

SAÚDE MENTAL E DISTANCIAMENTO SOCIAL: UMA REFLEXÃO ACERCA DOS EFEITOS DA PANDEMIA NA INFÂNCIA

Data de aceite: 02/05/2024

Ademar Rocha da Silva

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/3462741737378990>

Aline Rocha de Araújo

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/0652086751699578>

Lais Conceição de Santana Oliveira

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/5384268382017168>

Joana Grazziele Bomfim Ribeiro

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/7861563471627074>

Fabiana Maria de Souza

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/5978618549893594>

Maria Eduarda Gonzaga Kruschewsky

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/5823177832940632>

Iure Alves Araújo

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/2342465072640504>

Carlos Alberto Ferreira Danon

Escola Bahiana de Medicina e Saúde

Pública (EBMSP)

Salvador-Ba

<http://lattes.cnpq.br/9732909640025501>

José Marcos Teixeira de Alencar Filho

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/0807801389134684>

Carine Lopes Calazans

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/1902831110621207>

Morganna Thinesca Almeida Silva

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/1370186142096453>

RESUMO: O advento da pandemia da Covid-19 instaurou uma realidade sem precedentes, impondo desafios significativos à saúde pública e à dinâmica social globalmente. Entre os grupos mais impactados estão as crianças, cujas vidas foram abruptamente transformadas pelo distanciamento social, fechamento de escolas e a suspensão de atividades

cotidianas. Dessa forma, o estudo teve como objetivo investigar os potenciais efeitos na saúde mental infantil desencadeados pelo período mais crítico da pandemia de Covid-19. Este estudo foi concebido como uma pesquisa básica e bibliográfica, fundamentada em uma análise detalhada da literatura existente. Adotou uma abordagem qualitativa e exploratória, método que se caracteriza pela geração de resultados que não derivam de técnicas quantitativas. O processo de busca bibliográfica foi realizado através das bases de dados LILACS, SciELO e BVS, dessas bases, foram analisados artigos completos em línguas portuguesa e espanhola, de acessos gratuitos com publicações entre os anos de 2020 e 2022. Para a análise de dados, empregou-se o método categorial, que envolve a decomposição do texto em unidades e categorias para um posterior reagrupamento analítico. A pesquisa revelou que a pandemia da Covid-19 e as medidas de distanciamento social impuseram desafios multifacetados ao bem-estar da população infantil, evidenciando um impacto predominantemente negativo em diversas esferas de suas vidas. A interrupção das rotinas diárias e a redução das interações sociais emergem como fatores críticos que contribuíram para uma série de consequências psicológicas adversas. Conclui-se que, esses achados sublinham a urgência de desenvolver estratégias eficazes que visem mitigar tais impactos, envolvendo a colaboração ativa de pais, profissionais da psicologia e da comunidade em geral. A implementação de abordagens integradas e adaptativas é essencial para apoiar a saúde mental das crianças neste período desafiador, enfatizando a importância de um suporte coletivo e multidisciplinar.

PALAVRAS-CHAVE: Pandemia da Covid-19; Distanciamento social; Saúde mental; Crianças; Psicologia.

MENTAL HEALTH AND SOCIAL DISTANCING: A REFLECTION ON THE EFFECTS OF THE PANDEMIC ON CHILDHOOD

ABSTRACT: The advent of the Covid-19 pandemic created an unprecedented reality, posing significant challenges to public health and social dynamics globally. Among the most impacted groups are children, whose lives have been abruptly transformed by social distancing, school closures and the suspension of daily activities. Therefore, the study aimed to investigate the potential effects on children's mental health triggered by the most critical period of the Covid-19 pandemic. This study was conceived as a basic and bibliographical research, based on a detailed analysis of the existing literature. It adopted a qualitative and exploratory approach, a method that is characterized by generating results that do not derive from quantitative techniques. The bibliographic search process was carried out through the LILACS, SciELO and BVS databases, from these databases, complete articles in Portuguese and Spanish languages were analyzed, with free access with publications between the years 2020 and 2022. For data analysis, the categorial method was used, which involves decomposing the text into units and categories for subsequent analytical regrouping. The research revealed that the Covid-19 pandemic and social distancing measures imposed multifaceted challenges on the well-being of the child population, highlighting a predominantly negative impact on different spheres of their lives. The disruption of daily routines and reduction in social interactions emerge as critical factors that have contributed to a range of adverse psychological consequences. It is concluded that these findings highlight the urgency of developing effective strategies that aim to mitigate such impacts, involving the active collaboration of parents, psychology professionals and the community in general. The implementation of integrated and adaptive

approaches is essential to support children's mental health during this challenging period, emphasizing the importance of collective and multidisciplinary support.

