

RIASE

REVISTA IBERO-AMERICANA DE SAÚDE E ENVELHECIMENTO
REVISTA IBERO-AMERICANA DE SALUD Y ENVEJECIMIENTO

**PANDEMIA POR COVID-19:
O IMPACTO DO DISTANCIAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL
DA CRIANÇA E ADOLESCENTE - REVISÃO INTEGRATIVA**

**PANDEMIC BY COVID-19:
THE IMPACT OF SOCIAL ISOLATION ON THE MENTAL HEALTH
OF CHILDREN AND ADOLESCENTS - INTEGRATIVE REVIEW**

**PANDEMIA POR COVID-19:
EL IMPACTO DEL DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN LA SALUD MENTAL
DE NIÑOS Y ADOLESCENTES - REVISIÓN INTEGRADORA**

Carla Sofia Trindade – Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital São Bernardo; Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal, Setúbal, Portugal.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9443-7902>

Rute Isabel Trigo – Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital São Bernardo, Setúbal. Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Beja, Beja, Portugal.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6731-0690>

Isabel Cristina Pena – Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital São Bernardo, Setúbal, Portugal.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9520-9568>

Ana Rita Gomes – Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital São Bernardo, Setúbal, Portugal.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0056-0935>

Inês Cristina Serôdio – Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital São Bernardo, Setúbal, Portugal.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0339-540X>

Francisco Manuel Vaz – Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital São Bernardo; Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal, Setúbal, Portugal.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9512-3545>

Autor Correspondente/Corresponding Author:

Carla Sofia Trindade – Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital São Bernardo, Setúbal, Portugal. carlatrindade4@gmail.com

Recebido/Received: 2021-04-21 Aceite/Accepted: 2021-08-05 Publicado/Published: 2022-01-17

DOI: [http://dx.doi.org/10.24902/r.riase.2021.7\(2\).488.252-277](http://dx.doi.org/10.24902/r.riase.2021.7(2).488.252-277)

©Autor(es) (ou seu(s) empregador(es)) e RIASE 2020. Reutilização permitida de acordo com CC BY-NC. Nenhuma reutilização comercial.
©Author(s) (or their employer(s)) and RIASE 2020. Re-use permitted under CC BY-NC. No commercial re-use.

RESUMO

Introdução: A COVID-19 foi declarada pela Organização Mundial da Saúde como pandemia e foram implementadas medidas para proteção da saúde e preparação da resposta dos sistemas de saúde. As medidas de distanciamento social, acarretaram efeitos colaterais com impacto na saúde mental da criança/adolescente pelo que se tornou importante compreender as reações e as necessidades desta população.

O objetivo foi identificar o impacto do distanciamento social na saúde mental da criança/adolescente durante a pandemia por COVID-19.

Metodologia: Estudo de revisão integrativa da literatura, através de pesquisa no agregador de base de dados EBSCOhost®, B-on e ResearchGate®, com os descritores de pesquisa selecionados, no período da segunda quinzena de março à primeira quinzena de abril de 2020 e posteriormente na primeira quinzena de maio de 2021, para responder à questão: Qual o impacto do distanciamento social na saúde mental da criança/adolescente durante a pandemia por COVID-19?

Resultados: Foram seguidos os passos do modelo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), atendendo aos critérios de inclusão. Após a análise dos artigos, selecionaram-se 12 para integrar a amostra.

Conclusão: Os resultados da revisão integrativa evidenciam repercussões na saúde mental. Foram descritas estratégias para minimizar as consequências, sendo as intervenções de enfermagem preponderantes na detecção de alterações na saúde mental e na implementação de estratégias para minorar estas perturbações.

Palavras-chave: Adolescente; Criança; Distanciamento Social; Pandemias; Saúde Mental.

ABSTRACT

Introduction: COVID-19 was declared a pandemic by the World Health Organization and measures were implemented to protect health and prepare for the response of health systems. Measures of social distancing measures had side effects with an impact on the mental health of the child/adolescent, so it became important to understand the reactions and needs of this population.

Our objective was to identify the impact of social isolation on the mental health of children/adolescents during the COVID-19 pandemic.

Methodology: Study of integrative literature review, through a search in the EBSCOhost®, B-on and ResearchGate® database aggregator, with the selected search descriptors, in the period from the second half of March to the first half of April 2020 and later in the first half of May 2021, to answer the question: What is the impact of social isolation on the mental health of children/adolescents during the COVID-19 pandemic?

Results: The steps of the PRISMA model (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) were followed, meeting the inclusion criteria. After analyzing the articles, 12 were selected to be part of the sample.

Conclusion: The results of the integrative review show repercussions on mental health. Strategies to minimize the consequences were described, with nursing interventions being predominant in detecting changes in mental health and implementing strategies to alleviate these disturbances.

Keywords: Adolescent; Child; Mental Health; Pandemics; Social Isolation.

RESUMEN

Introducción: El COVID-19 fue declarado pandemia por la Organización Mundial de la Salud y se implementaron medidas para proteger la salud y prepararse para la respuesta de los sistemas de salud. Las medidas de distanciamiento social tuvieron efectos secundarios con impacto en la salud mental del niño / adolescente, por lo que se volvió importante comprender las reacciones y necesidades de esta población.

Identificar el impacto del distanciamiento social en la salud mental de niños/adolescentes durante la pandemia de COVID-19.

Metodología: Estudio de revisión integradora de la literatura, mediante búsqueda en el agregador de bases de datos EBSCOhost®, B-on e ResearchGate®, con los descriptores de búsqueda seleccionados, en el período de la segunda quincena de marzo a la primera quincena de abril de 2020 y posteriormente en la primera quincena de mayo de 2021, para responder a la pregunta: ¿Cuál es el impacto del distanciamiento social en la salud mental de los niños/adolescentes durante la pandemia de COVID-19?

Resultados: Se siguieron los pasos del modelo PRISMA (Ítems Preferidos de Reporte para Revisiones Sistemáticas y Metanálisis), cumpliendo con los criterios de inclusión. Tras analizar los artículos, se seleccionaron 12 para formar parte de la muestra.

Conclusion: Los resultados de la revisión integradora muestran repercusiones en la salud mental. Se describieron estrategias para minimizar las consecuencias, predominando las intervenciones de enfermería en la detección de cambios en la salud mental y la implementación de estrategias para paliar estas alteraciones.

Descriptores: Adolescente; Distanciamiento Social; Niño; Pandemias; Salud Mental.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde atribuiu a designação de COVID-19 a uma doença infecciosa zoonótica, que surgiu inicialmente na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei. Na sequência do rápido contágio da COVID-19, a Organização Mundial da Saúde a 30 de janeiro de 2020 declarou emergência de saúde pública a nível internacional e pandemia a 11 de março de 2020. A COVID-19 tem origem no novo coronavírus SARS-CoV-2 (síndrome respiratória aguda grave – coronavírus 2), que é transmitido principalmente por contacto próximo com pessoas infetadas ou com superfícies ou objetos contaminados. Para abrandar a propagação desta pandemia foi necessária a adoção de medidas de proteção da saúde pública e diminuição dos riscos potenciais e efetivos⁽¹⁾.

Em Portugal foi considerada situação de calamidade pública e decretado estado de emergência nacional a 18 de março de 2020, o que se traduziu no início de medidas de quarentena e distanciamento social da população. Esta estratégia preventiva utilizada pelas autoridades de saúde visou quebrar as cadeias de transmissão e reduzir a disseminação da doença⁽²⁾. Atualmente reconhece-se o seu impacto disruptivo sobre a base das sociedades modernas na saúde, comunicação, relacionamentos interpessoais/familiares/sociais, mobilidade, trabalho e economia.

