

# IMPACTOS DA PANDEMIA DO COVID 19 NA SAÚDE DA CRIANÇA

---

*Data de aceite: 01/09/2023*

### **Victor Castro Carneiro**

Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas - UNIPAM

### **Caio Henrique Silva da Cruz**

Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas - UNIPAM

### **Felipe Muniz Gomes**

Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas - UNIPAM

### **Francis Jardim Pfeilsticker**

Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas - UNIPAM

A pandemia de COVID-19 levou a sérias perturbações na vida das crianças, incluindo restrições nas escolas e nas atividades recreativas, além de vários outros estressores que podem representar desafios para sua saúde e bem-estar. Evidências emergentes levantam a preocupação de que tais estressores possam ter consequências negativas na saúde mental de curto e longo prazo, incluindo sofrimento psicológico e distúrbios comportamentais. Identificar

fatores associados positivamente com a saúde das crianças pode fornecer a base para abordagens de apoio enquanto elas continuam a experimentar estressores relacionados à pandemia. Nesse sentido, atividade física e tempo de tela são dois comportamentos-chave que foram extremamente afetados pela pandemia de COVID-19 e que podem gerar diferentes consequências para o desenvolvimento dessas crianças (TANDON *et al.*, 2021).

Com as escolas fechadas e muitos pais trabalhando em casa, as crianças passaram mais tempo na frente das telas, esse aumento tem sido associado a uma série de problemas de saúde, incluindo obesidade infantil, cefaleia, fadiga ocular, problemas de sono e problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão. Além disso, o uso excessivo de aparelhos eletrônicos pode limitar o tempo que as crianças passam ao ar livre e envolvidas em atividades físicas, o que pode gerar implicações de longo prazo (ANDRADE *et al.*, 2022).

No contexto de isolamento, a aula

*online* tornou-se a nova norma para crianças em todo o mundo e, embora ela tenha permitido a continuidade da aprendizagem, também teve impactos negativos. Isso porque, a falta de interação social com colegas e professores, somada a uma rotina ociosa e sedentária, gera uma conjuntura extremamente favorável ao desenvolvimento de ansiedade e depressão (SANTAN ; SALES , 2020).

Somado a isso, tendo em vista as dificuldades econômicas impostas pelo isolamento, o acesso a alimentos saudáveis pode ter sido limitado para algumas famílias. Desse modo, houve um aumento significativo no consumo de alimentos ultraprocessados, os populares “*fast foods*”, grandes contribuintes para as altas taxas de obesidade, problemas cardíacos e outras doenças crônicas. Além disso, o estresse e a ansiedade relacionados à pandemia podem levar a uma alimentação emocional e a comportamentos alimentares desordenados (CORTEZ; MARIN, 2022).

## **EDUCAÇÃO REMOTA**

### **Falta de convívio social**

Tendo em vista a aplicação do ensino remoto, destaca-se que a prioridade dos profissionais da educação deveria ser criar a conjuntura o mais favorável possível para o desenvolvimento pleno do aluno. No entanto, o que se observou no cenário educacional brasileiro foi uma tentativa desesperada de reduzir os prejuízos econômicos do “*lockdown*”, ignorando a sobrecarga mental dessas crianças e adolescentes (RAMOS, L. S. *et al.*, 2020).

Além de não ser acessível a famílias que não tem acesso à internet, a maneira com que foi aplicado o ensino a distância sugere uma sequência reducionista do ensino às meras atividades remotas sem mediação efetiva do trabalho docente, cenários escolares educacionais ou diálogo. Da mesma forma, as aulas *online* no contexto da pandemia pareciam limitar a ação pedagógica a fornecer informações administrativas e mobilizar os alunos para assistir determinada aula, contudo, o ato de educar não pode se resumir as práticas de transmissão de conteúdos, sendo necessária a relação interpessoal para que o desenvolvimento seja integral (SANTANA; SALES ., 2020).

### **Falta de rotina e atividade lúdicas**

Num cenário em que as crianças realizam todas as atividades escolares em seu domicílio, a prática de esportes e de brincadeiras que envolvem atividades fisicamente estimulantes foram bastante limitadas. Tendo isso em vista, essa redução pode favorecer o sedentarismo e, conseqüentemente, o desenvolvimento de diabetes, de problemas cardiovasculares e de distúrbios emocionais (SILVA; SILVA , 2022).