KEYWORDS: Covid-19 Pandemic; Social distancing; Mental health; Children; Psychology.

INTRODUÇÃO

O mundo vivenciou um momento atípico, marcado por inúmeras perdas e danos que acometeram a nossa sociedade através de um vírus, que se alastrou e além de trazer ameaça a vida, ameaçou também a saúde física e emocional de grande parte da sociedade (Brasil, 2020). Interferências no convívio social, nas interações com o meio, foram necessárias, tornando-nos ainda mais vulneráveis e suscetíveis à contaminação, apontando assim para a interrupção do contato físico e da interação social, levando-nos a depararmos com os impactos deste evento e as consequências que acarretaram o processo (Brasil, 2020).

Ao final de dezembro de 2019, surgiu o vírus denominado (SARS-CoV-2), caracterizado como uma doença infecto contagiosa causada pelo coronavírus (Moraes et al., 2021). No dia 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde classificou a disseminação da Covid-19 como uma emergência de saúde pública de interesse internacional. Em 11 de março de 2020, a situação no Brasil foi elevada ao status de pandemia. Identificada como um vírus de alta transmissibilidade, a Covid-19 se propaga predominantemente por meio do contato com gotículas respiratórias contaminadas. Estas gotículas, liberadas no ambiente quando pessoas infectadas falam, tosse ou espirram, podem contaminar superfícies e objetos onde o vírus pode permanecer ativo por até 72 horas. Além disso, evidências sugerem que a transmissão também pode ocorrer através da via fecal-oral. Este conjunto de informações destaca a complexidade e os desafios enfrentados no controle da propagação do vírus (Aquino, et al., 2020).

Desse modo, muitos países, incluindo o Brasil implementaram uma série de intervenções, dentre elas, o isolamento de casos suspeitos e o distanciamento social, o uso de máscara, álcool gel e fechamento de serviços não essenciais (Marques et al., 2020). O mundo então vivenciou mudanças precisas e rigorosas, para conter a propagação do vírus e óbitos, o que gerou consequências físicas e psicológicas para o ser humano, levando-nos a pensar de um ponto de vista mais sensível, para as crianças que apresentavam um índice menor de contaminação (Linhares e Enumo, 2020).

O Conselho Nacional de Saúde (CNS) na sua recomendação nº 036, de 11 de maio de 2020, após a declaração da emergência em saúde pública de importância internacional da Organização Mundial da Saúde (OMS), reforçou a necessidade de medidas com vistas a garantir as condições sanitárias e de proteção social, medidas essas que incluíam a proibição de aglomerações de pessoas a fim também de evitar um colapso no sistema de saúde (Brasil, 2020).

Dentre as principais medidas, o distanciamento social fora uma das principais, que na visão de Aquino et al., (2020) envolvem medidas de controle preventivo, com o objetivo de reduzir as interações em uma comunidade, entre pessoas e/ou grupos, sendo particularmente útil em contextos com transmissão comunitária, medida esta que ficou reconhecida também no inglês como *Lockdown*, e adotada por muitos países, sendo o distanciamento social uma forma de contenção e intervenção rigorosa aplicada a uma comunidade, cidade ou região, caracterizado pela proibição de que as pessoas saiam de seus domicílios, idealizando a redução urgente e de certo modo efetiva do contato social.

À vista disso, é sabido da importância da interação social, do contato físico com as pessoas para nosso desenvolvimento, assim Rabello e Passos (2010), reforçam que o meio é um fator de máxima importância para o desenvolvimento humano, pois é pela interação social que aprendemos e nós desenvolvemos, criamos novas formas de agir no mundo. Dessa forma é compreendido que à pandemia da Covid-19, marcada pelo distanciamento das pessoas, com o meio cultural, social, o distanciamento das interações e das práticas comuns no dia a dia, podem alterar o curso do desenvolvimento humano, trazendo efeitos históricos profundos em todas as sociedades (Leão, Souza e Castro, 2015).

