

Possíveis impactos causados pela pandemia da COVID-19 na saúde mental de crianças e o papel dos pais neste cenário

Possible impacts caused by the COVID-19 pandemic on children's mental health and the role of parents in this scenario

Posibles impactos causados por la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los niños y el papel de los padres en este escenario

Recebido: 09/07/2020 | Revisado: 14/07/2020 | Aceito: 16/07/2020 | Publicado: 20/07/2020

José Victor dos Santos Rodrigues

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3592-1868>

Centro Universitário Metropolitano da Amazônia, Brasil

E-mail: josevictor.rodrigues9@gmail.com

Ana Carolina Araújo de Almeida Lins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6046-0162>

Centro Universitário Metropolitano da Amazônia, Brasil

E-mail: anacarolina.lins@gmail.com

Resumo

A pandemia causada pelo novo coronavírus tem exigido das pessoas mudanças bruscas em seu cotidiano todo o mundo. Com a suspensão das atividades educacionais presenciais e com a vivência do isolamento social, a saúde mental das crianças também tem sido afetada. Dessa forma, o objetivo deste estudo é denotar, por meio de uma revisão narrativa da literatura, possíveis impactos causados pela pandemia do COVID-19 na saúde mental de crianças, bem como papel dos pais neste cenário. Para o levantamento dos estudos acerca desta temática, foram utilizadas as plataformas Google acadêmico, Pubmed e Lilacs, em que foram selecionados 7 artigos e utilizados apenas 5 na amostra final. Os resultados demonstram a ocorrência de diversos impactos na saúde mental das crianças, a partir de sintomas psicológicos como estresse, ansiedade e irritabilidade. Deste modo, os pais necessitam lançar mão de estratégias para auxiliar os filhos a lidarem com as mudanças causadas pelo isolamento social. Por fim, mesmo com poucos estudos publicados, verifica-se que as crianças sofrem influências devido às mudanças em sua rotina, salientando a importância fundamental dos pais na promoção da saúde mental dos filhos.

Palavras-chave: Saúde mental infantil; COVID-19; Desenvolvimento infantil.

Abstract

A pandemic caused by the new coronavirus requires people to change abruptly in their daily lives around the world. With the suspension of face-to-face educational activities and the experience of social isolation, children's mental health was also affected. Thus, the objective of this study is to denote, through a narrative review of the literature, that can affect the pandemic of COVID-19 in the mental health of children, as well as the role of parents in this scenario. To survey studies on this topic, the Google academic, Pubmed and Lilacs platforms were used, 7 articles were selected and only 5 were used in the final sample. The results demonstrate an occurrence of several mental disorders in children, from psychological symptoms such as stress, anxiety and irritability. In this way, parents can use strategies to help their children deal with changes caused by social isolation. Finally, even with few published studies, check if children are influenced by changes in their routine, highlighting the fundamental importance of parents in promoting their children's mental health.

Keyword: Child mental health; COVID-19, Child development.

Resumen

Una pandemia causada por el nuevo coronavirus requiere que las personas cambien abruptamente en su vida diaria en todo el mundo. Con la suspensión de las actividades educativas presenciales y la experiencia del aislamiento social, la salud mental de los niños también se vio afectada. Por lo tanto, el objetivo de este estudio es denotar, a través de una revisión narrativa de la literatura, que puede afectar la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los niños, así como el papel de los padres en este escenario. Para encuestar estudios sobre este tema, se utilizaron las plataformas académicas de Google, Pubmed y Lilacs, se seleccionaron 7 artículos y solo 5 se usaron en la muestra final. Los resultados demuestran la aparición de varios trastornos mentales en niños, a partir de síntomas psicológicos como el estrés, la ansiedad y la irritabilidad. De esta manera, los padres pueden usar estrategias para ayudar a sus hijos a lidiar con los cambios causados por el aislamiento social. Finalmente, incluso con pocos estudios publicados, verifique si los niños están influenciados por los cambios en su rutina, destacando la importancia fundamental de los padres para promover la salud mental de sus hijos.

Palabras clave: Salud mental infantil; COVID-19; Desarrollo infantil.

1. Introdução

O novo coronavírus, causador da COVID-19, espalhou-se pelo mundo desde dezembro de 2019. Com o aumento do número de pessoas infectadas e de óbitos causados por esta infecção, é considerado uma pandemia pela Organização Mundial de Saúde. Assim, devido a tais proporções, a quarenta e o isolamento social tem sido utilizado como principal estratégia de contenção. O isolamento, tem como objetivo evitar o contato social de pessoas que testaram positivo com ou sem a presença de sintomas. Já o distanciamento social, é uma estratégia que visa a diminuição do contato entre as pessoas tanto as que foram infectadas pelo vírus, como as que não testaram positivo a doença (Silva Vasconcelos et al., 2020; Pereira et al., 2020; Medeiros et al., 2020).

