

ANSIEDADE NOS ADOLESCENTES E COVID-19: IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL

¹Sara Nataly Cabral Silva; ²Rilauray Carla da Silva 1; ³Jéssica Aryele Oliveira de Santana;
⁴Giovana Leticia Ribeiro de Lima.

¹Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU;
²Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Maurício de Nassau - UNINASSAU;
³Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA; ⁴Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU.

Área temática: Temas transversais

Modalidade: Pôster simples

E-mail do autor: Saranataly00@gmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: A pandemia da COVID-19 modificou abruptamente a sociedade contemporânea e escancarou as fragilidades dos sistemas políticos e econômicos vigentes nos diversos países do mundo. A principal medida recomendada pelas autoridades sanitárias para conter a disseminação da pandemia foi o isolamento social. Com o avanço da COVID-19, as medidas de isolamento, fechamento de escolas, de universidades, de grande parte do comércio e a quarentena passaram a ser adotadas no Brasil a partir de meados do mês de março de 2020 impondo a todos uma grande mudança nos hábitos de vida. Dessa maneira, as aulas presenciais foram substituídas por aulas em meios digitais. Com isso, durante o distanciamento social os níveis de ansiedade, depressão e estresse aumentaram gerando um impacto psicológico negativo nos adolescentes. **OBJETIVO:** Apresentar as implicações que o contexto pandêmico trouxe no aumento da ansiedade nos adolescentes. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura de abordagem qualitativa. Foram utilizadas palavras-chaves “ansiedade em adolescentes” “COVID-19” “isolamento social”, utilizou-se a base de dados Google Acadêmico e Scielo. Com isso, foram encontrados 17 estudos. Após análise do material encontrado, 8 artigos foram selecionados para fazer parte da revisão. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** As pesquisas mostram o aumento da ansiedade nos adolescentes com o isolamento social, o que pode gerar graves prejuízos para o desenvolvimento cognitivo desse grupo. Um estudo recente avaliou 1.036 crianças e adolescentes em quarentena na China em uma faixa etária de 6 a 15 anos, dos quais 112,196 e 68 apresentaram depressão, ansiedade e ambos, respectivamente. **CONCLUSÃO:** O distanciamento social ocasionou um alargamento no número de transtornos mentais vividos pelos adolescentes. Consequentemente, os adolescentes podem ter o desenvolvimento cognitivo e social prejudicados por esses eventos estressores. Em vista disso, é de fundamental importância que este grupo tenha apoio psicológico para evitar maiores danos à sua saúde mental.

Palavras-chave: (Ansiedade em adolescentes); (COVID-19); (Isolamento social).

1 INTRODUÇÃO

A adolescência pode ser entendida como a fase de desenvolvimento que ocorre entre a infância e a vida adulta (CARTER; MCGOLDRICK, 2001). Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2018), a adolescência é considerada um período suscetível para o surgimento de condições de saúde mental e a detecção precoce é entendida como importante. A promoção do bem-estar psicológico e a proteção contra experiências adversas e fatores de risco são essenciais também para o desenvolvimento de um adulto saudável, já que as mudanças que acontecem nessa fase da vida, podem deixar essa parcela da população mais passível ao desenvolvimento de sofrimento psíquico (ALMEIDA et al., 2019; OPAS, 2018; PAPALIA, FELDMAN, 2013).

A pandemia da COVID-19 modificou abruptamente a sociedade contemporânea e escancarou as fragilidades dos sistemas políticos e econômicos vigentes nos diversos países do mundo. A principal medida amplamente adotada no mundo e recomendada pelas autoridades sanitárias para conter a disseminação da pandemia foi o isolamento/distanciamento social (SPÓSITO; GUIMARÃES, 2020; SANTOS, BRANDÃO, ARAUJO, 2020).

Com o avanço da COVID-19, as medidas de isolamento, fechamento de escolas, de universidades, de grande parte do comércio e a quarentena passaram a ser adotadas no Brasil a partir de meados do mês de março de 2020 impondo a todos uma grande mudança nos hábitos de vida. As aulas presenciais foram substituídas por aulas em meios digitais após a publicação feita pelo Ministério da Educação da Portaria nº 343, de 17 de março de 2020 (BRASIL, 2020).