Entretanto com essa mudança drástica nas rotinas, causada pelo vírus, e sem a certeza de uma vacinação 100% efetiva, evidentemente toda população em especial as crianças e adolescentes sofreram alterações em seu convívio social, uma vez que as escolas foram fechadas, obrigando esse público a ficarem em suas residências suscetíveis a repercussões psicossociais devido a criticidade da pandemia (Marin et al., 2020).

Assim, torna-se essencial aprofundar o entendimento sobre o desenvolvimento psicossocial de crianças e adolescentes, considerando que as interações sociais desempenham um papel crucial nesse processo. É por meio do engajamento com o ambiente, com outras crianças e com adultos, que se desenvolvem as habilidades sociais indispensáveis à formação da personalidade, além do crescimento físico e mental. Essas dinâmicas são fundamentais para o desenvolvimento integral do ser humano, conforme destacado por Alves (2017).

Neste estudo, buscou-se investigar os potenciais efeitos na saúde mental infantil desencadeados pelo período mais crítico da pandemia de Covid-19. Com essa análise, almeja-se enriquecer a compreensão e o reconhecimento, em âmbito social, dos desafios psicológicos enfrentados por crianças durante a pandemia, contribuindo assim para um maior entendimento dessas repercussões.

METODOLOGIA

Este estudo foi concebido como uma pesquisa básica e bibliográfica, fundamentada em uma análise detalhada da literatura existente. Segundo Galvão e Ricarte (2019), este método é definido por um termo abrangente que engloba publicações científicas dedicadas a fornecer uma revisão extensiva sobre tópicos específicos. Este processo envolve a compilação, avaliação e síntese de trabalhos publicados para oferecer insights profundos e atualizados sobre a matéria em estudo.

Esta pesquisa adotou uma abordagem qualitativa e exploratória, conforme descrito por Medeiros (2012), este método se caracteriza pela geração de resultados que não derivam de técnicas quantitativas, visando, sobretudo, explorar e responder a questões ou problemas de pesquisa previamente estabelecidos. O principal objetivo é aprofundar o entendimento sobre o tema em questão, possibilitando a formulação de hipóteses, bem como o refinamento de conceitos ou o surgimento de insights intuitivos, de acordo com a perspectiva de Gil (2018). Tal abordagem permite uma imersão mais significativa no assunto, promovendo uma análise detalhada que contribui para a evolução do conhecimento na área investigada.

O processo de busca bibliográfica foi realizado através das bases de dados, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Eletrônica Library Online (SciELO) e Biblioteca virtual da saúde (BVS), dessas bases, foram analisados artigos completos de acessos gratuitos com publicações entre os anos de 2020 e 2022. As bases de dados escolhidas contemplaram os principais periódicos que publicaram sobre o tema, fazendo uso de descritores como, saúde mental, criança, covid-19, distanciamento social, pandemia e psicologia.

Para a seleção dos materiais, este estudo selecionou para análise apenas artigos completos que exploraram de forma abrangente o tema investigado, incluindo o contexto histórico e a definição do desenvolvimento psicossocial, bem como as implicações da pandemia e da Covid-19. Priorizou-se artigos publicados nos anos de 2020 e 2022, com especial atenção àqueles redigidos em português ou espanhol, e que estivessem estritamente relacionados ao campo das ciências da saúde. Como critérios de exclusão, artigos incompletos, publicações que, apesar de relacionadas ao tema, não oferecem uma contribuição direta à questão central do desenvolvimento psicossocial no contexto da pandemia de Covid-19, artigos publicados em idiomas diferentes do português e do espanhol, para manter o foco na acessibilidade linguística especificada, e materiais que, embora estejam dentro da área das ciências da saúde, focam em especialidades distantes do escopo deste estudo.

Os delineamentos dessa pesquisa foram feitos a partir de leituras seletivas, onde se avaliou a princípio títulos e resumos. Tendo como objetivo, a sustentação de uma pesquisa com levantamentos precisos sobre os impactos do distanciamento social e da Covid-19 para saúde mental das crianças.

