

## **Notas sobre a pandemia da Covid-19 e seus impactos na saúde mental de crianças e adolescentes no Brasil**

**Marcelo Moreira Neumann**

Universidade Presbiteriana Mackenzie. São Paulo, Brasil  
<https://orcid.org/0000-0002-3971-0670>  
[marcelo.neumann@mackenzie.br](mailto:marcelo.neumann@mackenzie.br)

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.5985023>

Recebido / Recibido / Received: 2021-11-22  
Aceitado / Aceptado / Accepted: 2021-12-30

Este trabalho está licenciado com uma  
Licença Creative Commons – Atribuição 4.0 Internacional.

### **Resumo**

Os efeitos da pandemia da Covid-19 no cenário mundial e brasileiro atingiram, além das mortes e infecções, vários setores das políticas públicas e sociais, entre elas a saúde, educação e a assistência social. Na educação, as aulas suspensas entre março de 2020 à agosto de 2021, em grande parte dos municípios brasileiros, para o distanciamento físico e social, e com as medidas sanitárias necessárias para conter o avanço da pandemia atingiram substancialmente os alunos do ensino infantil, fundamental, médio e universitário. Considerando que grande parte dos alunos são crianças/adolescentes e jovens, nas quais apresentaram grandes demandas de sofrimento psíquico e saúde mental. Entende-se também que a infância e adolescência é uma fase peculiar do desenvolvimento humano, necessitando de proteção e garantia de seus direitos pela família, comunidade, sociedade e estado para a plena maturação dos seus aspectos físicos, psíquicos e sociais. Portanto o presente trabalho foi apresentar algumas notas ou dimensões dos impactos na saúde mental de crianças e adolescentes no contexto da pandemia da Covid-19. Essas reflexões foram discutidas no seminário promovido pelo Violes/Ceam/UnB intitulado de “Retorno Presencial das Escolas e o Enfrentamento das Violências contra Crianças e Adolescentes”. Trata-se de um estudo exploratório de revisão bibliográfica nas plataformas: Scielo, Pepsi, Lilacs-Bireme, com busca dos descritores em língua portuguesa – Brasil: Impactos/ Consequências na saúde mental de crianças e adolescentes na pandemia da Covid-19. Após as revisões foram escolhidos 13 artigos que tratavam do tema, e destes foram destacados 3 artigos, pois esses últimos já traziam as revisões de vários artigos e publicações nacionais e internacio-

nais. Os critérios de inclusão/exclusão dos artigos ajudaram na visão global do tema, o que possibilitou a criação de categorias para sua análise, a saber: método/tipo de pesquisa; aprofundamento dos impactos/consequências na saúde mental e/ou psicológica em crianças e adolescentes, com destaque de alguns sentimentos e comportamentos; impactos/consequências na família e na escola. Como resultado verificou-se que independentemente do método escolhido os artigos apontam no aumento do sofrimento psíquico, com impactos na saúde mental de crianças e adolescentes. Os problemas econômicos, os conflitos familiares, a violência doméstica no núcleo familiar somada as medidas de restrição, confinamento e distanciamento físico e social, as incertezas sobre a doença, fake news, os lutos com perdas de entes queridos, as exigências escolares do ensino à distância causaram e a falta de convivência com familiares e amigos, são elementos discutidos nos artigos. Com todo esse cenário vivenciado na pandemia fragilizou e vulnerabilizou ainda mais a educação e as crianças e adolescentes do Brasil.