Com isso, o método mais eficaz, disponível até o momento, para o controle da doença - o distanciamento social - traz consequências à saúde mental da população como: estresse pós-traumático, confusão, raiva, medo de infecção, frustração, tédio, suprimentos inadequados, informações inadequadas, perda financeira e estigma que podem ser maiores que o número de mortes (BROOKS et al., 2020)

Dessa maneira, durante o confinamento da quarentena os níveis de ansiedade, depressão e estresse aumentaram gerando um impacto psicológico negativo nos estudantes (MAIA E DIAS, 2020). Na adolescência, o medo é direcionado a ameaças ou perigos subjetivos atribuídos à chamada crise de identidade. Tratando-se da ansiedade, nessa fase de desenvolvimento, a mesma está ligada ao nível de desempenho e realização de tarefas, tendo como manifestações fisiológicas a agitação, hiperatividade e movimentos precipitados, além de manifestações cognitivas que incidem

na atenção e na vigilância redobrada, fora os chamando pensamentos intrusivos. Sua intensidade pode variar de níveis imperceptíveis até mesmo a níveis muitos elevados (BATISTA E OLIVEIRA, 2005).

Além disso, as medidas de isolamento social vêm impactando um espectro maior da população, sendo os adolescentes especialmente vulneráveis ao adoecimento mental neste contexto, devido à importância dos pares e do convívio em grupo para essa faixa etária (BOHOSLAVSKY, 2007; BOWEN; WALKER, 2005; LEVY, 2013). Dessa forma, o presente estudo visa apresentar as implicações que o contexto pandêmico trouxe no aumento da ansiedade nos adolescentes.

2 MÉTODO

Trata-se de uma revisão de literatura de abordagem qualitativa, que visa relatar os entraves que o isolamento social da COVID-19 tem causado na vida dos adolescentes brasileiros e o aumento da ansiedade. Nesse viés, as pesquisas por artigos ocorreram no período de junho a agosto de 2022, e os descritores aplicados foram: ansiedade nos adolescentes, COVID-19 e isolamento social. Utilizou-se como fonte de bases de dados artigos científicos atuais disponíveis no Google Acadêmico e Scielo. Ademais, foram determinados os seguintes critérios: (a) publicados nos anos de 2020 a 2022, (b) os que abordassem o impacto do isolamento social, (c) relatassem o aumento da ansiedade nos adolescentes. Foram encontrados 17 artigos de acordo com os objetivos do trabalho, e após análise do material encontrado, 8 artigos foram selecionados para fazer parte desta revisão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como um grupo especialmente sensível, os adolescentes são particularmente dignos de atenção, principalmente porque, diante da exposição a eventos estressantes, eles têm grande possibilidade de desenvolver sintomas de ansiedade e depressão (Qi, 2020) apud REGO E MAIA, 2021). Segundo uma pesquisa conduzida pela UNICEF em conjunto com a Gallup (parte dessa pesquisa foi apresentada no relatório da Situação Mundial da Infância 2021) obteve-se, como resultado, que em média um a cada cinco adolescentes e jovens entre 15 a 24 anos (que foram entrevistados) na maioria das vezes, se sente deprimido ou tem pouco interesse em fazer coisas, explicitando a necessidade de uma maior atenção à saúde mental dessa faixa etária devido a todo o impacto causado pela pandemia.

Ainda que crianças e adolescentes tenham experimentado uma ruptura de suas rotinas por conta do fechamento das escolas e a ausência de atividades ao ar livre, eles podem não estar completamente isolados. Neste caso, alguns jovens podem não necessariamente terem experimentado um sentimento evidente de solidão, pois podem ter compensado isso passando mais tempo com seus familiares e aumentado o tempo gasto com as mídias sociais e a internet (GUESSOUMET al., 2020; KELES et al., 2020).

Entretanto, no contexto da pandemia de COVID-19 e em especial, se tratando da realidade brasileira que o atual contexto trouxe (desemprego, inflação, preocupação com a renda), a maioria dos pais teve que reorganizar suas vidas para lidar com o trabalho em casa, além da gestão dos filhos. Como resultado, toda essa sobrecarga repentina tem colocado os pais sob condições super estressantes e aumentando potencialmente o risco de seus filhos enfrentarem problemas emocionais e comportamentais (CRESCENTINI et al., 2020). Segundo Hoof (2020), o lockdown é o maior experimento psicológico do mundo.

Em se tratando da saúde mental de adolescentes, durante esse período, tem-se que o estresse pós-traumático, transtornos como depressão e ansiedade são diretos impactos potenciais de desastres na saúde mental do adolescente (KAR, BASTIA, 2006; YULE et al., 2000; BOLTON et al., 2000; KAR, 2019). Um estudo recente avaliou 1.036 crianças e adolescentes em quarentena na China em uma faixa etária de 6 a 15 anos, dos quais 112,196 e 68 apresentaram depressão, ansiedade e ambos, respectivamente (CHEN et al., 2020). Além disso, também se foi notificado na China que crianças e adolescentes de 3 a 18 anos apresentavam sintomas de desatenção, apego, preocupação e irritabilidade durante esta pandemia (JIAO et al., 2020).