Sendo assim, como método de análise de dados utilizamos a teoria de Bardin (2011) onde a análise tem papel importante na construção de uma pesquisa, como objetivo primordial compreender criticamente o sentido do que foi indagado, pois possibilita um desvendar crítico, uma boa descrição de conteúdo e melhor seleção de material, aperfeiçoando desse modo a obra analisada (Souza e Santos, 2020).

O desenvolvimento da pesquisa ocorreu por meio de três fases, iniciando com uma etapa exploratória que incluiu a definição precisa do problema em estudo. Seguiu-se a fase de coleta de dados, na qual foram reunidas informações pertinentes para responder à problemática identificada. A etapa final consistiu na análise e interpretação dos dados obtidos (Bardin, 2016). No decorrer da análise de dados, empregou-se o método categorial, conforme proposto por Bardin (2016), que envolve a decomposição do texto em unidades e categorias para um posterior reagrupamento analítico. Esse processo foi estruturado em etapas distintas: pré-análise, exploração do material, tratamento dos dados, e finalmente, interpretação, conforme detalhado por Souza Júnior et al. (2010). Este método possibilitou uma organização categorizada e uma compreensão mais aprofundada dos dados coletados.

RESULTADO/DISCUSSÃO

Durante a realização desta pesquisa, constatou-se que a maioria dos estudos publicados sobre as repercussões do distanciamento social em crianças originou-se de revisões bibliográficas e de pesquisas realizadas com os pais por meio de questionários aplicados em diversos países. Tal metodologia foi adotada porque, no auge da pandemia, não se mostrou viável conduzir análises presenciais dos efeitos em questão (Cacchiarelli San Román, Eymann e Ferraris, 2021).

Os resultados da pesquisa revelaram-se fenômenos importantes, agrupando-se em três categorias principais que delineiam o escopo da repercussão da pandemia na esfera infantil. A primeira categoria, “Impactos Psicológicos Observados Diante do Distanciamento Social”, concentra-se nas alterações comportamentais e emocionais nas crianças, como aumento da ansiedade, solidão e estresse, desencadeados pelo distanciamento prolongado. A segunda, “Distanciamento Social e Saúde Mental Infantil”, explora a correlação entre o distanciamento social e o surgimento ou agravamento de problemas psicológicos em crianças, evidenciando a necessidade de atenção especializada para este grupo. Por fim, a categoria “Possíveis Contribuições da Psicologia no Cuidado à Saúde Mental Infantil” destaca as estratégias e intervenções psicológicas que podem ser implementadas para mitigar os efeitos adversos do distanciamento social, enfatizando a importância de um suporte proativo e adaptativo à saúde mental das crianças neste contexto desafiador. Juntas, essas categorias fornecem uma compreensão abrangente dos desafios enfrentados e das possíveis soluções para preservar o bem-estar psicológico infantil diante da pandemia.

Impactos Psicológicos observados diante do distanciamento social

Segundo Cavieres-Higuera, Messias e Baldan (2021), o distanciamento imposto pela pandemia resultou em uma significativa alteração na rotina diária das crianças, potencialmente desencadeando uma série de reações emocionais adversas. Entre elas, destacam-se sentimentos de confusão e irritabilidade, além de um aumento na tendência ao comportamento opositor, incluindo desafios às regras e limites estabelecidos.

As mudanças que se apresentaram durante esse período, como o fechamento das escolas, o tempo da criança em confinamento, problemas financeiros e de saúde da família, a necessidade de se enquadrar a novos costumes, os transtornos psicológicos já existentes, levaram as crianças a se tornarem ainda mais suscetíveis aos impactos negativos durante essa fase, encaminhando para sofrimentos internos e alterações no comportamento (Sá e Farias, 2021).

Ainda de acordo com Sá e Farias (2021), o público infantil apesar de serem menos afetados pela contaminação viral, elas são mais propensas a desencadear transtornos psicológicos advindos do distanciamento social. Fatores psicossociais discutidos por Silva et al., (2021) como, crianças que foram isoladas sem a presença dos pais, tendem a se sentirem sozinhas ou abandonadas, a ausência da escola, interfere na forma como elas expressam o afeto, e as fazem sentir-se mais dependentes física e emocionalmente dos pais, o acesso excessivo a tecnologia digital, conseqüentemente causou, transtorno de relacionamento, menor interação social na vida real, disfunções no humor e no sono, crianças que já possuíam algum transtorno também tiveram sua sintomatologia agravada.