Além do aspecto recreativo, as atividades lúdicas no contexto da educação são de extrema importância para o desenvolvimento da criatividade, da imaginação, da resolução de problemas e da sociabilidade. No entanto, graças ao isolamento social, as crianças

tiveram que se adaptar a novas formas de brincar, muitas vezes através de jogos virtuais ou atividades individuais que não tem o mesmo valor educacional. Ademais, crianças que vivem em condições sociais vulneráveis e que têm acesso limitado a recursos digitais podem ter sido ainda mais afetadas (MANGUEIRA *et al.*, 2020).

À luz dessa perspectiva, conforme o estudo realizado por Cardoso de Sá *et al.* (2020), através de uma pesquisa online com pais de crianças de 6 a 12 anos, em diferentes regiões do Brasil, para avaliar o impacto do distanciamento social nas atividades físicas realizadas pelas famílias e nas mudanças de comportamento relacionadas à atividade física. Os resultados mostraram que as famílias brasileiras com crianças diminuíram significativamente sua rotina de atividade física durante a pandemia e que as crianças passaram mais tempo em atividades sedentárias, como assistir TV e jogar videogame, e menos tempo em atividades físicas, como brincar ao ar livre e praticar esportes.

### **Atrasos no processo de aprendizagem**

De acordo com o estudo realizado com 20 professores da rede municipal de ensino em Queimadas, na Paraíba por Ferreira e Santos (2021), uma das principais dificuldades apontadas relacionadas ao ensino remoto foi a falta de infraestrutura adequada, tanto por parte dos alunos como por parte das escolas, para a realização do ensino remoto, muitos alunos não tinham acesso à internet e/ou a dispositivos eletrônicos, o que dificultou a comunicação e a realização das atividades escolares. Além disso, muitas escolas não estavam preparadas para oferecer o ensino remoto e os professores tiveram que se adaptar rapidamente, sem a devida capacitação, o que culminou em um prejuízo na aprendizagem dos alunos.

É de fundamental importância que os educadores utilizem ferramentas tecnológicas e de comunicação para manter uma boa comunicação com os alunos, oferecendo um suporte eficiente para o processo de aprendizagem, e também é necessário adaptações para que as metodologias de aulas remotas sejam mais atraentes e envolventes para os alunos, de forma que se sintam motivados a aprender, mesmo em um ambiente virtual, visto que alguns alunos têm dificuldades para manter a disciplina e a motivação necessárias para acompanhar o ritmo das aulas remotas (GONÇALVES; REIS., 2022).

Em suma, embora as aulas *online* possam ter sido necessárias para garantir a disseminação do saber entre alunos e professores durante a pandemia, elas não foram capazes de fornecer o mesmo nível de aprendizagem que as aulas presenciais. Os educadores e os pais devem estar cientes dessas limitações e trabalhar juntos para garantir que os alunos recebam o suporte e o estímulo necessários para superar o atraso na aprendizagem e alcançar o sucesso acadêmico (MENINO, F. A. *et al.*, 2020).

## MAUS HÁBITOS ALIMENTARES

### Obesidade

Um estudo realizado em crianças dos Agrupamentos de Escolas do Concelho de Vila Verde mostrou que durante o confinamento 66,9% das crianças mudaram seus hábitos alimentares. Também foi avaliado o Índice de Massa Corporal desses indivíduos e foi constatado que metade das crianças apresentavam excesso de peso (18,1%) ou obesidade (31,9%). Desse modo, pode ser percebido que esse grupo de crianças exemplifica a realidade da maior parte da população infantil (SILVA; VILELA, 2021).

Segundo Cortez *et al.*, (2022), o isolamento social influenciou diretamente nos maus hábitos alimentares. Em seu estudo foi observado que a ingestão de alimentos não saudáveis no lanche escolar aumentou quando é comparado o período pré-pandemia com o período pós-pandemia. Alimentos como refrigerantes, bolos e doces passaram a ser mais frequentes no lanche diário, enquanto frutas e verduras tiveram uma diminuição de consumo.

### Distúrbios endócrinos

Em vista das consequências dos maus hábitos alimentares na saúde da criança, destaca-se o estudo feito por Cornejo-Monthedoro *et al.*, (2017), o qual avaliou a relação entre a síndrome metabólica e a carga glicêmica da ingesta alimentar em crianças e adolescentes obesos. Foi observado que pelo menos uma em cada cinco crianças e adolescentes que procurarem atendimento para obesidade no hospital pediátrico nacional de referência no Peru sofre de síndrome metabólica, indicando uma forte relação causal entre essa síndrome e o consumo de alimentos com alta carga glicêmica. A autora destacou que, para escolher uma dieta adequada para esses grupos, é importante considerar não somente a quantidade de carboidratos, mas também sua qualidade com base na carga glicêmica.