**Palavras-chaves:** Brasil; Covid-19; Crianças e adolescentes; Pandemia; Saúde mental.

## Notes on the Covid-19 pandemic and its impacts on the mental health of children and adolescents in Brazil

### Abstract

The effects of the Covid-19 pandemic on the world and Brazilian scene affected, in addition to deaths and infections, various sectors of public and social policies, including health, education and social assistance. In education, the classes suspended between March 2020 and August 2021, in most Brazilian municipalities, for physical and social distance and with the necessary sanitary measures to contain the spread of the pandemic, substantially affected students in kindergarten, elementary, high school and college. Considering that most of the students are children/adolescents and young people, in whom they presented great demands for psychological distress and mental health. It is also understood that childhood and adolescence is a peculiar phase of human development, requiring protection and guarantee of their rights by the family, community, society and state for the full maturation of their physical, psychological and social aspects. Therefore, the present work was to present some notes or dimensions of the impacts on the mental health of children and adolescents in the context of the Covid-19 pandemic. These reflections were discussed at the seminar promoted by Violes/Ceam/UnB entitled "Return to Schools and Confronting Violence against Children and Adolescents". This is an exploratory study of a bibliographic review in the platforms: Scielo, Pepsi, Lilacs-Bireme, with a search for descriptors in Portuguese – Brazil: Impacts/Consequences on the mental health of children and adolescents in the Covid-19 pandemic. After the reviews, 13 articles dealing with the topic were chosen, and from these, 3 articles were highlighted, as the latter already brought the reviews of several articles and national and inter-

national publications. The inclusion/exclusion criteria of the articles helped in the global view of the theme, which allowed the creation of categories for its analysis, namely: method/type of research; deepening the impacts/consequences on mental and/or psychological health in children and adolescents, highlighting some feelings and behaviors; impacts/consequences on family and school. As a result, it was found that, regardless of the method chosen, the articles point to an increase in psychological distress, with impacts on the mental health of children and adolescents. Economic problems, family conflicts, domestic violence in the family nucleus, together with measures of restriction, confinement and physical and social distance, added to the uncertainties about the disease, fake news, mourning the loss of loved ones, the school requirements of the distance learning caused and the lack of interaction with family and friends, are elements discussed in the articles. With all this scenario experienced in the pandemic weakened and made education and children and adolescents in Brazil even more vulnerable.

**Keywords:** Brazil; Children and adolescents; Covid-19; Pandemic; Mental health.

## **Notas sobre la pandemia de Covid-19 y sus impactos en la salud mental de niños y adolescentes en Brasil**

### **Resumen**

Los efectos de la pandemia del Covid-19 en el escenario mundial y brasileño han afectado, además de las muertes e infecciones, a diversos sectores de las políticas públicas y sociales, como la salud, la educación y la asistencia social. En la educación, las clases suspendidas entre marzo de 2020 y agosto de 2021, en la mayoría de los municipios brasileños, por distancia física y social, y con las medidas sanitarias necesarias para contener el avance de la pandemia, afectaron sustancialmente a los alumnos de educación infantil, primaria, secundaria y universitaria. Teniendo en cuenta que una gran parte de los alumnos son niños/adolescentes y jóvenes, en los que presentaban grandes exigencias de sufrimiento psíquico y salud mental. También se entiende que la infancia y la adolescencia es una fase peculiar del desarrollo humano, que requiere la protección y garantía de sus derechos por parte de la familia, la comunidad, la sociedad y el Estado para la plena maduración de sus aspectos físicos, psicológicos y sociales. Por lo tanto, el presente trabajo consistió en presentar algunas notas o dimensiones de los impactos en la salud mental de los niños y adolescentes en el contexto de la pandemia del Covid-19. Estas reflexiones fueron debatidas en el seminario promovido por Violes/Ceam/UnB titulado "El regreso a la escuela y el enfrentamiento de la violencia contra los niños y los adolescentes". Se trata de un estudio exploratorio de revisión bibliográfica en las plataformas: Scielo, Pepsi, Lilacs-Bireme, con búsqueda de los descriptores en lengua portuguesa - Brasil: Impactos/ Consecuencias en la salud mental de niños y adolescentes en la pandemia de Covid-19. Después de las revisiones se eligieron