Reforçando os dados obtidos, é sabido que a pandemia gerou conseqüências significativas para a saúde mental das crianças. Rodrigues e Lins (2020) destacam que, um dos fatores que mais afetaram a saúde mental infantil se dá ao fato das crianças não conseguirem expressar o que sentem e os adultos não saberem lhe dá com emoções negativas, sensações de medo, irritabilidade e regressão, altos níveis de estresse, devido à necessidade de adaptação, assim como por conta da hospitalização devido contaminação, desenvolvendo também sofrimento psicológico pelas condições dos pais em relação a comportamento e crises financeiras como ressaltou outros autores supracitados (Rodrigues e Lins, 2020).

Distanciamento social e saúde mental infantil

Sabemos que saúde mental, não é apenas ausência de um transtorno, e sim a interação saudável e satisfatória entre os fatores psicológicos e sociais, quando nos deparamos com emoções negativas como as desencadeadas pela pandemia, automaticamente emoções positivas e importantes para o bem-estar psicológico são afetadas. Em uma experiência presencial ainda em contexto pandêmico relatada por Santos et al., (2020) foram observados, alterações de humor, irritabilidade, agressividade,

baixa tolerância a frustração, e aumento de conflitos familiares, sendo fatores como estes responsáveis pela sobrecarga física e emocional tanto para os cuidadores quanto para as crianças (Santos et al., 2020).

Outra contribuição muito evidenciada por Oliveira et al., (2022) que implicam diretamente a saúde mental infantil é a exposição à violência intrafamiliar, diversos estudos realizados em vários países, dentre eles no Brasil, apontaram, para o aumento exacerbado de violência contra a criança, marcados por maus tratos e negligências, seguido de uma queda de 54% das notificações, e quando a criança foi afastada da escola esses casos permaneceram não identificados ou não notificados, nos Estados Unidos, houve uma diminuição de 27%, tornando essas crianças ainda mais vulneráveis.

Atribuindo esses fatores a um impacto significativo a saúde mental, houve a necessidade de se implementar a Lei 14.022 de 07 de julho de 2020, que dispunha sobre medidas de enfrentamento a estas violências que afetaram diretamente as crianças (Brasil, 2020).

Fortalecendo estes estudos apresentados, Laguna et al., (2020), apontam que, as dificuldades que se apresentaram as crianças em idade escolar, podem ser um dos grandes desencadeadores de implicações psicológicas, gerando grandes riscos à saúde mental, sobretudo crianças de 0 a 06 anos, visto que é nesta fase que elas desenvolvem as habilidades de interação e interpretação, ademais, percebe-se que é neste momento que os pais atuam como modelo e reguladores a fim de lhe dá com ambientes estressores, baseando sua parentalidade na afetividade, e na comunicação assertiva, uma vez que o distanciamento oferece perdas dos modelos externos do contexto social, e reforça: Além das consequências psicológicas, o distanciamento físico priva as crianças da importante socialização com os pares, aprendizados consideráveis para o desenvolvimento humano, como: experiências lúdicas partilhadas, comunicação, cooperação, convivência com as diferenças, enfrentamento e compartilhamento de decisões, solução de conflitos (Laguna, et al., 2020).

Diante disso, entendemos que durante e depois do distanciamento, crianças e adolescentes ficaram mais propensos a desenvolver depressão e ansiedade, devido ao sentimento de solidão que vivenciaram, assim como, por conta das agressões físicas e psicológicas sofridas neste período, gerando pensamentos mais negativos e conflituosos, podendo levar a quadros mais graves como depressão, influenciando na maneira como lida com suas emoções, o autor destaca, “a saúde mental representa uma das esferas mais abaladas durante a pandemia ao se analisar o impacto nas crianças” (Cunha, et al. 2021).

Outro estudo realizado por Santos e Silva (2021) no Brasil, reforça a repercussão da pandemia para saúde mental de nossas crianças, neste, as autoras identificaram, que dos 26 cuidadores e profissionais de saúde entrevistados e as 161 respostas que compôs o estudo, 26% das crianças apresentaram nervosismo durante o distanciamento social, 24% perceberam níveis mais elevados de ansiedade, 43% apresentaram falta de atenção, 18% dificuldade na fala e 13% dificuldade na memória.