Existem outras consequências perigosas relacionadas a má alimentação na infância, como retardo no crescimento e na capacidade de aprendizado, dificuldades para desenvolvimento social e doenças por déficit nutricionais. Portanto, é notável que as crianças que pioraram a qualidade de sua alimentação durante a pandemia foram prejudicadas, tendo em vista seu pleno desenvolvimento corporal, cognitivo e psicológico (ALVES *et al.*, 2020).

## USO EXCESSIVO DE TELAS

### Diminuição da capacidade de concentração

Apesar de ter se tornado ainda mais prevalente no contexto de isolamento social, a exposição indiscriminada às telas na infância preocupa a Sociedade Brasileira de Pediatria, a qual recomenda evitar ao máximo e alerta os pais para distúrbios de aprendizado, baixo desempenho escolar e atrasos no desenvolvimento. Nesse viés, além das consequências intrínsecas à exposição, efeitos extrínsecos, como a diminuição de atividade física, também são alarmantes. Isso porque, tendo em vista o tempo de uso médio do celular da população infantil, as brincadeiras de antigamente (esconde-esconde, polícia e ladrão, amarelinha) – que mantinham as crianças fisicamente ativas e saudáveis – já não tem mais espaço em seu cotidiano (PAIVA; COSTA, 2015).

À primeira vista, a substituição de brincadeiras e atividades lúdicas pelo uso de celular pode parecer o curso natural da civilização, em que as crianças crescem habituadas ao ambiente digital, o que as tornam mais preparadas para as demandas de uma sociedade “tecno dependente”. Entretanto, essa narrativa falha em desprezar os aspectos biológicos e sociais do desenvolvimento cognitivo infantil, considerando a necessidade da criança de engajar em atividades cognitivamente estimulantes, como montar um quebra cabeça, andar de bicicleta, construir um castelo de areia etc. Logo, essa ascensão digital no meio infantil é bastante preocupante, em vista da postura passiva adotada pela criança ao usar o celular, o que pode comprometer seu desenvolvimento neuropsicomotor (TEIXEIRA, 2017).

Dessa forma, uma das preocupações centrais levantadas por essa pesquisa é de que a interação entre criança e celular possui natureza oposta da interação entre criança e atividade lúdica, gerando uma relação inversamente proporcional entre a exposição as telas e o aprendizado. Tendo isso em vista, destaca-se o estudo de Türcke (2016), em que o autor afirma que especialmente indefesas são crianças que, antes de possuírem o discernimento para entender o que se passa nas telas, tiveram o infortúnio de perceber seu poder de sequestro e privação da atenção. Além disso, à medida que a infância se torna adolescência, os efeitos do uso indiscriminado do celular parecem se agravar, considerando a necessidade dos jovens de seguir certos padrões impostos pelas redes sociais, o que sugere uma relação entre o transtorno de ansiedade e a dependência de mídias digitais (KÖRMENDI. *et al*, 2016).

### Exposição à conteúdos impróprios

Outrossim, como se os efeitos citados já não fossem suficientemente danosos, o acesso irrestrito à internet na infância – juntamente com a omissão e permissividade dos pais ou responsáveis – tem causado uma exposição cada vez mais precoce a conteúdos pornográficos, o que é extremamente nocivo ao imaginário infantil. Nesse

viés, é importante destacar que os efeitos negativos da pornografia no adulto descritos na literatura são diversos, começando pelo comportamento aditivo e indo até disfunções sexuais, dessensibilização, frustração e até mesmo depressão. Tendo isso em vista, as consequências que já são graves no adulto se multiplicam exponencialmente na criança, que está muito mais suscetível a adesão de novos hábitos e comportamentos. Ainda assim, essa problemática recebe atenção mínima dos pais e é completamente omitida pelos grandes veículos de comunicação, que tem muito a lucrar com o mercado consumidor infantil (HORNOR, 2020).

## CONCLUSÃO

Esse estudo investigou os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde da criança, com base no conhecimento científico atual no que tange a obesidade infantil, a importância do convívio social e os prejuízos causados pela exposição excessiva às telas. Com base no material discutido e analisado, conclui-se que a pandemia afetou praticamente todos os aspectos do desenvolvimento infantil, com destaque aos âmbitos social, físico e psicológico. Dessa forma, visando minimizar os danos de curto e de longo prazo, é fundamental que se ofereça suporte às crianças e famílias afetadas, por meio de políticas públicas e programas de apoio, destacando que as ações devem considerar as necessidades específicas de cada grupo de crianças, de acordo com sua idade, gênero, condição socioeconômica e localização geográfica.