As pandemias afetam os indivíduos e, conseqüentemente têm um impacto na sociedade a vários níveis como evidencia o Modelo de Sistemas de Betty Neuman. Este defende que a pessoa está em constante interação com o ambiente e por isso fica sensível a fatores de stresse, os quais desencadeiam uma reação que se manifesta por vezes por sintomas de instabilidade ou doença⁽³⁾. As pessoas doentes, profissionais de saúde, cuidadores informais, crianças⁽⁴⁾ e grupos vulneráveis (idosos e mulheres)⁽⁵⁾, podem sentir um grande impacto na saúde com implicações na saúde mental individual e social⁽⁴⁾, além disto a combinação de famílias numerosas com constrangimentos financeiros e que vivem em condições de pobreza aumenta o risco de conflitos interpessoais⁽⁵⁾.

Num estudo realizado na Índia com o intuito de avaliar a ansiedade e a perceção da necessidade de apoio ao nível da saúde mental entre a população adulta durante a pandemia por COVID-19, verificou-se que os participantes sentiram necessidade de transmitir as suas preocupações relativas à pandemia, pois as oportunidades para abordar a temática eram limitadas devido ao distanciamento⁽⁶⁾. O facto de os meios de comunicação social estarem constantemente a abordar a temática desencadeou sentimentos de exaustão. Um outro aspeto evidenciado neste estudo foi a necessidade de ajuda manifestada pelos participantes para manter a sua saúde mental, verificando-se um aumento da procura destes cuidados⁽⁶⁾.

As preocupações com a saúde mental resultantes de uma pandemia já foram testemunhadas anteriormente e são efetivamente uma realidade. Neste contexto, dever-se-á ter em atenção as estratégias de mitigação, pois estas podem causar stresse e confusão entre as crianças, os pais e outros membros da família⁽⁷⁾. Um outro aspeto são os internamentos hospitalares que podem decorrer de uma pandemia, pois esta hospitalização envolve uma separação de pais e filhos, potenciando ainda mais o stresse na criança⁽⁷⁾.

Com a interrupção das atividades letivas a criança e o adolescente vivenciam alterações na sua rotina diária nomeadamente um maior distanciamento físico dos amigos e o confinamento no domicílio⁽⁸⁾. Ao permanecer no domicílio, a criança e o adolescente alteram a sua rotina de forma radical⁽⁷⁾, ficando mais expostas à comunicação social. Podem incorrer numa visualização constante de notícias sobre a pandemia, as quais por vezes alarmistas que suscitam dúvidas e questões acerca do que está a acontecer ao nível global, aumentando a sua vulnerabilidade e os sentimentos de ansiedade, stresse e tristeza⁽⁹⁾.

Perante esta realidade, torna-se fundamental identificar os efeitos decorrentes de uma pandemia na saúde mental da criança e adolescente, de forma a sensibilizar os profissionais de saúde para a crescente necessidade de uma intervenção que potencie a saúde mental.

Com o intuito de habilitar os enfermeiros de competências científicas para intervir junto das crianças e adolescentes com alteração da saúde mental realizou-se uma revisão integrativa da literatura sobre a temática. É premente que todos os profissionais de enfermagem sejam implicados nesta temática. O enfermeiro de cuidados gerais cuja abordagem se preconiza sistémica e passível de reconhecer as necessidades específicas de uma comunidade ou grupo, ao enfermeiro especialista de saúde infantil e pediátrica (EEESIP) que assiste a criança/adolescente e a família, na maximização da sua saúde⁽¹⁰⁾, e o enfermeiro especialista de saúde mental e psiquiátrica (EEESMP) que assiste a pessoa ao longo do ciclo de vida, família, grupos e comunidade na otimização da saúde mental⁽¹¹⁾.

A intervenção de enfermagem tem como objetivo promover a otimização da saúde de forma holística, estabelecer o diagnóstico e identificar situações de risco, sendo que estas podem afetar negativamente a vida ou a qualidade de vida destas crianças/adolescentes⁽¹¹⁾. Não obstante, ao ser perceptível o impacto de uma pandemia na saúde mental da criança e do adolescente, os profissionais que prestam cuidados a crianças e jovens devem estar despertos e reconhecer evidências emocionais de mal-estar psíquico. Desta forma, podem utilizar estratégias motivadoras, procurando oportunidades para trabalhar com a família e com a criança/adolescente, no sentido da adoção de comportamentos promotores de saúde e identificando situações de risco (ex. comportamentos de risco)⁽¹¹⁾.

Segundo a Direção Geral da Saúde, apesar das medidas implementadas para conter a pandemia por COVID-19, a monitorização da saúde da população infantil e juvenil durante este período de exceção deve ser mantida. Ainda, nesta linha de orientação, um dos objetivos do Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil é a deteção precoce de fatores de risco individuais, familiares e do contexto socioeconómico que possam comprometer o bem-estar e a segurança da criança⁽¹²⁾. Atualmente existe o risco da pandemia por COVID-19 constituir um fator de agravamento no desequilíbrio das dinâmicas familiares, sendo por esse motivo um dos focos na prevenção das perturbações emocionais e comportamentais na criança e do adolescente.

De seguida é apresentada a metodologia adotada para a realização do estudo de investigação.

METODOLOGIA

A tomada de decisão nos cuidados de enfermagem deve ser sempre fundamentada numa prática baseada na evidência, ou seja, em resultados científicos decorrentes da investigação primária⁽¹³⁾. A revisão integrativa da literatura é uma técnica de pesquisa que reúne e sintetiza a evidência científica existente sobre a temática definida para a investigação⁽¹⁴⁻¹⁵⁾, com a finalidade de implementar intervenções efetivas na prestação de cuidados⁽¹⁵⁾.

Tendo em consideração o objetivo definido de identificar na literatura a produção científica sobre o impacto do distanciamento social na saúde mental da criança e do adolescente, decorrente de uma pandemia, o presente estudo seguiu a estratégia PICO⁽¹⁶⁾ e integra a seguinte questão norteadora: Qual o impacto do distanciamento social na saúde mental da criança e do adolescente durante a pandemia por Coronavírus (COVID-19)? Considerando-se a **População** (P) a criança e adolescente, a **Intervenção** (I) o distanciamento social durante a pandemia, **Comparação** (C) sem intervenção e **Resultado/outcomes** (O) o impacto na saúde mental.

As pesquisas foram realizadas nas bases de dados indexadas: CINAHL Complete, Cochrane Database of Systematic Reviews, MedicLatina, MEDLINE Complete, Nursing & Allied Health Collection: Comprehensive (no agregador de base de dados EBSCOhost®), B-on e ResearchGate®, utilizando os descritores em Ciências da Saúde (DeCS edição 2019)⁽¹⁷⁾ na língua inglesa: *Child*, *Adolescent*, *Pandemic*, e *Mental Health* com recurso ao cruzamento entre eles através do operador booleano “and” e adicionando a palavra-chave COVID-19, com os seguintes delimitadores de pesquisa: artigos com texto completo (*free full text*),

publicados no período compreendido entre 2020 e 2021; na língua portuguesa, inglesa, espanhola e francesa. Os critérios de inclusão definidos: artigos científicos, publicados nas bases de dados indexadas referidas, com texto integral disponível nos idiomas português, inglês, espanhol ou francês. Os critérios de exclusão definidos foram: artigos que incluíssem profissionais de saúde; artigos que não abordassem o impacto do distanciamento social na saúde mental durante uma pandemia e artigos que incluíssem crianças e adolescentes com patologia psiquiátrica prévia à pandemia.