Em relação à demanda de afeto a pesquisa constatou 86% das crianças demandaram mais durante o período de distanciamento social. Assim, percebemos que o distanciamento social apresentou impactos, sobretudo negativos para a saúde mental das crianças, pois, é através das interações sociais que as crianças desenvolvem suas funções psicológicas como, por exemplo, o desenvolvimento das emoções e a construção da consciência, além disso, sabemos que o ambiente é um fator de extrema importância para o desenvolvimento infantil em todos os aspectos, e como aponta Vygotsky (1896 - 1934), o desenvolvimento ocorre de fora para dentro, ou seja, por meio da interação entre ambiente e pessoa é possível um desenvolvimento de forma mais completa (Santos e Silva, 2021).

Possíveis contribuições da Psicologia no cuidado a saúde mental infantil

Sendo assim, é notável que todos esses aspectos citados ao longo deste estudo, contribuem para uma compreensão da saúde mental infantil frente à situação do distanciamento social, levando-nos a entender que todas as restrições vivenciadas geraram marcas que refletiram diretamente no comportamento e nas emoções, desencadeando transtornos de conduta, e sintomas psicológicos como medo ansiedade e depressão, tendo a família como agente determinante para desencadeamento destes sintomas, visto que estas famílias também vivenciaram um período estressante com a mudança drástica da rotina familiar (Marinho et al., 2022).

Assim, a escuta e o acolhimento podem ajudar as crianças a entenderem que existem momentos que envolvem sofrimento, fazendo com que esta escuta os ajude a elaborar os sofrimentos psíquicos, assim como, auxiliar os adultos para que possam expressar e gerenciar suas emoções, para conseguirem validar e enfrentar os impactos psicossociais que se apresentarão em longo prazo na saúde mental infantil (FIOCRUZ, 2020). Frisando Amatuzzi (2008), “ouvir é entrar em contato com o que a pessoa diz, pois a fala do significado a nossas experiências e nos aproxima delas, nem só as pessoas falam, os eventos do mundo também nos falam” (Amatuzzi, 2008).

Santos et al., (2020) sugerem, estratégias de enfrentamento que visem check-ups de saúde mental, intervenções comportamentais focadas em curto prazo, criações de redes de acolhimento, que visem o público com demanda notavelmente derivada do contexto pandêmico, políticas públicas e práticas inclusivas que sejam acessíveis, adequação da linguagem verbal e não verbal direcionando para uma comunicação afetiva que também busque reforçar os laços familiares.

Os autores Souza, Soares e Santos (2022), ressaltam que, apesar do público infantil não manifestarem graves sintomas clínicos, ainda assim os impactos psicológicos serão de grande magnitude, para manejo disso sugerem a necessidade de os governos repensarem o papel e apoio que as escolas, por exemplo, podem oferecer a este público, transformando-a em um espaço que garanta um apoio psicossocial, priorizando um atendimento psicológico especializado nas escolas.

Os profissionais de psicologia poderão se utilizar das políticas públicas já existentes e dos serviços como os Centros de Atenção Psicossocial Infantil (CAPSi) em algumas regiões do Brasil, para que possam incluir em sua dinâmica o atendimento a crianças e famílias que sofreram e sofrem afetadas pela pandemia e fatores decorrentes dela (Souza, Soares e Santos, 2021).

Por fim, percebe-se a necessidade dos profissionais de saúde mental, fazerem uma busca ativa de crianças com sua saúde mental fragilizada em detrimento do distanciamento social vivenciado, a importância de intervenções comportamentais, a compreensão das famílias e dos profissionais a cerca desses indicadores de danos psicológicos, orientações psicológicas, aos pais, cuidadores e educadores, em resposta aos males causados pela Covid-19 (Silva, et al. 2021). Além disso, torna-se necessário a ampliação de pesquisas e/ou atendimentos especializados que contribuam para o entendimento desses impactos, muitos deles ainda desconhecidos, para que possam ser sugeridas e aplicadas técnicas psicológicas, que visem minimizar os impactos causados pela pandemia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

À medida que refletimos sobre os efeitos da pandemia na infância, é crucial reconhecer a complexa interseção entre saúde mental e distanciamento social como um campo de desafios e aprendizados significativos. A experiência coletiva do distanciamento trouxe à tona a importância vital do suporte psicológico e emocional às crianças, que enfrentaram não apenas a interrupção de suas rotinas, mas também o impacto profundo em seu desenvolvimento psicossocial. A pandemia ressaltou a necessidade de estratégias resilientes e adaptativas para o cuidado da saúde mental infantil, enfatizando o papel essencial de famílias, educadores e profissionais da saúde na mitigação desses efeitos adversos. À medida que avançamos, torna-se imperativo integrar as lições aprendidas durante esse período em práticas e políticas que fortaleçam o bem-estar psicológico das crianças, garantindo-lhes um futuro mais resiliente e emocionalmente saudável.