A saúde mental, é conceitualizada a partir de todo o contexto social que o indivíduo está inserido e na etapa de desenvolvimento no qual se encontra. Assim, pode-se dizer que tal conceito está relacionado ao bom relacionamento do indivíduo com seu ambiente. Neste sentido, percebe-se que as epidemias geram grandes modificações na vida das pessoas e exige adaptações para lidar com essas situações que podem ser causadoras de sofrimento (Martins, 2004; OPAS, 2006).

Há poucos estudos acerca dos efeitos psicológicos causados pela pandemia do novo coronavírus. Contudo, verifica-se a manifestação de sintomas psicológicos gerados pelo distanciamento social na vida das pessoas como estresse, irritabilidade, alterações do sono, ansiedade entre outros, seja na população em geral como nos profissionais de saúde. (Bezerra et al., 2020; Schmidt et al., 2020).

Com o fechamento das escolas e sem poder sair de casa, ambientes estes que influenciam positivamente no desenvolvimento infantil e na aprendizagem de estratégias para lidar com as dificuldades do dia-a-dia, crianças e cuidadores também estão vivenciando alterações no seu cotidiano. No que diz respeito aos impactos da pandemia na saúde mental infantil, nota-se que as crianças são afetadas negativamente pelas consequências causadas pela pandemia (Dalton, Rapa & Stein, 2020; Spinelli et al., 2020; Melo et al., 2020).

Os pais, possuem sempre tiveram papéis fundamentais na vida dos filhos. No atual contexto vivenciado, estes precisam proporcionar um ambiente saudável para que as crianças consigam lidar com as suas emoções (Wang et al., 2020).

No estudo realizado na província de Shaanxi na China, constatou-se que crianças com idades entre 2 e 6 anos vivenciaram constante medo de que alguém da sua família ficasse doente. Crianças mais velhas do que essa faixa etária, manifestaram constante falta de

atenção. Contudo, um dos sintomas psicológicos mais prevalentes em ambas faixas etárias foi a irritabilidade. O mesmo estudo cita que atividades realizadas pelas famílias, como a leitura e o exercício físico, ajudaram as crianças a lidarem com as emoções negativas (Jiao et al., 2020).

Portanto, o objetivo deste estudo é denotar, através de uma revisão narrativa da literatura, possíveis impactos causados pela pandemia do covid-19 na saúde mental de crianças e papel dos pais neste cenário.

2. Metodologia

Este estudo, é uma revisão narrativa da literatura. Segundo Rother (2007), a revisão narrativa da literatura tem como objetivo principal apresentar uma análise crítica dos estudos coletados. Para realização desta pesquisa, o levantamento de dados foi realizado no período de maio de 2020, utilizando-se das plataformas Google acadêmico, Pubmed e Lilacs. Como descritor foi utilizado “mental health of children during the COVID-19 quarantine”, tendo como critério de inclusão estudos publicados entre 2019 e 2020, escritos em português, espanhol ou inglês, que tivessem relação com o tema e o tipo de pesquisa não fosse revisão de literatura. Assim, o critério de exclusão abrangeu estudos publicados anteriores a 2019, que não tivessem relação com o tema e que foram escritos a partir da revisão de literatura.

No banco de dados do Google acadêmico, foram encontrados 1500 estudos de acordo com a relevância da plataforma, coletados 6 e utilizado apenas 5 estudos na amostra final. Na plataforma do banco de dados, Pubmed, foram encontrados 6 estudos, coletado 1 e utilizado na amostra final 1 estudo. Contudo, vale ressaltar que este artigo já havia sido coletado na plataforma Google acadêmico. Em relação a plataforma Lilacs, não foi encontrado nenhum estudo publicado. Assim, os dados coletados foram lidos integralmente, organizados por categorias e analisados.

3. Resultados e Discussão

Possíveis impactos causados pela pandemia do COVID-19 na saúde mental infantil

Um dos fatores que mais influenciam a saúde mental infantil, é o fato de muitas crianças, por conta idade, não conseguirem expressar o que sentem aos adultos não sabem como lidar com emoções negativas (Imran, Zeshan & Pervaiz, 2020).

A autorregulação emocional infantil, está relacionada ao início da segunda infância. As crianças que aprendem habilidades de expressar e compreender o que sentem, tendem a comportar-se de modo mais adequado diante da manifestação de suas emoções. Estas habilidades, aprimoram-se com o desenvolvimento infantil e entre os 4 e 5 anos, as crianças já conseguem identificar tanto o seu quanto o estado emocional de outras pessoas (Papalia & Feldman, 2013).