## REFERÊNCIAS

ALVES, G. M.; CUNHA, T. C. DE O. A importância da alimentação saudável para o desenvolvimento humano. **Humanas Sociais & Aplicadas**, v. 10, n. 27, p. 46-62, 21 fev. 2020.

ANDRADE, B. M.; BARRETO, A. S. M.; CAMPOS, A. M.; CARRANZA, B. L. P.; SANTANA, L. M. C. B. S.; ALMEIDA, L. M. G. F. de; RIBEIRO, M. C.; MENDONÇA, N. P. V.; MENDONÇA, V. P. V.; SOARES, A. C. G. M. Factors associated with the relationship between screen time and increased anxiety in children and adolescents during the COVID-19 pandemic: an integrative review. **Research, Society and Development**, [S.l.], v. 11, n. 8, p. e8511830515, 2022.

CORNEJO-MONTEDEORO, A.; NEGREIROS-SÁNCHEZ, I.; DEL ÁGUILA, C.; YSLA-MARQUILLO, M.; MAYTA-TRISTÁN, P. Association between dietary glycemic load and metabolic syndrome in obese children and adolescents. **Archivos Argentinos de Pediatría**, v. 115, n. 04, 2017.

CORTEZ, F.; MARIN, T. O impacto da pandemia na saúde da criança. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, [S.l.], v. 38, n. 74, p. 50-59, fev. 2022.

DA SILVA, I. R.; DA SILVA, A. M. B. O impacto da pandemia Covid-19 na Educação Física escolar: uma revisão integrativa da literatura. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 25, 2022.

FERREIRA, S. F., DOS SANTOS, A. G. M. Dificuldades e desafios durante o ensino remoto na pandemia: um estudo com professores do município de queimadas - PB. **Semana Acadêmica Revista Científica**, Fortaleza, v.9, 2021.

FIOCRUZ. Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira. **COVID-19 e Saúde da Criança e do Adolescente**, ago., 2020

GAMA, M. J. G. DA S. V. Caracterização dos hábitos alimentares, antes e durante o período de confinamento, e do estado nutricional atual, em crianças dos Agrupamentos de Escolas de Vila Verde. **U.PORTO**, 2021.

GONÇALVES, T.; REIS, A. A. ENSINO E APRENDIZAGEM EM TEMPOS DE PANDEMIA. **Revista Científica FESA**, [S. l.], v. 1, n. 18, p. 54–64, 2022. HORNOR, G. **Child and Adolescent Pornography Exposure. Journal of Pediatric Health Care**, v. 34, n. 2, p. 191–199, mar. 2020.

KÖRMENDI, A. et al. Smartphone use can be addictive? A case report. **Journal of Behavioral Addictions**, v. 5, n. 3, p. 548–552, 1 set. 2016.

Mangueira, L. F. B. *et al.* **Saúde mental das crianças e adolescentes em tempos de pandemia: uma revisão narrativa. Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 11, p. e4919, 27 nov. 2020.

MENINO, F. A. *et al.* **A importância da interação escola e família no desenvolvimento do aluno durante o período de pandemia. Anais VII CONEDU**, Campina Grande, 2020.

PAIVA, N. M. N.; COSTA, J. S. A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça? **Psicologia.pt**, 2015.

Ramos, L. S. *et al.* A saúde mental do aluno prejudicada pelos métodos didáticos aplicados no isolamento social: um exame bibliográfico. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 59, p. e4237, 11 set. 2020.

SÁ, C. DOS S. C. DE. *et al.* COVID-19 SOCIAL ISOLATION IN BRAZIL: EFFECTS ON THE PHYSICAL ACTIVITY ROUTINE OF FAMILIES WITH CHILDREN. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 39, p. e2020159, 2021. SANTANA, C. L. S. e; BORGES SALES, K. M. AULA EM CASA: EDUCAÇÃO, TECNOLOGIAS DIGITAIS E PANDEMIA COVID-19. **Interfaces Científicas - Educação**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 75–92, 2020.

TANDON, P. S.; *et al.* Association of Children's Physical Activity and Screen Time With Mental Health During the COVID-19 Pandemic. **JAMA Network Open**, v. 4, n. 10, p. e2127892, 2021.

TEIXEIRA, C. C. D. S. A Importância da Brincadeira no Desenvolvimento Cognitivo Infantil. **ID online REVISTA DE PSICOLOGIA**, v. 10, n. 33, p. 94–102, 27 jan. 2017.

TÜRCKE, C. **Hiperativos! Abaixo a cultura do déficit de atenção**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2016.