Ainda que as consequências da pandemia estejam sendo observadas, o presente estudo apresentou limitações quanto a pesquisas de dados científicos observáveis de modo satisfatório e técnicas utilizadas na psicologia para trabalhar com este público. Os estudos que compõem esta pesquisa em sua grande maioria foram estudos de revisão de literatura e relatos de experiências, provavelmente pelo fato de grande parte das pesquisas terem sido realizadas ainda no período de restrições sociais.

Observou-se que devido à situação atípica da pandemia como as mudanças necessárias, sintomas como medo ou receio ao contato social, ansiedade, estresse e uma diversidade de alterações comportamentais acabaram por agravar a saúde psicológica infantil, no Brasil e no mundo. Entretanto, nota-se que a pandemia da Covid-19 associada ao distanciamento social afetou de forma negativa em grande parte do público infantil,

apontando para a necessidade de se pensar estratégias que amenizem os impactos psicológicos onde envolva a participação dos pais e dos profissionais de psicologia, e comunidade em geral, bem como se torna indispensável o apoio psicológico também para esses cuidadores que ainda não dispõe de mecanismos necessários para o enfrentamento dessas consequências.

REFERÊNCIAS

AMATUZZI, M. M. **Por uma psicologia humana** / Mauro Martins. AmatuZZi. -- Campinas, SP: Editora Alinea, 2008. 2a edição. 1. Psicologia humanista I.

ALVES, M. A. D. **A importância das interações sociais no desenvolvimento das competências sociais**. 2017.

AQUINO, E. M. L. et al. **Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, p. 2423-2446, 2020.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BOCK, Ana M.; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, M. L. T. **A psicologia e as psicologias**. *Psicologias: uma introdução ao estudo de Psicologia*, v. 13, p. 297-300, 1999.

BRASIL. **Recomendação nº 036, de 11 de maio de 2020**. Conselho nacional de saúde, 2020.

BRASIL. **Lei nº 14.022, de 7 de julho de 2020**. Conselho nacional de saúde, 2020.

BEE, Helen. **A criança em desenvolvimento** / Helen Bee, Denise Boyd. tradução Cristina Monteiro; revisão técnica: Antonio Carlos Amador Pereira. – 12. Ed. - Porto Alegre: Artmed, 2011.

CACCHIARELLI SAN ROMÁN, N.; EYMANN, A.; FERRARIS, J. R. **Impacto presente y consecuencias futuras de la pandemia en la salud de niños, niñas y adolescentes**. *Arch. argent. pediatr*, p. e594-e599, 2021.

CEVALLOS-ROBALINO, D.; REYES-MORALES, N.; RUBIO-NEIRA, M. **Evolución e impacto de la infodemia en la población infantil en tiempos de COVID19**. *Revista Panamericana de Salud Pública*, v. 45, p. e38, 2021.

CAVIERES-HIGUERA, H.; MESSIAS, J. C. C.; BALDAN, L. **Imagens estereotípicas de família e casal no contexto da pandemia da Covid-19**. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 13, n. 2, p. 181-195, 2021.

CUNHA, D. B. A. et al. **O impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental e física de crianças e adolescentes: uma revisão narrativa**. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 13, n. 7, p. e8484-e8484, 2021.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2018, Cap 4.

GALVÃO, I. **Henri Wallon: Uma concepção dialética do desenvolvimento infantil**. Ed. 23. – Pretópolis, RJ: Vozes, 2014, Cap 3.