A pesquisa nas bases de dados foi realizada na segunda quinzena do mês de março e primeira quinzena de abril de 2020, pelos pesquisadores, isoladamente e posteriormente na primeira quinzena de maio de 2021 para constatar a publicação de artigos recentes nas bases de dados. Confrontaram-se os resultados da pesquisa e resolveram-se os desacordos por concordância, de forma a incluir o maior número de estudos possíveis. Com o intuito de explicar a pesquisa efetuada, optou-se por construir um diagrama (PRISMA 2009 Flow Diagram)⁽¹⁸⁾, apresentando sinteticamente a exclusão dos artigos e o percurso realizado até à obtenção dos artigos selecionados (Fig. 1⁷).

EXTRAÇÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o intuito de obter os dados dos artigos analisados elaborou-se um instrumento para recolha desses dados, que se apresenta na Tabela 1⁷, que inclui a identificação do estudo, o autor, o ano, o país, o desenho do estudo, os objetivos do estudo e os fenómenos de interesse/resultados.

Da análise dos artigos selecionados sobre o impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental da criança e adolescente inferiu-se diversos resultados e constatações. A pandemia por COVID-19 está a ter efeitos devastadores a nível global e a sua rápida disseminação pode agravar os problemas de saúde mental pré-existentes e potenciar o diagnóstico de novos casos entre crianças e adolescentes. De forma generalizada e abrangente, a pandemia teve ressonância maioritariamente negativa na saúde mental da população mundial. Em Portugal, Morgado⁽³¹⁾ monitorizou os níveis de ansiedade, stresse e depressão durante as várias etapas do processo pandémico. Este evidenciou que a ativação constante e de forma continuada dos mecanismos responsáveis pela resposta ao stressores podem favorecer o desenvolvimento de doenças psiquiátricas, nomeadamente perturbações de ansiedade ou depressão.

O artigo E1⁽¹⁹⁾ evidencia que a pandemia terá repercussões na saúde e no bem-estar da criança/adolescente. Este artigo menciona que os problemas de saúde mental existentes e o diagnóstico de outros casos são potenciados pela pandemia, isolamento social e recessão económica. Os artigos E8⁽²⁶⁾, E11⁽²⁹⁾ e E12⁽³⁰⁾, sublinham também que as perturbações na saúde mental serão tanto maiores quanto maior a situação de vulnerabilidade pré-existente à situação pandémica.

A interrupção das atividades letivas altera as rotinas diárias da criança, adolescente e das famílias e pode ter consequências na sua saúde e bem-estar, na medida em que as escolas asseguram refeições e serviços, nomeadamente acesso a terapias complementares e psicólogos. Os artigos E2⁽²⁰⁾, E9⁽²⁷⁾ e E11⁽²⁹⁾ corroboram os efeitos negativos do encerramento das escolas junto da maioria dos jovens e acrescenta a possibilidade de ocorrer aumento nos níveis de stresse no domicílio relacionados com diversos fatores, nomeadamente dificuldades económicas, doença mental parental ou contextos de violência.

O artigo E3⁽²¹⁾ alude que os efeitos do distanciamento social condicionam a atividade física das crianças ao ar livre, interação com os amigos e promove o aumento do tempo de visualização de ecrãs, tendo como consequência direta a alteração dos padrões de sono e da alimentação, resultando em ganho de peso e perda de aptidão cardiorrespiratória.

A distração, a irritabilidade, o aumento do medo e da ansiedade são alterações psicológicas descritas em crianças que habitam em áreas com maior incidência da pandemia, conforme evidenciado no artigo E4⁽²²⁾. Existem ainda evidências acerca da influência do stresse do próprio isolamento nas próprias estruturas e desenvolvimento cerebral dos adolescentes como as descritas no artigo E7⁽²⁵⁾. Em continuação, o artigo E7⁽²⁵⁾ faz a distinção entre as consequências imediatas e a longo prazo. Considera como imediatas a sensação de desespero; ingestão irregular de alimentos; abuso e trauma; restrição interpessoal e ambiental e privação sensorial e negligência. Destaca como efeitos a longo prazo: o desenvolvimento do circuito cerebral; obesidade; abuso de substâncias; falta de processo emocional; distúrbios psiquiátricos e pensamentos suicidas. Similarmente no artigo E10⁽²⁸⁾, encontramos alusão à alteração das sintomatologias mais prevalentes no decorrer de uma linha temporal. Numa primeira fase são essencialmente sentimentos depressivos e de ansiedade.

Já o artigo E6⁽²⁴⁾ faz menção a um estudo que indagou os sintomas depressivos e de ansiedade entre estudantes da província de Hubei, na China. Este estudo numa amostra de 1784 estudantes explica que 740 relataram sintomas depressivos e de ansiedade. Torna-se importante, mencionar que em 2003, a síndrome respiratória aguda grave [SARS-CoV], também foi associada a vários sintomas psicológicos entre os estudantes na China. Estes

factos sugerem que doenças infecciosas graves podem influenciar a saúde mental da criança, assim como outras experiências traumáticas. Durante o surto de COVID-19, a redução das atividades ao ar livre e da interação social, pode estar associada a um aumento dos sintomas depressivos na criança, constatando-se que 18,9% dos participantes relataram sintomas de ansiedade. A ansiedade pode manifestar-se através de comportamentos desafiadores como é referido no artigo E5⁽²³⁾. Além da ansiedade, as crianças/adolescentes podem demonstrar respostas emocionais variadas como irritabilidade, isolamento ou agressão, que podem ser interpretadas como comportamentos “regressivos”⁽²²⁾.

Relativamente aos stressores que podem desencadear problemas na saúde mental da criança/adolescente são: a duração prolongada do distanciamento social, o medo de infeção, a frustração, o tédio, as informações inadequadas, o distanciamento de colegas, amigos e professores, a falta de privacidade no domicílio e a perda de recursos económicos, como referido no artigo E3⁽²³⁾.

Por outro lado, no artigo E1⁽¹⁹⁾, são descritas estratégias que podem ser utilizadas para minimizar as consequências da pandemia na saúde mental da criança e adolescente. Estas consistem na realização de consultas por telefone pelos serviços de saúde, por forma a minimizar os efeitos e a melhorar as capacidades dos serviços de saúde mental. No artigo E12⁽³⁰⁾ salienta-se a importância de empoderar os profissionais, que na sua prática se relacionam com os adolescentes no seu quotidiano, de forma a detetar situações de mau estar mental precocemente. É fundamental a criação de estruturas próximas da comunidade para encaminhar as situações detetadas.

Nesta linha de orientação, no artigo E4⁽²²⁾, são apresentadas estratégias com o objetivo de nutrir a resiliência da criança/adolescente, sugerindo aos pais a comunicação com estes, para lidar com os seus medos e preocupações e sugere-se a utilização de jogos em família para aliviar a solidão. Outras medidas apontadas foram a promoção da atividade física e a musicoterapia com o intuito de contribuir para a redução da preocupação, do medo e do stresse da criança. Além disso, os pais foram incentivados a promover a higiene do sono e a modelar uma atitude psicológica positiva para reduzir o stresse. Em continuação, o artigo E5⁽²³⁾ apresentou como estratégias a exposição da informação e a priorização da comunicação com as crianças/adolescentes. Aquando da utilização desta estratégia é sugerido que o acesso das crianças a notícias e a dispositivos móveis deva ser mediado pelos pais/cuidadores⁽³²⁾. As informações devem ser comunicadas em linguagem simples e compreensível. Deve existir um equilíbrio entre a informação fornecida e não fornecida, pois a desinformação também pode criar uma falsa sensação de segurança. Acrescenta ainda, que declarações subestimando a gravidade da doença (por exemplo, “é apenas

uma gripe”) e desvalorizando o risco que as populações jovens correm (por exemplo, “apenas afeta pessoas idosas”), podem ter contribuído para a propagação da doença e sua rápida disseminação⁽³²⁾.