13 artigos que abordaban el tema, y de estos se destacaron 3 artículos, porque este último ya traía las revisiones de varios artículos y publicaciones nacionales e internacionales. Los criterios de inclusión/exclusión de los artículos ayudaron a la visión global del tema, lo que permitió la creación de categorías para su análisis, a saber: método/tipo de investigación; profundización de los impactos/consecuencias en la salud mental y/o psicológica en niños y adolescentes, destacando algunos sentimientos y comportamientos; impactos/consecuencias en la familia y en la escuela. Como resultado, se encontró que, independientemente del método elegido, los artículos apuntan a un aumento del sufrimiento psicológico, con impactos en la salud mental de los niños y adolescentes. Los problemas económicos, los conflictos familiares, la violencia doméstica en el núcleo familiar sumados a las medidas de restricción, encierro y distanciamiento físico y social, las incertidumbres sobre la enfermedad, las fake news, el duelo por la pérdida de seres queridos, las exigencias escolares de la educación a distancia y la falta de convivencia con la familia y los amigos son elementos discutidos en los artículos. Con todo este escenario experimentado en la pandemia debilitado y hecho aún más vulnerable la educación y los niños y adolescentes en Brasil.

**Palabras clave:** Brasil; Covid-19; Niños y adolescentes; Pandemia; Salud mental.

---

## 1 Introdução

A concepção da Doutrina da Proteção Integral, expressada pelo Estatuto da Criança e do Adolescente, Lei 8.069/90, entende a infância e adolescência como uma fase peculiar do desenvolvimento humano, necessitando de proteção e garantia de seus direitos pela família, comunidade, sociedade e estado para a plena maturação dos seus aspectos físicos, psíquicos e sociais. Desta maneira, crianças e adolescentes são mais suscetíveis as mudanças e contingências que ocorrem na família e na sociedade, como os efeitos da pandemia da Covid-19.

Segundo a Organização Mundial de Saúde – OMS, saúde é definida como “estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a mera ausência de doença ou enfermidade”. Assim nota-se a necessidade de subsistência da saúde em todos seus âmbitos, inclusive a saúde mental. Então os impactos da pandemia da Covid-19 no cenário mundial e brasileiro atingiram, além das mortes e infecções, um contingente enorme de pessoas com aumento no sofrimento psíquico e mental. Além disto, outros setores das políticas públicas e sociais, tiveram impactos significativos em sua dinâmica como a economia, educação, assistência social, acesso a alimentação, entre outras.

No Brasil com suas profundas desigualdades sociais tornaram mais difíceis a situação das famílias, aumentando na pandemia do novo coronavírus o fosso social entre ricos e pobres, em virtude da falta de trabalho e renda, e das políticas neoliberais e do gerenciamento político do capitalismo:

O empobrecimento acelerado da classe trabalhadora e os elevados níveis de desemprego tornam praticamente impossível para esses segmentos adota-

rem as medidas de isolamento social necessárias neste momento de evolução da pandemia no país, caso o governo não os subsidie fortemente. (DOS SANTOS, 2020).

A ineficiência do Estado em combater e enfrentar a pandemia (negacionismo) agravou o quadro de infectados e de morte a situação das famílias brasileiras. A difusão de fake news nas Redes Sociais criou um clima de incertezas e inseguranças.

Na educação, as aulas suspensas entre março de 2020 a agosto de 2021, em grande parte dos municípios brasileiros para o distanciamento físico e social, medidas necessárias para conter o avanço da pandemia atingiram substancialmente os alunos do ensino infantil, fundamental, médio e universitário.

As demandas de atendimento psicológico e/ou psiquiátrico aumentaram diante dos impactos na saúde mental de crianças e adolescentes decorrente das perdas de entes queridos, depressão, melancolia, tristeza e ansiedade em razão do confinamento e do *stress* frente as exigências do ensino remoto ou pela falta de acesso à educação. Muitos alunos se viram impedidos de acessar adequadamente as possibilidades do ensino remoto decorrente das limitações tecnológicas muito presente nas famílias brasileiras e da ausência que auxiliasse os discentes em suas aprendizagens escolares neste contexto.

## 2 Revisão da Literatura

Nos últimos dois anos com o advento do novo coronavírus, a sociedade se mobilizou para impedir seu avanço e conter o número de infectados e de mortes. A comunidade científica foi a instância que mais rapidamente respondeu aos anseios da população mundial, para propagar informações corretas sobre a doença, buscar melhores tratamentos, estudar e pesquisar sobre eficácia de medicamentos e encontrar vacinas para imunizar todos os seres humanos do planeta. Portanto, encontramos na literatura nacional e internacional inúmeros artigos sobre a “Covid-19”, “novo coronavírus” ou sobre a “pandemia” ligados a saúde das áreas médicas, da microbiologia, da enfermagem, da farmácia, da fisioterapia, da psicologia, entre outras.