Com o isolamento social, a suspensão das aulas presenciais e assim sendo impedidos de brincar em áreas de ar livre com os amigos, as crianças tendem a utilizar com mais frequência os meios tecnológicos. Este excesso na utilização dos aparelhos eletrônicos e a falta de contato com outras crianças, influenciarão no padrão de sono, alteração na alimentação, comportamentos de estresse e ansiedade (Wang et al., 2020; Imran, Zeshan & Pervaiz, 2020).

Um ponto a ser destacado, acerca do excesso de utilização de aparelhos eletrônicos, é que a tecnologia afasta as pessoas do mundo real e também da interação do contato afetivo entre pais e filhos. O afeto é fundamental para o desenvolvimento das emoções infantis e no cuidado da saúde mental. Além disso, sintomas ansiosos podem se manifestar, pois, a tecnologia tende a expor os sujeitos a um excesso de informação (Freire & Siqueira, 2019).

No que diz respeito às alterações na alimentação, nota-se uma relação entre o comportamento alimentar e as emoções. Assim, a repetição e quantidade de alimentos ingeridos, sofre influência das emoções vivenciadas pelo sujeito. Neste sentido, um dos fatores que mais geram consequências no comportamento alimentar é a ansiedade. A ingestão de alimentos, seja ela em grande ou pequena quantidade é utilizada por muitas pessoas como uma estratégia para lidarem com suas emoções (Souza, Lúcio & Araújo, 2017).

As crianças também podem vivenciar: sensação de medo ao imaginar que alguém da família fique doente, sentimentos de irritabilidade e regressão, devido às exigências de adaptação, e sofrimento psicológico causado por alterações de comportamento dos pais pelas preocupações com a crise financeira. Além disso, crianças com deficiência e com transtornos neuropsicológicos, por serem apegadas a rotina, podem emitir comportamentos de frustração (Papalia & Feldman, 2013).

A manifestação do estresse na infantil, está relacionado a qualquer situação ao qual a criança necessita se adaptar a mudanças. Esta sintomatologia, pode se manifestar em qualquer etapa do desenvolvimento. Verifica-se, que o estresse na infância, em muitos casos estão relacionados com o estresse vivenciado pelos pais. Um dos sintomas que indicam o estresse infantil é a irritabilidade (Pacífico, Facchin & Santos, 2017).

Em relação às crianças infectadas pela COVID-19, nota-se sintomas psicológicos como ansiedade e insônia a partir da hospitalização e do isolamento social. Em muitos casos, os pais são acometidos também pela infecção e necessitam de intervenção não podendo estar próximos dos filhos (Freire & Siqueira, 2019)

A internação hospitalar, em relação a vivência do paciente, é considerada como um processo complexo de lidar, quando se trata de internação infantil, a hospitalização pode ser um período traumático, pois, a criança deve se adaptar a um novo ambiente, que exige o afastamento dos familiares, a convivência com pessoas de fora do seu convívio, limitações, intervenções médicas e dor (Pinto et al., 2015).

Os procedimentos a serem realizados e a manifestação da doença, são fatores que influenciarão na ansiedade e no sofrimento infantil. Entretanto, mesmo diante de diversas vivências dolorosas, a internação proporciona a criança a aprendizagem de novas habilidades, para lidar com situações de dor, ansiedade e medo (Oliveira et al., 2018).

Papel dos pais no cuidado da saúde mental da criança no contexto de pandemia

Os pais, vivenciam também emoções negativas diante das diversas mudanças causadas pela pandemia, seja de saúde como por questões relacionadas a crise financeira. Deste modo, precisam lidar com as preocupações, pois tais comportamentos influenciam o estado emocional dos filhos (Papalia & Feldman, 2013).

No atual contexto de confinamento, os pais precisam utilizar esta situação para estar mais próximo dos filhos e buscar estratégias para aprimoramento desta relação. Outro ponto a ser destacado, é que com o aumento da utilização de aparelhos tecnológicos, a criança tem maior acesso aos meios de comunicação. Por isso, necessitam controlar a exposição dos filhos ao excesso de informação que pode influenciar na manifestação de emoções negativas nas crianças. Neste sentido, como uma estratégia de minimizar tais emoções, faz-se relevante os cuidadores conversarem com a criança (Wang et al., 2020).

Ao conversarem acerca da pandemia, os pais devem considerar a idade da criança e caso haja necessidade, é importante haver uma adaptação de linguagem e utilização de métodos lúdicos para a facilitação do entendimento. A explicação dessas informações geram bem-estar na criança (Dalton, Rapa & Stein, 2020).