Os artigos E3⁽²¹⁾ e E6⁽²⁴⁾ salientam que devem ser consideradas as necessidades das crianças e famílias garantindo que não sofrem traumas a longo prazo, relacionados com a experiência de doença pandémica. É evidenciada a importância da consciencialização acerca do impacto físico e mental de uma pandemia nas crianças/adolescentes, pois uma melhor compreensão de como a pandemia afeta a saúde mental da criança e adolescente pode ajudar a orientar futuras intervenções. Durante o distanciamento é importante a noção de criatividade na forma como são mantidos os vínculos afetivos e sociais significativos⁽³²⁾.

Um estudo realizado na Índia com população adulta refere que é necessário intensificar o programa de consciencialização e abordar os problemas de saúde mental das pessoas durante a pandemia por COVID-19, pois até o momento não existia nenhum estudo que avaliasse os efeitos desta pandemia na saúde mental da população. É importante estudar o impacto desta pandemia na saúde mental das diversas populações (população em geral, casos e contactos próximos de COVID-19, e profissionais de saúde), de modo a delinear estratégias de intervenção eficazes⁽⁶⁾.

Os profissionais de saúde devem ter consciência que as famílias estão a vivenciar potenciais situações geradoras de stresse, nomeadamente: isolamento social, risco de desemprego, acompanhamento das crianças em casa nas atividades letivas. Assim na prestação de cuidados, em contexto de pandemia ou pós-pandemia, a intervenção dos enfermeiros é primordial na triagem de sintomas de stresse ou perturbação da saúde mental, tanto na criança/adolescente como na família. Uma das estratégias sugeridas, em situação de pandemia, poderá ser o empoderamento dos pais para uma comunicação eficaz e assertiva com os seus filhos, relembrando a adoção de premissas fundamentais na orientação desta comunicação: honestidade; explicar a verdade de um modo simples à criança; mostrar à criança/adolescente como se deve proteger; oferecer garantias, manter rotinas; manter a calma e dar o exemplo, terminar as conversas com cuidado, não deixar a conversa a meio ou questões importantes por responder⁽³²⁾. Esta comunicação assertiva deve e pode fazer-se acompanhar por um espaço que permita a expressão de emoções, momentos para brincar/lazer e para realizar exercícios físicos, pois estas estratégias podem e devem ser equacionadas e promovidas pelas famílias, uma vez que podem funcionar como fatores protetores para as crianças/jovens⁽²⁸⁾. É imperativo valorizar a saúde mental das crianças/adolescentes assim como, as potenciais consequências da pandemia, só uma vigilância atenta de todos os envolvidos poderá permitir intervenções adequadas e atempadas que minimizem danos e sequelas no futuro⁽³³⁾.

CONCLUSÃO

O futuro do mundo pós pandêmico tem de incidir numa estratégia holística na preparação para a incerteza que todas as crianças e jovens enfrentam. É da responsabilidade e interesse de todos, dos governantes aos pais, garantir que os impactos físicos e mentais da pandemia por COVID-19 na criança e adolescente sejam mínimos.

Na presente revisão, o objetivo definido de identificar o impacto do distanciamento na saúde mental da criança e adolescente durante uma pandemia, foi alcançado, sendo que se conseguiu dar resposta à pergunta inicial, com os artigos descritos. Face aos resultados dos artigos, conclui-se que existem poucas informações sobre os efeitos na saúde mental decorrentes de surtos de doenças, mas o que é revelado é que os planos nacionais e locais devem incluir uma resposta organizada no que se refere à saúde mental e às necessidades das crianças durante e após uma pandemia. A consciencialização de que a pandemia pode despoletar problemas no âmbito da saúde mental ou agravar problemas já existentes é fundamental para uma intervenção efetiva neste âmbito. Importa realçar a importância de sensibilizar os enfermeiros a adquirir competências nesta área, por forma a promover uma prestação de cuidados de excelência.

Em conclusão, impedir a disseminação do vírus SARS-CoV-2, assim como as suas consequências, exige um esforço coletivo à escala global. Somente através da cooperação serão alcançadas soluções a longo prazo para as doenças pandémicas e suas consequências. Uma melhor compreensão de como a pandemia afeta a saúde mental da criança/adolescente pode ajudar a orientar futuras intervenções. Neste sentido, a saúde mental das crianças/adolescentes deve ser estudada profundamente, durante e após as pandemias, por forma a fornecer ferramentas aos profissionais de saúde na antecipação e previsão de consequências em caso de pandemias futuras e, assim evitar perturbações na saúde mental.

Contributos dos autores

CT: Desenho e coordenação do estudo, recolha de dados, revisão e discussão dos resultados.

RT: Recolha, armazenamento e análise de dados, revisão e discussão dos resultados.

IP: Desenho do estudo, recolha, armazenamento e análise de dados, revisão e discussão dos resultados.

IS: Desenho do estudo, revisão e discussão dos resultados.

AG: Desenho do estudo, revisão e discussão dos resultados.

FV: Desenho do estudo e recolha de dados.

Todos os autores leram e concordaram com a versão publicada do manuscrito.

Responsabilidades Éticas

Conflitos de Interesse: Os autores declararam não possuir conflitos de interesse.

Suporte Financeiro: O presente trabalho não foi suportado por nenhum subsídio ou bolsa.

Proveniência e Revisão por Pares: Não comissionado; revisão externa por pares.

Ethical Disclosures

Conflicts of Interest: The authors have no conflicts of interest to declare.

Financial Support: This work has not received any contribution, grant or scholarship

Provenance and Peer Review: Not commissioned; externally peer reviewed.

REFERÊNCIAS

1. Direção Geral da Saúde. Número: 001/2020: COVID-19: Primeira Fase de Mitigação: Medidas Transversais de preparação. Lisboa: DGS; 2020. [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/i026005.pdf>
2. Direção Geral da Saúde. Número: 010/2020: Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Distanciamento Social e Isolamento. Lisboa: DGS; 2020 [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/i026011.pdf>
3. George J. Teorias de Enfermagem: Os Fundamentos à Prática Profissional. 4.^a ed. Porto Alegre: Artmed Editora; 2000.
4. Direção Geral da Saúde. Número: 011/2020: COVID-19: Fase de Mitigação, Saúde Mental. Lisboa: DGS; 2020 [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0112020-de-18042020-pdf.aspx>
5. Vieira C, Franco O, Restrepo C, Abel T. COVID-19: The forgotten priorities of the pandemic. *Maturitas*. 2020;136:38-41. doi:10.1016/j.maturitas.2020.04.00425.
6. Roy D, Tripathy S, Kar SK, Sharma N, Verma SK, Kaushal V. Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian J Psychiatr*. 2020;51:102083. doi:10.1016/j.ajp.2020.102083.
7. Stevenson E, Barrios L, Cordell R, Delozier D, Gorman S, Koenig LJ, et al. Pandemic Influenza Planning: Addressing the Needs of Children. *Am J Public Health*. 2009;99: S225-6.
8. UNICEF. United Nations Children's Fund [Internet]. How adolescents can protect their mental health during coronavirus (COVID-19); 2020. [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://www.unicef.org/coronavirus/how-adolescents-can-protect-their-mental-health-during-coronavirus-covid-19>