A Organização Mundial de Saúde- OMS, ficou na retaguarda dos países membros da Organização das Nações Unidas -ONU, para orientar e alertar as medidas sanitárias previstas por seus protocolos de saúde. Os efeitos e os impactos da pandemia da Covid-19 foram aumentando nas medidas restritivas de circulação de pessoas, então o confinamento e isolamento físico e social fizeram que os comércios, as indústrias paralisavam suas atividades. Entra-se na segunda reação dos pesquisadores sobre os danos na economia global e dos países. Muitos estudos produzidos na esfera política, econômica, jurídica foram ganhando destaque no cenário científico global.

O aumento das restrições na Europa e América do Norte, abriram a discussão sobre a saúde mental, danos emocionais e psíquicos e a violência doméstica. As populações mais vulnerabilizadas historicamente como: crianças, adolescentes, mulheres, idosos e pessoas com deficiência passaram a ganhar notoriedade nos trabalhos científicos e da grande mídia. Soma-se ainda os grupos de alto risco social como os indígenas, quilombolas, população ribeirinha, população em situação de rua e as populações residentes em comunidades e favelas no Brasil.

Os trabalhos científicos com narrativas de exclusão e vulnerabilidade social, produzidos no campo das ciências sociais, serviço social, antropologia, história, políticas públicas e sociais passaram a demonstrar, principalmente no país, o tratamento dado aos “menos favorecidos” pelo estado democrático de direito.

### 3 Método

O presente trabalho teve como finalidade apresentar os impactos da pandemia na saúde mental de crianças e adolescentes, por meio de um estudo exploratório bibliográfico sobre o tema. Portanto foi desenvolvido buscas de artigos que tratassem do assunto nas plataformas: Scielo, Pepsic, Lilacs-Bireme, com busca dos descritores em língua portuguesa – Brasil: Impactos/Consequências na saúde mental de crianças e adolescentes na pandemia da Covid-19. Foi utilizada também “infância e adolescência” em substituição a “crianças e adolescentes”, bem como a substituição de impactos/consequências na saúde mental por impactos/consequências psicológicas, sempre associada a pandemia da Covid-19. Portanto o enquadramento temporal dos artigos seriam publicações recentes de 2020 e 2021.

Após as revisões foram escolhidos 13 artigos que tratavam do tema, e destes foram destacados 3 artigos, pois esses últimos já traziam as revisões de vários artigos e publicações nacionais e internacionais. Os critérios de inclusão/exclusão dos artigos ajudaram na visão global do tema, o que possibilitou a criação de categorias para sua análise, a saber: método/tipo de pesquisa; aprofundamento dos impactos/consequências na saúde mental e/ou psicológica em crianças e adolescentes, com destaque de alguns sentimentos e comportamentos; impactos/consequências na família e na escola.

### 4 Resultados

#### 4.1 Método/tipo de pesquisa

Na categoria método/tipo de pesquisa os três artigos trouxeram várias metodologias empregadas para o conhecimento do objeto de investigação, ou seja, saúde mental em crianças e adolescentes na pandemia da Covid-19. Os três artigos utilizaram a revisão da literatura nacional e principalmente internacional. Alguns estudos produzidos com esse tema coincidem, mesmo porque foram feitos em momentos similares, entre 2020 e começo de 2021, portanto os mesmos autores dos artigos foram citados nestes três artigos escolhidos. Entretanto, cada artigo, destaca um aspecto para a discussão da saúde mental de crianças e adolescentes na pandemia da Covid-19. De forma geral o artigo da Brazilian Journal of Development, (2021) é o mais completo, pois apresentou um quadro demonstrativo de vários estudos nacionais e internacionais sobre o tema, nas quais, foram destacados: 2 Estudos de Coorte; 5 estudos transversais; 2 estudos utilizando a revisão sistemática da literatura; 1 estudo de revisão narrativa.