Em consonância a isso, como a fase da adolescência é uma fase de potencial desenvolvimento cognitivo e de melhoramento das conexões neuronais, passar por estressores, como os causados pela pandemia, pode ser completamente prejudicial em relação a questão da fisiologia do cérebro já que a ocorrência de desafios estressantes em momentos de períodos críticos podem ocasionar efeitos fisiológicos de curto e longo prazo (DANESE et al., 2009; GUNNAR e QUEVEDO, 2007) além de danos cognitivos e comportamentais (DANESE et al., 2009; IBI et al., 2008; NUGENT et al., 2011). Regiões como a amígdala, hipocampo e córtex pré-frontal (associadas à resposta de estímulos ambientais, como o estresse, por exemplo) podem, em alguns casos, modificar os padrões de respostas das células gliais além do metabolismo das monoaminas,

ocasionando a morte celular e/ou distúrbios na saúde mental (CALCIA et al., 2016; DANESE et al., 2009) trazendo uma alerta para os profissionais em saúde mental em se ater em como os efeitos do período pandêmico e pós pandêmico vão incidir sobre a população mais jovem.

4 CONCLUSÃO

Após a exposição desse estudo, é notória a relação entre os impactos do isolamento social e a ansiedade em adolescentes. Através das pesquisas apresentadas percebe-se que o distanciamento social ocasionou um alargamento no número de transtornos mentais vividos pelos adolescentes. Consequentemente, os adolescentes podem ter o desenvolvimento cognitivo e social prejudicados por esses eventos estressores. Em vista disso, é de fundamental importância que este grupo tenha apoio psicológico para evitar maiores danos à sua saúde mental.

REFERÊNCIAS

BINOTTO, Bruna Taís; GOULART, C. M. T; PUREZA, J. D. R. PANDEMIA DA COVID-19: indicadores do impacto na saúde mental de adolescentes. **Revista Psicologia e Saúde em Debate**, Brasil, v. 7, n. 2, p. 195-213, out./2021. Disponível em: <http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/782>. Acesso em: 28 ago. 2022.

FIGUEIREDO, C. S. D. *et al.* COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. **Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry**, Brasil, v. 106, n. 2, p. 1-8, dez./2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0278584620304875>. Acesso em: 28 ago. 2022.

GARCIA, R. M. R; PAULA, R. D. A. B. D; BRITO, C. A. F. Percepção de discentes sobre o impacto da pandemia de COVID-19 nas atividades do Mestrado Profissional em Ensino em Saúde. **Devir Educação**, Minas Gerais, v. 1, n. 1, p. 10-28, set./2021. Disponível em: <http://devireducacao.ded.ufla.br/index.php/DEVIR/article/view/349/242>. Acesso em: 28 ago. 2022.

GOMES, A. D. *et al.* Emoções manifestas por adolescentes escolares na pandemia COVID-19. **Research, Society and Development**, São Paulo, v. 10, n. 3, p. 1-6, mar./2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/13179/12136>. Acesso em: 28 ago. 2022.

GUESSOUM, S. B. *et al.* Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. **Psychiatry Research**, França, v. 291, n. 1, p. 1-6, jun./2022. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120318382>. Acesso em: 28 ago. 2022.

MILIAUSKAS, Claudia Reis; FAUS, Daniela Porto. Saúde mental de adolescentes em tempos de Covid-19: desafios e possibilidades de enfrentamento. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 4, p. 1-8, dez./2021.

OLIVEIRA, T. A. D; OLIVEIRA, A. A. D. A PERCEPÇÃO DA ANSIEDADE PELOS ADOLESCENTES. **VI Seminário Científico do UNIFACIG**, Brasil, nov./2020. Disponível em: <http://www.pensaracademico.facig.edu.br/index.php/semiarociencia/articulo/download/2231/1853>. Acesso em: 28 ago. 2022.

UNICEF. **Impacto da covid-19 na saúde mental de crianças, adolescentes e jovens é significativo, mas somente a 'ponta do iceberg' – UNICEF**. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/impacto-da-covid-19-na-saude-mental-de-criancas-adolescentes-e-jovens>. Acesso em: 28 ago. 2022.