9. UNICEF. United Nations Children's Fund [Internet]. How to talk to your child about coronavirus disease 2019 (COVID-19); 2020. [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://www.unicef.org/coronavirus/how-talk-your-child-about-coronavirus-covid-19>
10. Ordem dos Enfermeiros. Regulamento de Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica. Regulamento n.º 422/2018. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros; 2018. p. 19192-4.
11. Ordem dos Enfermeiros. Regulamento de Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiatria. Regulamento n.º 515/2018. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros; 2018. p. 21427-30
12. Direção Geral da Saúde. Número: 008/2020: Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil e epidemia de Covid-19. Lisboa: DGS; 2020. [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/informacoes/informacao-n-0082020-de-26032020-pdf.aspx>
13. Ferrito C. Evidence-based nursing: a pilot study on scientific information needs for nursing practice. *Percursos*. 2017;3:36-40.
14. Souza MT, Silva MD, Carvalho Rd. Integrative review: what is it? How to do it? *Einstein*. 2010;8:102-6. doi:10.1590/S1679-45082010RW1134.
15. Sousa LM, Marques-Vieira CM, Severino SS, Antunes AV. Metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. *Rev Invest Enferm*. 2017;2:17-26. [acedida em abr 2020]. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/321319742_Metodologia_de_Revisao_Integrativa_da_Literatura_em_Enfermagem
16. Cunha PL, Cunha CS, Alves PF. Manual Bibliographic Review Integrative Systematics: evidence-based research. Belo Horizonte: Grupo Ânima Educação; 2014. [acedida em abr 2020]. Disponível em: http://disciplinas.nucleoad.com.br/pdf/anima_tcc/gerais/manuais/manual_revisao.pdf. Portuguese
17. Descritores em Ciências da Saúde: DeCS [Internet]. ed. 2017. São Paulo (SP): BIREME / OPAS / OMS. 2017. [actualizada em mai 2017; acedida em 17 abr 2020]. Disponível em: <http://decs.bvsalud.org>
18. Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG. Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Metanalyses: The PRISMA Statement. 2009 [acedida em 17 abr 2020]. Disponível em: <http://www.prisma-statement.org/documents/PRISMA%202009%20flow%20diagram.pdf>

19. Golberstein E, Wen H, Miller BF. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Mental Health for Children and Adolescents. *JAMA Pediatr.* 2020;174:819-20. doi:10.1001/jamapediatrics.2020.1456.
20. Danese A, Smith P. Debate: Recognising and responding to the mental health needs of young people in the era of COVID-19. *Child and Adolescent Mental Health.* 2020;25:169-70. doi:10.1111/camh.12414
21. Wang G, Zhang Y, Zhao J, Zhang J, Jiang F. Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet.* 2020. [acedida em 21 abr 2020]; 395:945-947. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)
22. Jiao WY, Wang LN, Liu J, Fang SF, Jiao FY, Pettoello-Mantovani M, et al. Behavioural and emotional disorders in children during the COVID-19 Epidemic. *J Pediatr.* 2020;221:264-6. doi:10.1016/j.jpeds.2020.03.013
23. Dalton L, Rapa Elizabeth, Stein A. Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. *Lancet Child Adolesc Health.* 2020;4:346-7. doi:10.1016/S2352-4642(20)30097-3.
24. Xie X, Xue Q, Zhou Y. Mental Health Status Among Children in Home Confinement During the Coronavirus Disease 2019 Outbreak in Hubei Province, China. *JAMA Pediatr.* 2020;174:898-900. doi:10.1001/jamapediatrics.2020.1619.
25. Figueiredo C, Sandre P, Portugal L, Mazala-de-Oliveira T, Chagas L, Raony Í, et al. COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry.* 2021;106:110171. doi:10.1016/j.pnpbp.2020.110171.
26. Isumi A, Doi S, Yamaoka Y, Takahashi K, Fujiwara T. Do suicide rates in children and adolescents change during school closure in Japan? The acute effect of the first wave of COVID-19 pandemic on child and adolescent mental health. *Child Abuse Neglect.* 2020; 110:1-5. doi:10.1016/j.chiabu.2020.104680
27. Massa J. Salud mental y covid-19 en infancia y adolescencia: visión desde la psicopatología y la salud pública. *Rev Esp Salud Pública.* 2020;94:1-17.
28. Bilginer Ç, Yildirim S, Yilmaz B, Beyhun E, Karadeniz E. Changes in adolescent mental health during the covid pandemic. *Minerva Pediatr.* 2021 (in press). doi:10.23736/S2724-5276.21.06178-4

29. Fegert JM, Vitiello B, Plener PL, Clemens V. Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*. 2020;14:20. doi:10.1186/s13034-020-00329-3.
30. Jackson C. The big issue: Generation COVID. [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://www.bacp.co.uk/bacp-journals/therapy-today/2021/may-2021/the-big-issue/>
31. Morgado, P. Saúde mental em tempos de pandemia COVID-19: uma perspetiva da Medicina. Universidade do Minho. 2021. [acedida em 21 abr 2020]. Disponível em: <https://doi.org/10.21814/uminho.ed.21.1>
32. Mesa do colégio da especialidade de enfermagem de saúde infantil e pediátrica. Orientações – Covid-19. Ordem dos Enfermeiros; 2020. Disponível em: <https://www.orde.nfermeiros.pt/media/17946/mesa-do-col%C3%A9gio-da-especialidade-de-enfermagem-de-sa%C3%BAde-infantil-e-pedi%C3%A1trica-orienta%C3%A7%C3%B5es-covid-19.pdf>
33. Reis F, Amaro R, Silva F, Pinto S, Barroca I, Sá T, et al. Impacto do Confinamento em Crianças e Adolescentes. *Acta Med Port*. 2021;34:245-6. doi:10.20344/amp.15854