## 4.2 Impactos/consequências na saúde mental e/ou psicológica em crianças e adolescentes na pandemia da Covid-19

Ao analisar impactos/consequências na saúde mental e/ou psicológica em crianças e adolescentes na pandemia da Covid-19, os três artigos elencam vários aspectos que vamos discutir a seguir. Em 74 artigos de revisão sistemática trazida pelo artigo da *Brazilian Journal of Development*, (Bechara, 2021), 11 artigos corroboram a tese que a pandemia afeta diretamente a saúde mental de crianças e adolescentes e 63 estudos apontam que o distanciamento social e a solidão aumentaram os riscos de depressão e ansiedade nesta fase do desenvolvimento. Entre os vários fatores de riscos estão o isolamento social, fechamento das escolas, desaceleração econômica, a vulnerabilidade em situações de violência doméstica e perdas de vínculos/contatos com outras pessoas. Nesta direção foram apresentados três estudos transversais que também destacam a depressão e a ansiedade entre faixas variadas da infância de 07 a 12 anos e adolescentes e jovens de 13 a 25 anos. Os fatores de riscos estão, devido ao confinamento, o vício de smartphones e internet, fake news e as desinformações sobre a doença infecciosa, contaminação de familiares e amigos, interrupção dos estudos e incertezas sobre os vestibulares.

Neste mesmo artigo associa os processos de ansiedade e depressão ao medo:

O medo é a resposta emocional a ameaças iminentes reais ou percebidas, usualmente acompanhado de expectativa apreensiva e desconforto (CROCCO, M. A., 2015). Também considerado um mecanismo adaptativo de defesa que envolve uma série de processos biológicos, o medo, durante uma pandemia, pode aumentar os níveis de ansiedade e estresse em indivíduos saudáveis, além de intensificar sintomas em pessoas com condições psiquiátricas anteriores (ORNELL F., *et al.*, 2020 *apud* BECHARA *et al.*, 2021).

A associação direta entre ansiedade e depressão se dá por desequilíbrios químicos cerebrais, também por características de personalidade vulnerabilidade genética e eventos situacionais, como por exemplo a própria pandemia ou outros eventos associados, reflexos da Covid-19 no Brasil e no mundo como a situação econômica e os medos associados de perder alguém da família ou próximo, receio de ser infectado, pensamentos e inquietação que afetam crianças e adolescentes.

Essas experiências negativas, podem repercutir na vida futura, o adulto pode desenvolver transtornos graves de ansiedade, somatizações e problemas comportamentais ligado a generalização do sentimento de medo, vivido na infância/adolescência. A generalização do medo, se dá por estímulos similares, nas quais ativam os mecanismos de defesa do indivíduo. Portanto, quando o indivíduo é exposto a situações similares, ele pode reagir de forma idêntica ou pior que podem causar prejuízos a si mesmo e aos outros. (DUNSMOOR, J. E.; PAZ, R., 2015 *apud* BECHARA *et al.*, 2021).

Verifica-se que crianças em situações de vulnerabilidade e aquelas com distúrbios mentais estão mais sujeitas ao sofrimento mental em virtude do isolamento mental. Aquelas que possuem doenças crônicas (psiquiátricas ou não) estão mais propensas a desenvolverem sintomas de estresse, ansiedade e depressão. (PINHEIRO *et al.*, 2021)

O Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), também pode aparecer em alguns casos devido as experiências similares, comuns na sociedade moderna como o

confinamento de crianças em suas casas, por falta de interação com os equipamentos sociais e a administração de crianças a pequenos espaços dentro de casa. (BECHARA *et al.*, 2021).

Nos 31 estudos apresentados pela revisão narrativa de Rodrigues (*apud* BECHARA) na ocasião as pesquisas tinham como objetivo saber se havia uma correlação entre a pandemia e os transtornos mentais como outros efeitos negativos, médicos ou educacionais. Para a maioria dos jovens e adolescentes a perda da liberdade, as incertezas sobre a doença, aspectos acadêmicos – como o avanço das novas formas de ensino, especialmente o ensino remoto e o ingresso no mercado de trabalho eram questões extremamente relevantes e preocupantes.

