles interferiram e modificaram a saúde mental das crianças serão mais claros no decorrer dos anos. O papel do psicólogo possibilita trabalhar com estratégias de redução de danos e auxiliam na qualidade de vida das crianças (Almeida, et al 2022).

CONCLUSÃO

Esse estudo objetivou analisar os impactos gerados na saúde mental infantil em decorrência do isolamento social provocado pela atual pandemia. Pudemos verificar que a ruptura da rotina, a insegurança alimentar, o aumento da fragilidade socioeconômica familiar, a violência doméstica e o abuso são alguns dos aspectos fomentados pela pandemia que induzem a uma piora significativa na saúde mental infantil, sendo assim essa revisão aponta para a necessidade da rede de apoio baseada no suporte socioemocional para minorar os efeitos psicológicos da pandemia de COVID-19 nas crianças (Mata et. al, 2021).

Estratégias de enfrentamento são importantes para a reequação das crianças como: diálogos abertos e explicativos entre pais e filhos acerca da pandemia e do coronavírus,

regulação do padrão de sono e do tempo em tela, prática de atividade física regular, melhora da qualidade do ensino remoto e implementação de políticas públicas e ações em saúde. Para grupos específicos, como crianças com TEA e TDAH, é necessário um manejo dos sintomas e cuidado no retorno à rotina do período pré-pandêmico e o acompanhamento multidisciplinar (Almeida, et al 2022).

Dessa forma, o desenvolvimento de medidas protetivas de âmbito familiar e de serviços de saúde se faz necessário para garantir o bem-estar emocional e físico dessa população vulnerável.

As condições do cenário atual e os elementos que contribuem a ocorrência de transtornos psíquicos infantis, precisa-se pensar em formas de suavizar os possíveis impactos gerados, a partir de atividades protetivas e de prevenção, as quais auxiliam enfrentar os impactos dessa circunstância.

Ressalta-se a importância da realização de mais estudos sobre o tema, por se tratar de um assunto recente e de grande impacto sobre o público infantil, estudos como esse agregará informações, conhecimento e auxiliará na formação de projetos e propostas de intervenção visando o bem-estar da saúde mental das crianças.

REFERÊNCIAS

Almeida, I. L. de L., Rego, J. F., Teixeira, A. C. G., & Moreira, M. R. (2022). Social isolation and its impact on child and adolescent development: A systematic review. *Revista Paulista de Pediatria*, 40, e2020385. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020385>

Bilar, J. A., Bulhões, C. de S. G., Sette, G. C. S., Perrelli, J. G. A., Soares, A. K. F., & Lima, A. P. E. (2022). Saúde mental de crianças na pandemia da COVID-19: Revisão integrativa. *REME-Revista Mineira de Enfermagem*, 26. <https://doi.org/10.35699/2316-9389.2022.37693>

BRASIL, Ministerio da saúde. Painel Coronavirus. Acesso em <https://covid.saude.gov.br/> Acesso em 19 de setembro de 2020.

Lima, R. C. (2020). Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: Impactos na saúde mental. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30(2), e300214. <https://doi.org/10.1590/s0103-73312020300214>

Marques, E. S., Moraes, C. L. de, Hasselmann, M. H., Deslandes, S. F., & Reichenheim, M. E. (2020). A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: Panorama, motivações e formas de enfrentamento. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4), e00074420. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00074420>

Mata, A. A. da, Silva, A. C. F. L. e, Bernardes, F. de S., Gomes, G. de A., Silva, I. R., Meirelles, J. P. S. C., Soares, L. G., Garcia, L. P. C., Ferreira, M. B. S., Bernardes, P. de S., & Bechara, L. de S. (2021). Impacto da pandemia de covid-19 na saúde mental de crianças e adolescentes: Uma revisão integrativa / The impact of covid-19 pandemic on mental health of children and adolescents: an integrative review. *Brazilian Journal of Development*, 7(1), 6901–6917. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n1-466>

Neumann, A. L., Kalfels, F. M., Schmalz, F., Rosa, R. L. M. da, & Pinto, L. H. (2020). Impacto da pandemia por covid-19 sobre a saúde mental de crianças e adolescentes: Uma revisão integrativa. Em -, W. M. Cavalcanti, & - (Orgs.), *Pandemias: Impactos na sociedade* (p. 56–66). Synapse Editora. https://doi.org/10.36599/editpa-2020_pan0006

Organização Mundial da Saúde. (2020, 9 de julho). Transmission of SARS-CoV-2: implications for infection prevention precautions. Retirado de Organização Mundial da Saúde. (2020, 9 de julho). Transmission of SARS-CoV-2: implications for infection prevention precautions. Retirado de <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/transmission-of-sars-cov-2-implications-for-infection-prevention-precautions>

Silva, W.C, Silva, C.O, Melo, K.C, Soares, A. N, Hernandez, L.F, Araújo, Z.A.M, Gonçalves, F.T.D, Silva, A.K.B, Carneiro, A.D.M, Oliveira, A.T.F, Carvalho, V.S, Santos, P.S.G, Cruz, U.S.O.X, Silva, N.O, Sousa, F.C. Explorando os impactos na saúde mental de crianças durante a pandemia de COVID-19. *International journal os development rescarch*. Vol.11, pp. 4624846253, april, 2021. <https://doi.org/10.37118/ijdr.21683.04.2021>