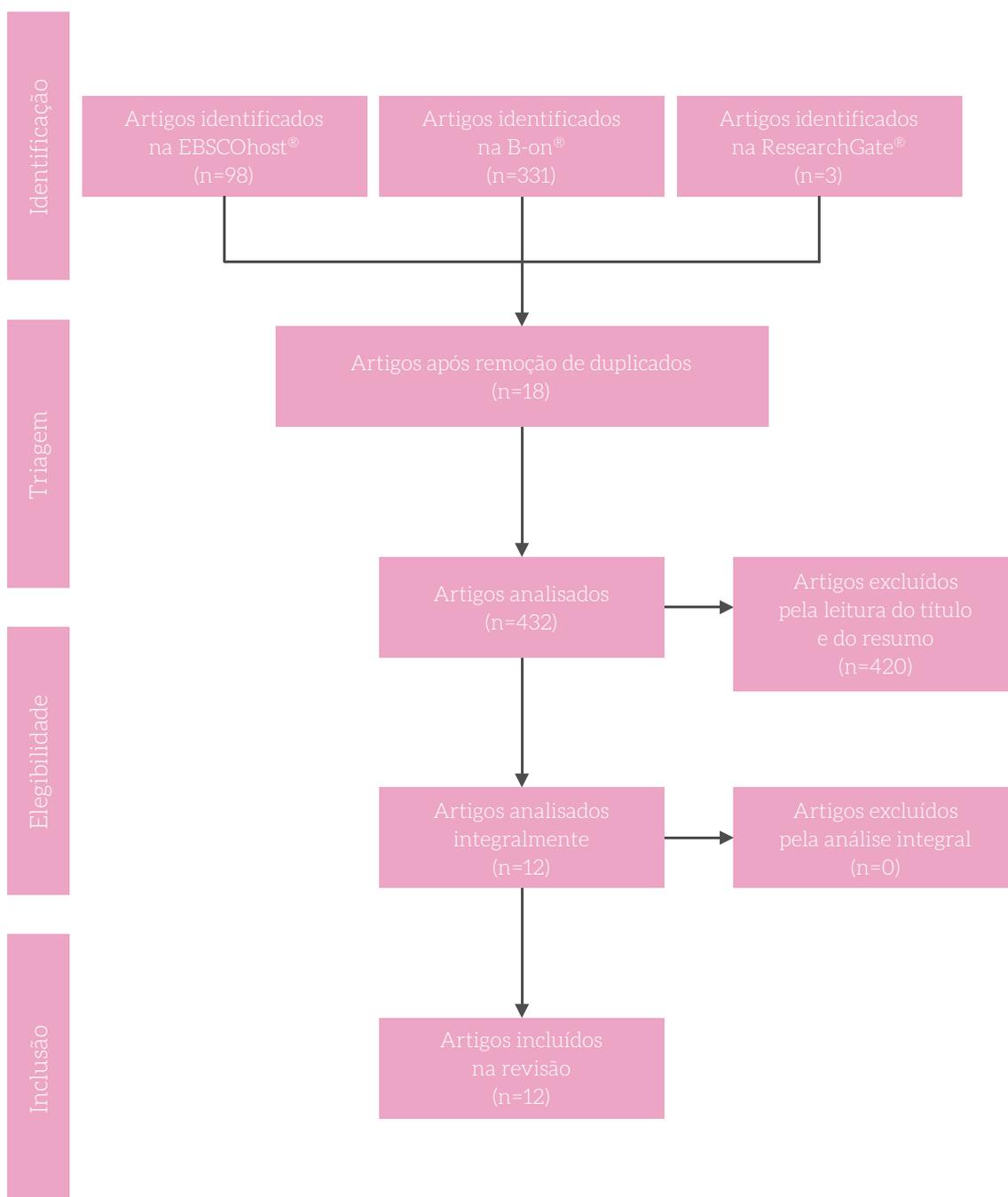


Figura 1 - Seleção dos estudos nas bases de dados.^κ

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.^{→κ}

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E1 Coronavírus Disease 2019 (COVID-19) and Mental Health for Children and Adolescents ⁽¹⁹⁾	Golberstein, When, Miller. 2020 Estados Unidos da América.	Revisão da literatura com opinião de peritos.	Identificar as consequências do encerramento das escolas no bem-estar da criança.	<p>A COVID-19 terá repercussões na saúde e no bem-estar da criança e adolescente. O agravamento dos problemas de saúde mental pré-existentes e o surgimento de novos casos entre crianças e adolescentes são potenciados pela crise de saúde pública, isolamento social e recessão econômica.</p> <p>A interrupção das atividades letivas altera as rotinas da criança, adolescente e das famílias e pode ter consequências na sua saúde. A escola desempenha um papel importante que não se restringe apenas à educação, abrange serviços de alimentação e prestação de cuidados de saúde, nomeadamente no cuidar mental.</p> <p>A prestação de cuidados de saúde via telefone ou com recurso a outras tecnologias de comunicação podem ajudar a minimizar os efeitos e a melhorar a capacidade da resposta em saúde mental.</p>
E2 Debate: Recognising and responding to the mental health needs of young people in the era of COVID-19 ⁽²⁰⁾	Danese & Smith. 2020 Reino Unido.	Revisão da literatura com opinião de peritos.	Reconhecer as necessidades de saúde mental dos jovens na era da COVID-19.	<p>A pandemia tem exposto os jovens a fatores de risco conhecidos para a psicopatologia: percepção da ameaça, como a infeção e as consequências na saúde; as consequências negativas do encerramento da escola como a perturbação da rotina e a incerteza sobre o futuro; privação de atividades agradáveis. Os jovens foram afetados por stressores familiares: doença mental parental, stresse financeiro, abuso/negligência infantil e luto difícil/traumático. Por outro lado, regista-se uma diminuição das situações de <i>bullying</i>.</p> <p>Os adolescentes, pelo estadio de desenvolvimento estão em maior risco de desordem emocional.</p>

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E3 Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak ⁽²¹⁾	Wang, Zhang, Zhao, Zhang & Jiang, 2020 China.	Revisão da literatura com opinião de peritos.	Evidenciar os efeitos negativos na saúde física e mental da criança, devido ao encerramento da escola e distanciamento social num surto de doença.	As crianças ausentes da escola são fisicamente menos ativas, ocupando mais horas a visualizar écrans, o que favorece os padrões irregulares de sono, a alimentação desequilibrada, resultando em ganho de peso e perda de aptidão cardiorrespiratória. Estes efeitos negativos são agravados quando as crianças estão em distanciamento social, por permanecerem no domicílio, sem atividades ao ar livre e interação com os seus amigos. Efeitos stressores como a duração prolongada do distanciamento social, o medo de infeção, a frustração, o tédio, as informações inadequadas, o distanciamento de contato pessoal com colegas, amigos e professores, a falta de privacidade no domicílio e a perda financeira da família, podem ter efeitos problemáticos na criança e adolescente. Para mitigar as consequências do distanciamento social, na sequência da pandemia por COVID-19, o governo, as organizações não-governamentais (ONGs), a comunidade, a escola e os pais precisam estar conscientes do impacto físico e mental nas crianças e adolescentes.

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E4 Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic ⁽²²⁾	Jiao, Wang, Liu, Fang, Jiao, Pettoello-Mantovani & Somekh. 2020 China.	Revisão da literatura.	Evidenciar as necessidades psicológicas da criança durante uma pandemia. Apresentar os dados iniciais recolhidos nas áreas afetadas pela COVID-19 na China, destacando o contributo da família e do cuidador no reconhecimento e gestão de emoções negativas.	<p>A criança vivencia medos e incertezas, pelo que é essencial compreender as suas reações e emoções de forma a responder adequadamente às suas necessidades.</p> <p>Um estudo realizado na província de Shaanxi durante a epidemia por COVID-19 demonstrou que as crianças na faixa etária entre os 3 e os 6 anos não cumprem o distanciamento e têm medo que os membros da família possam contrair a infeção. As crianças dos 6 aos 18 anos revelam desatenção e questionam frequentemente o que está a ocorrer. As alterações psicológicas transversais a todas as faixas etárias são o apego, a desatenção e a irritabilidade. Nas áreas com maior incidência da pandemia verificou-se nas crianças um aumento do medo e da ansiedade.</p> <p>Os pediatras que trabalham na província de Shaanxi, na China, adotaram estratégias promotoras de resiliência na criança e/ou adolescente afetados psicologicamente pela COVID-19. As medidas sugeridas aos pais/familiares incluíam uma comunicação eficaz com as crianças para lidar com os seus medos e preocupações, utilização de jogos colaborativos para colmatar as necessidades de socialização. O recurso a mediadores expressivos como a música e a atividade física foram apontadas como estratégias eficazes na gestão das emoções negativas. Foi ainda, incentivada a higiene do sono e a adoção de uma atitude psicológica positiva para diminuição do stresse.</p>

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E5 Protecting the Psychological Health of children through effective communication about COVID-19 ⁽²³⁾	Dalton, Rapa & Stein. 2020 Reino Unido.	Revisão da literatura com opinião de peritos.	Identificar as estratégias para proteção da saúde mental da criança decorrentes da pandemia COVID-19.	A incerteza dos efeitos pessoais e globais decorrentes da pandemia por COVID-19 pode interferir com a capacidade do adulto em reconhecer e responder adequadamente às questões da criança. A ansiedade da criança e adolescente pode manifestar-se através de comportamentos desafiadores. Na criança e adolescente, a informação e a priorização da comunicação assertiva e adaptada, são estratégias primordiais na resposta à pandemia por COVID-19. As crianças e adolescentes representam 42% da população mundial pelo que é inconsciente ignorar as alterações psicológicas a curto, médio e longo prazo.
E6 Mental Health Status Among Children in Home Confinement During the Coronavirus Disease 2019 Outbreak in Hubei Province, China ⁽²⁴⁾	Xie, Xue & Zhou. 2020 China.	Estudo de Investigação (aplicação de questionários online).	Identificar os sintomas depressivos e de ansiedade entre estudantes da província de Hubei, na China, que podem ajudar a otimizar intervenções na saúde mental da criança nos países afetados pela COVID-19.	A redução das atividades ao ar livre e da interação social pode estar associada a um aumento dos sintomas depressivos na criança durante o surto da COVID-19. Os resultados deste estudo sugerem que doenças infecciosas graves podem influenciar a saúde mental da criança. Constatou-se que 18,9% dos estudantes relataram sintomas de ansiedade. Uma melhor compreensão de como a epidemia afeta a saúde mental da criança e adolescente pode ajudar a orientar futuras intervenções. Uma limitação do estudo incide no facto de não ser possível avaliar se estes resultados irão persistir após o surto de COVID-19.