Nos dois estudos utilizando o método de coorte, um reforçou sintomas e comportamentos que foram discutidos aqui. Pode-se acrescentar o tédio e restrição das atividades como fatores de riscos para a saúde mental de crianças e adolescentes. No outro estudo coorte utilizou-se um período mais longo, começando em 2020, não sendo publicado os resultados. (BECHARA, 2021).

### 4.3 Impactos na família e na escola

As crianças e adolescentes percebem quando a família está passando por dificuldades seja de ordem emocional ou financeira. Na pandemia da Covid-19 as incertezas abalaram grande parte da sociedade mundial e brasileira. As crianças estão mais sujeitas a sofrer riscos domésticos e a absorver pressões do seu ambiente familiar. O estresse do adulto aumenta quando os pais não têm acesso ao trabalho e alguma renda, aliado aos riscos de separação devido a hospitalização de algum membro da família natural ou extensa (pais, irmãos, tios e outros familiares).

Quando são mantidas longe do contato presencial com amigos e professores, há maior exposição as problemáticas familiares, como o desemprego ou a recessão econômica que podem afetar os seus pais (CUI Y., *et al.*, 2020). Atenção deve ser dada ao fato de estarem mais vulneráveis a violência doméstica, que pode ser vivenciada das mais diversas formas, tais como a violência verbal ou física, além da exposição dos mais jovens a agressões, seja na condição de expectadores ou alvos (FEGERT, J. M. *et al.*, 2020).

Além de estarem mais sujeitas as questões de violência na família, crianças e adolescentes podem perder seus cuidadores diretos, como órfãos, estão mais susceptíveis a exploração, abandono e tráfico nos lugares mais carentes e no futuro, sem apoio dos pais e responsáveis sujeitos a participação em crimes, à gravidez indesejada, ao abuso de substâncias ilícitas, à automutilação e ao suicídio (GHOSH R *et al.*, 2020 *apud* Bechara 2021). Viver em famílias com hábitos de uma educação repressiva e punitiva, pode levar as muitas consequências negativas para o desenvolvimento saudável de uma criança/adolescentes.

Nesse período, as figuras parentais abusivas passam mais tempo com suas vítimas no ambiente doméstico e utilizam práticas punitivas físicas ou mentais para controlar as desobediências (GHOSH, R. *et al.*, 2020; OLIVEIRA, W. A. *et al.*, 2020). Essas agressões físicas e/ou psíquicas causam marcas eternas

e comprometem o desenvolvimento neuropsicológico e são fatores de risco para transtornos psicossomáticos, abusos de substâncias ilícitas e comportamento suicida (GHOSH, R. *et al.*, 2020 *apud* BECHARA, 2021).

A conciliação com o trabalho remoto em ambientes que não estavam preparados para essa demanda, também foi elemento de desgastes, tensões e estresses. Em algumas famílias tinham que conciliar com o trabalho remoto dos pais e as aulas escolares dos filhos.

O luto vivenciado na pandemia, inicialmente as mortes de idosos, que tinham um papel importante na família como os avós, sogras e sogros entre outros, foi motivo de muito sofrimento para a família, que não podia fazer um sepultamento com os rituais costumeiros, impediram o desligamento e o enlutamento mais adequado para seus parentes. Ocultamento da morte e outros artifícios foram usados para diminuir o sofrimento de crianças dentro dos lares.

A criança, por sua vez, pode ser impedida de viver o luto quando a família se recusa a contar o que aconteceu e passa a inventar histórias, levando-a a agir como se nada estivesse acontecendo. Dessa maneira a criança vai vivenciar a perda da pessoa que faleceu, mas terá o seu processo de elaboração dificultado. Além disso, pode sentir raiva, revolta e que está sendo enganada, fragilizando a relação com a família. (AYDOGDU, 2020 *apud* PINHEIRO, 2021).