Por outro lado, devido a mudanças na rotina da criança, os cuidadores podem perceber comportamentos de irritabilidade. Por isso, devem ter o cuidado de compreenderem que tais comportamentos podem estar relacionados ao estresse e não a oposição ou birra.

Contudo, objetivando a promoção da saúde mental infantil, os pais podem demonstrar mais afeto, ajudar as crianças no autocuidado como na lavagem das mãos, incentivar interações sociais por meio de meios de comunicação e criar uma rotina para a família (Papalia & Feldman, 2013).

4. Considerações Finais

A partir dos resultados apresentados, o objetivo deste estudo foi alcançado. Contudo, nota-se que ainda há poucas pesquisas no que se refere aos impactos da pandemia na saúde mental infantil, seja no âmbito mundial como no contexto brasileiro. Por isso, faz-se relevante haverem novos estudos acerca desta temática.

De modo geral, nota-se que diversos sintomas psicológicos podem ser desencadeados como consequência da pandemia afetando negativamente o comportamento das crianças. Neste contexto, práticas parentais são extremamente importantes como estratégia de enfrentamento do sofrimento psicológico. Portanto, conclui-se que participação dos pais no desenvolvimento e na promoção da saúde mental da criança, seja neste momento de pandemia e como em outras situações do cotidiano. Contudo, os cuidadores precisam também de cuidados e devem buscar ajuda de profissionais de psicologia para lidarem com as diversas transformações e preocupações causadas pela pandemia. Deste modo, conseguirão promover a sua saúde mental e consequentemente a dos filhos.

Referências

Bezerra, A. C. V., Silva, C. E. M. D., Soares, F. R. G., & Silva, J. A. M. D. (2020). Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2411-2421.

Cui, Y., Li, Y., Zheng, Y., & of Child, C. S. (2020). Mental health services for children in China during the COVID-19 pandemic: results of an expert-based national survey among child and adolescent psychiatric hospitals. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1.

Dalton, L., Rapa, E., & Stein, A. (2020). Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(5), 346-347.

Imran, N., Zeshan, M., & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(COVID19-S4).

Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic. *The journal of Pediatrics*, 221, 264.

Martins, M. D. C. D. A. (2004). Factores de risco psicossociais para a saúde mental. *Millenium*, 255-268.

Melo, B. D., Pereira, D. R., Serpeloni, F., Kabad, J. F., Kadri, M., Souza e Souza, M., & Freitas, C. M. D. (2020). Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: crianças na pandemia Covid-19.

Medeiros, A. Y. B. B. V., Pereira, E. R., Silva, R. M. C. R. A., & Dias, F. A. (2020). Fases psicológicas e sentido da vida em tempos de isolamento social por pandemia COVID-19 uma reflexão a luz de Viktor Frankl. *Research, Society and Development*, 9(5), e122953331.

Organização Pan-Americana da Saúde (2006). Proteção Da Saúde Mental Em Situações De Epidemias. Recuperado em 10 jun, 2020, de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/Protecao-da-Saude-Mentalem-Situaciones-de-Epidemias--Portugues.pdf>.

Pereira, M. D., de Oliveira, L. C., Costa, C. F. T., de Oliveira Bezerra, C. M., Pereira, M. D., dos Santos, C. K. A., & Dantas, E. H. M. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa.

Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2013). *Desenvolvimento humano*. Artmed editora.

Pacífico, M., Facchin, M. M. P., & Santos, F. D. F. F. C. (2017). Crianças também se estressam? A influência do estresse no desenvolvimento infantil. *Temas em Educação e Saúde*, 13(1), 107-123.

Pinto, M. B., de Andrade, L. D. F., de Medeiros, A. P. G., de Oliveira Santos, G. L., Queiroz, R., & Jales, R. D. (2015). Atividade lúdica e sua importância na hospitalização infantil: uma revisão integrativa. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*, 13(2), 298-312.

Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta paulista de enfermagem*, 20(2), v-vi.

Souza, D. T. B., Lúcio, J. M., & Araújo, A. S. (2017). Ansiedade e alimentação: uma análise inter-relacional.

Silva Vasconcelos, C. S., de Oliveira Feitosa, I., Medrado, P. L. R., & de Brito, A. P. B. (2020). O Novo Coronavírus e os impactos psicológicos da quarentena. *Desafios-Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins*, 7(Especial-3), 75-80.

Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19).

Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents and Children Facing the COVID-19 Outbreak in Italy. *Available at SSRN 3582790*.

Siqueira, A. C., & de Oliveira Freire, C. (2019). A influência da tecnologia no desenvolvimento infantil. *Revista FAROL*, 8(8), 22-39.

Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

José Victor dos Santos Rodrigues – 75%
Ana Carolina Araújo de Almeida Lins – 25%