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E7 COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors ⁽²⁵⁾	Figueiredo, Sandre, Portugal, Mazala-de-Oliveira, Chagas, Raony, Ferreira, Giestal-de-Araujo, Santos & Bomfim. 2021 Brasil.	Revisão da Literatura com discussão reflexiva.	Observar o impacto pandémico COVID-19 na saúde mental das crianças e adolescentes devido a fatores biológicos, ambientais e sociais.	Os efeitos do stresse quando se ativa o eixo adrenal e a possibilidade de desencadear distúrbios psiquiátricos como a ansiedade e a depressão. A literatura revelou vários mecanismos por detrás dos potenciais malefícios no desenvolvimento cerebral e/ou resultados comportamentais decorrentes de diferentes efeitos stressantes vividos na infância/adolescência. Estes podem ser agrupados em: stresse e neuro inflamação; Isolamento social; alteração da dieta; plasticidade cerebral; Saúde pública. O isolamento da vida social, as atividades diárias, como frequentar a escola, aliada ao medo, à ansiedade e ao sentimento do imprevisível, aumentam os riscos para este grupo desenvolver distúrbios psiquiátricos no futuro, mesmo aqueles que não têm antecedentes. As consequências são imediatas e a longo prazo. As imediatas: desespero; ingestão irregular de alimentos; abuso e trauma; restrição interpessoal e ambiental, privação sensorial e negligência. A longo prazo: o desenvolvimento do circuito cerebral; obesidade; abuso substâncias; falta de processo emocional; distúrbios psiquiátricos e pensamentos suicidas.
E8 Do Suicide rates in children and adolescents during school closure in japan? The acute effect of the first wave of COVID-19 pandemic on child and adolescent mental health ⁽²⁶⁾	Isumi, Doi, Yamaoka, Takahashi & Fujiwara. 2020 Japão.	Método Quantitativo, que permitiu mapear dados do fenómeno suicídio das crianças e jovens com menos de 20 anos.	Investigar o impacto imediato da 1.ª vaga de COVI-19 no fenómeno do suicídio junto das crianças e jovens japoneses.	O encerramento das escolas apresenta-se como a maior alteração do quotidiano da vida das crianças/jovens japoneses durante a pandemia. Este encerramento diminui os contactos com os pares e aumentou os tempos de família. O que dependendo dos contextos pré pandémicos poderá influenciar negativa ou positivamente a criança e/ou jovem. Se os fatores desencadeantes da crise se encontravam na escola pode vir a ter um impacto benéfico na saúde mental da criança/jovem, se por outro lado era o contexto familiar poderá agravar-se. Estas situações podem desencadear visões díspares, na qual o isolamento pode ser visto tanto como fator protetor, como fator de risco. Da análise da primeira vaga de COVID-19 na incidência de suicídio entre crianças/jovens japoneses não se verificou.

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E9 Salud Mental y COVID-19 en la infancia y adolescencia: vision desde la psicopatologia y la salud publica ⁽²⁷⁾	Massa. 2020 Espanha.	Artigo de opinião de perito.	Apresentar o que afeta a saúde mental das crianças e adolescentes, devido à pandemia por COVID-19.	<p>O artigo considera várias variáveis, a primeira é que saúde mental não se incluía tradicionalmente como prioridade a nível de saúde pública, a segunda foca os estímulos concretos que as crianças/adolescentes receberam durante a pandemia como a supressão do ambiente escolar e a doença ou morte na própria família ou em conhecidos. O autor diferencia as várias vagas assistenciais vivenciadas pelos serviços de saúde, referindo-se à quarta vaga como aquela que dá resposta ao mau estar afetivo e mental decorrente da sobrecarga dos mecanismos individuais de <i>coping</i>. As crianças/jovens poderão ter vivenciado a pandemia de forma mais silenciosa, porque assistiram ao sofrimento dos seus familiares sem espaço para expressão dos seus próprios medos.</p> <p>A sintomatologia mais comum foi a ansiedade ou depressão. O medo da própria morte ou das dos entes queridos foi um sentimento muito presente assim como, os processos de luto antecipados aquando do internamento de familiares.</p> <p>Nas famílias com fenómenos instalados de violência e maus tratos, o confinamento acentuou os fatores de risco e afastou as famílias dos parceiros sociais que habitualmente dão resposta a estas problemáticas. Verificou-se ainda, o hiperconsumo das tecnologias, com registo de síndromes de dependência de crianças/jovens. Funcionou como período de reflexão da qualidade das relações, uma realidade promovida pelo aumento dos tempos em família. O <i>bullying</i> terá certamente diminuído em intensidade.</p> <p>A mudança profunda de rotinas pode ter sido inicialmente satisfatória mas com o decorrer do tempo pode ter contribuído para alterações emocionais (expressão de ansiedade, medo), comportamentais (ações disruptivas e de confronto) e somáticas (queixas inespecíficas e agudização das doenças crónicas) nestes grupos etários. Este impacto é variável e influenciado pelos fatores individuais dos sujeitos, nomeadamente características da personalidade e estadio de desenvolvimento. A própria forma de desconfinamento pode ser um factor importante. Sendo um desconfinamento paulatino mais favorável à adaptação positiva da população. As intervenções deverão incidir na comunicação, na promoção do relaxamento e do exercício físico, fortalecendo também a resiliência quer familiar quer individual.</p>

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E10 Changes in adolescent mental health during the covid pandemic ⁽²⁸⁾	Bilginer, Yildirim, Yiilmaz, Beyhun & Karadeniz 2021 Turquia.	Estudo observacional.	Direcionar um olhar sobre os fatores específicos da pandemia que possam estar relacionados com o agravamento/surgir de sintomas como depressão, ansiedade e fobia à COVID-19 nos alunos de ensino secundário. O estudo abrangeu cerca de 1431 alunos de secundário (entre os 14 e 18 anos).	As primeiras semanas da pandemia resultaram em aumentos significativos de sintomatologia depressiva, stress e ansiedade. O encerramento das escolas, a incerteza face ao futuro, inclusive o académico, contribuíram para o aumento destes sentimentos negativos. A pandemia originou uma suspensão nas interações sociais dos adolescentes. O próprio desenvolvimento cerebral está sujeito a influencia importante da interação social e/ou do isolamento. As mortes na família ou de conhecidos e das alterações aos processos de luto verificados em período pandémico influenciou o aumento dos níveis de ansiedade, sentimentos fóbicos e distúrbios obsessivo-compulsivos. Aqueles jovens que já tinham condições mentais prévias tiveram maior dificuldade em aceder a cuidados de saúde durante a quarentena. Entende-se nesta amostra que os jovens tendencialmente não exteriorizaram os problemas e/ou emoções. A ação de externalização ocorre depois, numa fase em que há o regresso à escola, aumentando os fenómenos de raiva e episódios de auto e heteroagressividade. Este estudo ressalta a importância da criação de respostas em saúde mental rápidas e acessíveis, seja através de linhas telefónicas ou de técnicos de saúde mental de emergência.