Os aspectos ligados a escola, ao longo do texto foram trazidos, como o afastamento dos professores, amigos e ambiente escolar presencial, proporcionou maior sofrimento psíquico das crianças, adolescentes e jovens. Entretanto podem ser complementados com outros elementos trazidos nas revisões literárias dos 3 artigos escolhidos. Garantir o acesso a educação seja de forma presencial ou remota. No presencial ter os cuidados necessários para impedir o avanço do coronavírus entre os alunos, mantendo o uso das máscaras, limpeza das mãos, utilização de álcool gel e se possível a manutenção de um certo distanciamento nas salas de aula. A conscientização sobre esses protocolos sanitários são fundamentais para impedir a propagação da Covid-19 nos ambientes escolares.

Nesse sentido, governos e escolas têm dado grande ênfase em garantir que os alunos continuem a receber instrução acadêmica, através do ensino remoto, porém, tem havido menos discussões sobre como apoiar crianças que dependem de escolas para suporte de saúde físico, mental e comportamental. (PINHEIRO, 2021)

São tratados nos estudos narrativos como fatores de proteção desenvolver formas de criar ou aprimorar núcleos de apoio psicossociais aos discentes, bem como fortalecer estratégias de prevenção junto aos Centros Acadêmicos ou grêmios estudantis. Os professores podem esclarecer com informações corretas acerca da doença e da pandemia, evitando os rumores de fake news difundidos nas redes sociais. A escola também pode ser um grande centro de debate e discussão da violência doméstica e intrafamiliar, como também pode identificar e encaminhar os casos aos órgãos competentes que tenha conhecimento. Os estudos mostram que o retorno dos estudantes as escolas, devem ser contingentes como a participação positiva dos pais neste processo:

A rotina escolar deve ser realizada em clima de tranquilidade, respeitando as orientações pedagógicas adequadas, sem maiores exigências e pressões para a família ou cobranças exageradas aos filhos (ALMEIDA, R. S., *et al.*, 2020). Os pais devem estimular a prática de atividade física, mesmo que a casa tenha pouco espaço, uma vez que o sedentarismo traz diversas consequências negativas, como a ingestão excessiva de alimentos. É primordial que crianças e adolescentes tenham horas de sono suficientes, pois a exaustão devido a falta de descanso pode deixar o corpo susceptível a doenças. (MANGUEIRA, 2020)

## 5 Discussão

As pesquisas nacionais apontam que o quadro pandêmico agravou o abandono total dos estudos pelos adolescentes. Ficou notório que independentemente do método utilizado, todos os estudos mostraram impactos/consequências na saúde mental de crianças e adolescentes, como os impactos/consequências sociais na família e na vida escolar. Além disso, os números de automutilação, tentativas de suicídio e suicídio, na faixa etária de 10 aos 18 anos preocupam o Sistema Único de Saúde -SUS que já apontavam antes da pandemia um aumento da incidência destes casos nos últimos anos no Brasil.

A automutilação consiste na destruição deliberada do tecido corporal próprio, socialmente não aceita e sem intenção suicida (IZADI-MAZIDI, *et al.*, 2019; NOCK; FAVAZZA, 2009). Os adolescentes representam a faixa etária mais vulnerável para esta prática (IZADI-MAZIDI, *et al.*, 2019; NOCK; FAVAZZA, 2009), que pode resultar em graves consequências físicas, tais como lesões, infecções e outras complicações, incluindo óbito. (BRIERE; GIL, 1998; NOCK, *et al.*, 2006). (ORSINI, 2020)

O próprio SUS por meio das Unidades Básicas de Saúde e os Centros de Atenção Psicossociais de Saúde não conseguem dar respostas a grande procura pelo atendimento à saúde mental, propiciando iniciativas da sociedade civil para aumentar a capilaridade de atenção por meio dos atendimentos voluntários, especialmente por teleatendimento, como também a participação de Serviços-Escolas de psicologia das Universidades públicas e privadas e das Organizações Não-Governamentais como o Centro de Valorização da Vida – CVV, entre outros serviços privados de atendimento psicológicos e psiquiátricos. O SUS oferece outras formas de atendimento, como por exemplo:

É útil fazer uso de terapias com interação pais-crianças ou psicoterapia centrada nas histórias de trauma para evitar maiores repercussões futuras (ORAL, R. *et al.*, 2016). As Práticas Integrativas e Complementares (PICs), recursos que podem vir a serem explorados, consistem em recomendações da OMS de terapias não ortodoxas que atuam na prevenção do estresse ou manifestações desencadeadas por doenças (ALMEIDA, J. R. *et al.*, 2018). As PICs são vistas como potencialmente úteis em diversas situações, inclusive no tratamento complementar de sintomas orgânicos (WEEKS, J., 2020). (MANGUEIRA, 2020)

Neste sentido o Sistema Único de Saúde (SUS) tem ofertado as PICs aos usuários objetivando a prevenção de doenças, promoção e recuperação da saúde da população. Entre as PICs destaca-se plantas medicinais e fitoterápicas e para diminuir os stress de crianças e adolescentes, propostas de meditação, mindfulness e exercícios de espiritualidade. Desconectar com as redes sociais, que pode trazer notícias negativas e confusas podem ser esclarecidas pelos adultos e pelos pais para trazer um clima de calma e tranquilidade. (MANGUEIRA, 2020).

Dentre os fatores de proteção discutidos pelos artigos revisados, podemos destacar: O contato com amigos e familiares, mesmo que a distância por meio das redes sociais, buscas de informações confiáveis, as perspectivas de cura e de vacinação, desenvolvimento da responsabilidade social, intervenções de autoajuda e de apoio psicológico online, exercícios físicos no local de moradia, manutenção de uma rotina de atividades.

## 6 Conclusões

Considerando que o presente artigo tinha como finalidade apresentar algumas notas ou dimensões do que foi ou está sendo os impactos na saúde mental de crianças e adolescentes no contexto da pandemia da Covid-19, dentro do evento promovido pelo Viões/Ceam/UnB intitulado de "Retorno Presencial das Escolas e o Enfrentamento das Violências contra Crianças e Adolescentes". Para a apresentação pudemos adotar os critérios de método/tipo de pesquisa; aprofundamento dos impactos/consequências na saúde mental e/ou psicológica em crianças e adolescentes, com destaque de alguns sentimentos e comportamentos; impactos/consequências na família e na escola.

Embora os estudos sejam recentes, muitos países já apresentavam experiências de diagnósticos sobre os impactos do isolamento físico e social na população de forma em geral. Considerando que as crianças e adolescentes estão em fase peculiar de desenvolvimento, os impactos na maturação física, psicológica e social ficam superdimensionados, justamente, porque se as sequelas não forem tratadas as consequências poderão ser devastadoras na vida adulta. Assim o compromisso da família, da sociedade e do estado em dar suporte a essa fase da vida é essencial para o futuro da humanidade.

## Referências

BECHARA, Laura de Souza *et al.* Impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 1, p. 6901-6917, Jan. 2021.

BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Lei 8.069/90. Disponível em <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8069.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm)>, Acessado em 24 de setembro de 2021.

DOS SANTOS, Ronaldo Teodoro. O neoliberalismo como linguagem política da pandemia: a Saúde Coletiva e a resposta aos impactos sociais. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 30(2), e300211, 2020.

MANGUEIRA, Liane Franco Barros *et al.* Saúde mental das crianças e adolescentes em tempos de pandemia: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo**. v. 12, n. 11, 2020. DOI: <<https://doi.org/10.25248/reas.e4919.2020>>.

ORSINI, Marco. Automutilação em adolescentes e adultos jovens na pandemia por Covid-19: o relato de três casos. **Rev. Augustus**. v. 25, n. 52, p. 112-122, 2021.

PINHEIRO, Hugo Nilo Alecrim *et al.* Covid-19: Efeitos da pandemia na saúde mental de crianças e adolescentes. In: FERREIRA, Ezequiel (Org.). **Psicologia: Identidade Profissional e Compromisso Social 2**. Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.