- GALVÃO, M. C. B.; RICARTE, I. L. M. **Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação.** *Logeion: Filosofia da informação*, v. 6, n. 1, p. 57-73, 2019.
- LAGUNA, T. F. S. et al. **Educação remota: desafios de pais ensinantes na pandemia.** *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 21, p. 393-401, 2021.
- LEÃO, M. A. B. G.; SOUZA, Z. R.; CASTRO, M. A. C. D. **Desenvolvimento humano e teoria bioecológica: ensaio sobre "O contador de histórias".** *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 19, p. 341-348, 2015.
- LINHARES, M. B. M.; ENUMO, S. R. F. **Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil.** *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, 2020.
- LUCAS, L. S. et al. **Impactos da pandemia de Covid-19 na saúde mental de crianças e adolescentes: orientações o departamento de psiquiatria da infância e adolescência da Associação Brasileira de Psiquiatria.** *Debates em Psiquiatria*, v. 10, n. 2, p. 74-77, 2020.
- MARIN, A. et al. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: crianças na pandemia COVID-19.** Rio de Janeiro: Fiocruz/CEPEDES, 2020. 20 p.
- MARINHO, N. S. A. et al. **Impactos psicossociais da pandemia do COVID-19 em crianças.** *Research, Society and Development*, v. 11, n. 4, p. e16511427201e16511427201, 2022.
- MEIRELLES, A. F. V. et al. **COVID-19 e Saúde da Criança e do Adolescente.** FIOCRUZ. Rio de Janeiro, 2020.
- MARTORELL, G. **O desenvolvimento da criança: do nascimento à adolescência** / Gabriela Martorell: tradução: Daniel Bueno, Régis Pizzato: revisão técnica: Sílvia H. Koller. – Porto Alegre: AMG, 2014, Cap. 1 e 7.
- 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.** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, p. e00074420, 2020 Cartilha.
- MEDEIROS, M. **Pesquisas de abordagem qualitativa.** *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 14, n. 2, p. 224-9, 2012.
- MELO, B. D. et al. **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: recomendações aos psicólogos para o atendimento online.** Rio de Janeiro: Fiocruz/CEPEDES, 2020. 14 p. Cartilha.
- MORAIS, A. C.; MIRANDA, F. J. O. **Repercussões da pandemia na saúde das crianças brasileiras para além da Covid-19.** *Revista de Saúde Coletiva*, v. 31, 2021.
- RABELLO, E. T.; PASSOS, J. S. **Vygotsky e o desenvolvimento humano.** *Portal Brasileiro de Análise Transacional*, p. 1-10, 2010.
- SANTOS, A. D.; SILVA, J. K. **O impacto do isolamento social no desenvolvimento cognitivo e comportamental infantil.** *Research, Society and Development*, v. 10, n. 9, p. e36110918218-e36110918218, 2021.

SOUSA, J. R.; SANTOS, S. C. M. **Análise de conteúdo em pesquisa qualitativa: modo de pensar e de fazer.** Pesquisa e Debate em Educação, v. 10, n. 2, p. 1396-1416, 2020.

SOUZA, E. V. S.; SOARES, F. M.; SANTOS, J. N. **Vulnerabilidade Social em Periferias: A importância da Assistência Psicossocial Pós-Pandemia.** Objetivos de desenvolvimento sustentável em tempos de pandemia desejamos um mundo melhor para 2030. 1. ed. - Curitiba: Appris, 2022.

SOUZA JÚNIOR, M. B. M.; MELO, M. S. T.; SANTIAGO, M. E. **A análise de conteúdo como forma de tratamento dos dados numa pesquisa qualitativa em Educação Física escolar.** Movimento (ESEFID/UFRGS), v. 16, n. 3, p. 29-47, 2010.

SILVA, W. C. et al. **Explorando os impactos na saúde mental de crianças durante a pandemia de covid-19.** International Journal of Development Research, v. 11, n. 04, p. 46248-46253, 2021.

SÁ, G. R.; FARIAS, H. P. S. **Os Impactos na Saúde Mental Infantil em Idade Escolar Durante a Pandemia COVID-19.** Epitaya E-books, v. 1, n. 9, p. 2845, 2021.

SANTOS RODRIGUES, J. V.; ALMEIDA LINS, A. C. A. **Possíveis impactos causados pela pandemia da COVID-19 na saúde mental de crianças e o papel dos pais neste cenário.** Research, Society and Development, v. 9, n. 8, p. e793986533e793986533, 2020.