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
<p>E11 Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality⁽²⁹⁾</p>	<p>Fergert, Vitiello & Plener. 2020 Alemanha.</p>	<p>Revisão da narrativa.</p>	<p>Avaliar o impacto das diferentes fases da pandemia na saúde mental das crianças e adolescentes;</p> <p>Compreender os efeitos do distanciamento social e da recessão económica na saúde mental;</p> <p>Identificar fatores de risco e de resiliência;</p> <p>Prevenir consequências a longo prazo;</p> <p>Avaliar a eficácia da linha de apoio telefónico em saúde e aperfeiçoar as suas aplicações na saúde mental da criança/adolescente.</p>	<p>O conhecimento das infeções epidémicas permite dividir a pandemia em três fases e identificar em cada uma diferentes reações psicológicas: Na Fase 1, os governos impõem distanciamento social e medidas a fim de mitigar a propagação da infeção e retardar a curva de novos casos. Na Fase 2 ou fase de ponto máximo, a curva atinge a maior incidência de novos casos e picos na taxa de mortalidade. Na Fase 3 ou fase de normalidade, compreende a recuperação da pandemia com a reorganização e restabelecimento de serviços e práticas.</p> <p>Foi relatado um aumento notável da violência física, emocional e sexual contra crianças. A supervisão social reduzida e a falta de acesso aos serviços de proteção à criança são um obstáculo adicional. Uma ameaça associada à quarentena é o aumento do risco de exploração sexual online. Na pandemia as crianças/adolescentes despendem mais tempo online, o que pode aumentar o risco de contato com predadores. Devido às restrições sociais, aumentou a procura de novos contatos online. Por outro lado, o isolamento potência a procura de conteúdos pornográficos pelos adultos, a Europol relatou um aumento da pornografia infantil na pandemia.</p> <p>A seropositividade para influenza A, B e coronavírus foi associada a história de transtornos do humor. Foi relatado que o início de transtornos psicóticos está associado a diferentes estirpes de Coronavírus.</p> <p>As crianças, vítimas de <i>bullying</i> podem encarar a telescola, como um escape, pois deixa de existir o stressor.</p> <p>Um grande desafio após a pandemia (Fase 3) será lidar com as suas sequelas. Uma das principais será a recessão económica e as suas implicações na saúde mental das crianças/famílias. Algumas famílias podem ter perdido os seus empregos, enquanto outros podem ter que lidar com uma carga de trabalho acumulada ou enfrentar uma reorganização laboral. As crianças/adolescentes podem sentir um aumento de pressão na escola para recuperar o tempo perdido durante a fase aguda da pandemia.</p>

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
<p>E11 (cont.) Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality⁽²⁹⁾</p>	<p>Fergert, Vitiello & Plener. 2020 Alemanha.</p>	<p>Revisão da narrativa.</p>	<p>Avaliar o impacto das diferentes fases da pandemia na saúde mental das crianças e adolescentes;</p> <p>Compreender os efeitos do distanciamento social e da recessão econômica na saúde mental;</p> <p>Identificar fatores de risco e de resiliência;</p> <p>Prevenir consequências a longo prazo;</p> <p>Avaliar a eficácia da linha de apoio telefônico em saúde e aperfeiçoar as suas aplicações na saúde mental da criança/adolescente.</p>	<p>O risco aumentado de maus-tratos infantis e violência doméstica pode não diminuir imediatamente, sendo que fatores como recessão econômica e problemas na saúde mental dos pais irão prevalecer por algum tempo. As sequelas de maus-tratos a crianças/adolescentes, associada à pandemia podem prevalecer toda a vida. Os efeitos a longo prazo incluem aumento do risco de transtornos mentais e físicos, redução da qualidade de vida, deficiências no desenvolvimento e cognitivas, problemas sociais e redução até 20 anos na expectativa de vida. As crianças de alto risco (baixo status econômico, refugiados, doença crônica, deficiência cognitiva, doença mental prévia) estão mais suscetíveis às consequências associadas à pandemia. Durante a fase de preparação (Fase 1), é necessário fornecer informações claras aos pais para prevenir o pânico e ajudar a cumprir as medidas de contenção. Na Fase 2 (ponto máximo) é importante compreender a gravidade e o resultado dos transtornos mentais podem piorar devido ao atraso no diagnóstico e tratamento. Na terceira fase da pandemia (retorno à normalidade) para minimizar as consequências a longo prazo, é fundamental oferecer serviços às famílias para lidar com as consequências. A crise econômica decorrente da pandemia pode ter consequências negativas a longo prazo, levando ao aumento do conflito familiar, abuso, suicídio e abuso de substâncias. Durante a fase aguda da pandemia, as vítimas de violência doméstica e maus-tratos infantis podem não ser identificadas devido à falta de controle social por parte de colegas e funcionários da escola, clubes desportivos e acessibilidade reduzida de serviços de apoio. Na fase três, devido a menos controle dos pais e mais contato com outras pessoas, algumas crianças/adolescentes podem relatar os incidentes ocorridos durante a pandemia a outras pessoas.</p>

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.↔↔

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
<p>E11 (cont.) Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality⁽²⁹⁾</p>	<p>Fergert, Vitiello & Plener. 2020 Alemanha.</p>	<p>Revisão da narrativa.</p>	<p>Avaliar o impacto das diferentes fases da pandemia na saúde mental das crianças e adolescentes;</p> <p>Compreender os efeitos do distanciamento social e da recessão econômica na saúde mental;</p> <p>Identificar fatores de risco e de resiliência;</p> <p>Prevenir consequências a longo prazo;</p> <p>Avaliar a eficácia da linha de apoio telefônico em saúde e aperfeiçoar as suas aplicações na saúde mental da criança/adolescente.</p>	<p>Outra questão a ser abordada são os meios pelos quais as crianças/adolescentes podem manter contato com seus pares durante a crise. É de grande interesse avaliar o efeito dessa virtualização das relações sociais no desenvolvimento futuro destes.</p>

Tabela 1 – Apresentação da extração de dados dos estudos analisados e incluídos na revisão integrativa.^{←κ}

Identificação do estudo	Autores/ Ano de Publicação/País	Desenho do Estudo	Objetivo do estudo	Fenómenos de interesse/Resultados
E12 The big issue: Generation COVID ⁽³⁰⁾	Jackson. 2021 Inglaterra.	Revisão da literatura com opinião de peritos.	Compreender se existe impacto no futuro dos jovens relativamente à saúde mental decorrente da Pandemia por COVID-19.	<p>As medidas tomadas para o controlo da pandemia afetaram todos, mas sobretudo as crianças/jovens.</p> <p>Os dados têm demonstrado que a crise de saúde mental causada pela pandemia poderá perpetuar a doença mental ao longo da vida. As causas encontradas na evidência para o aumento da doença mental remetem para o encerramento das escolas; interrupção de amizades e incertezas decorrentes da situação pandémica. Uma evidência é que os dados demonstraram que o <i>bullying</i> quase desapareceu.</p> <p>Verificou-se um aumento dos pedidos de ajuda através de autoagressão; ideação suicida; dificuldade em dormir e maior preocupação com a escola.</p> <p>Os jovens com problemas já preexistentes ou com outros fatores como violência doméstica, abuso sexual e minorias étnicas poderão agravar a sua situação.</p> <p>Propõe-se aos governantes desenvolver estruturas para o encaminhamento destas situações. São mencionadas medidas como aconselhamento <i>in loco</i> nas escolas; aumentar a formação dos profissionais de forma que estes sejam empoderados de conhecimento para detetar estas situações e promover educação em saúde mental com intervenção de profissionais de saúde.</p>