



# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

## O isolamento social no contexto da pandemia e seus impactos psicossociais em crianças e adolescentes: uma revisão bibliográfica narrativa

Ana Laura Cordelier Pinheiro Fonseca<sup>1</sup>; [0000-0001-9870-3182](tel:0000-0001-9870-3182)

Fábia Rodrigues Guedes<sup>1</sup>; [0000-0001-8335-3327](tel:0000-0001-8335-3327)

Flávia Gonçalves Silva Guimarães<sup>1</sup>; [0000-0003-1841-8715](tel:0000-0003-1841-8715)

Gabrielly Berardo Dubal da Silva<sup>1</sup>; [0000-0003-4829-0732](tel:0000-0003-4829-0732)

Luciano Rodrigues Costa<sup>1</sup>; [0000-0001-8657-2656](tel:0000-0001-8657-2656)

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.  
[gabi.berardo\\_@outlook.com](mailto:gabi.berardo_@outlook.com)

**Resumo:** Diante da pandemia causada pela COVID-19, declarada em março de 2020, pela Organização Mundial da Saúde, uma quantidade vasta de estudos vem demonstrando os impactos na saúde mental das crianças, em decorrência da pandemia de COVID-19, incluindo seus antecedentes causadores como o tempo dispensado frente às telas, ao maior tempo junto às famílias e às mudanças de comportamento relacionadas. Além disso, foi enfatizado as consequências a pequeno e a longo prazo e as formas como essas mudanças estão e serão tratadas, com auxílio de setores e das equipes multidisciplinares. Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa, realizada a partir da busca por publicações científicas e portarias eletrônicas. Os seguintes descritores foram utilizados: COVID-19, isolamento social, pandemia, saúde mental, crianças. Este estudo permitiu refletir sobre a necessidade de garantir a continuidade de estudos acerca das consequências psicossociais na vida das crianças, a fim de possibilitar uma redução máxima desses sintomas de sofrimento psíquico e um suporte bem consolidado para esse grupo mais vulnerável.

**Palavras-chave:** COVID-19. Isolamento social. Pandemia. Saúde mental. Criança.

# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

## INTRODUÇÃO

Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a COVID-19 como uma pandemia (BRASIL, 2020). Diante da anúncio dessa calamidade exposta, todos os indivíduos, independente de faixa etária, foram orientados a ficar em estado de confinamento domiciliar como medida de contenção do vírus e propagação da doença (GHOSH et al., 2020). Segundo Almeida et al. (2022), “a quarentena foi a medida viável encontrada no momento apesar do conhecimento de que o distanciamento social poderia gerar impactos negativos em diferentes contextos e níveis de desenvolvimento”.

De acordo com Da Mata et al. (2020), “o confinamento cerceia as crianças, que se encontram em uma importante fase da vida, de anseios essenciais de qualquer indivíduo, caracterizados por afeto e contato”. Essa privação pode gerar traumas amplificados mais focados durante essa fase de crescimento e repercutir em transtornos psicológicos como ansiedade e depressão.

Apesar de, na maioria das vezes, as crianças apresentarem quadros de sintomas mais brandos e menor susceptibilidade ao novo coronavírus (Sars CoV-2), o estigma psicossocial, alterado pelas mudanças de estilo de vida propiciadas pela quarentena, configurou ameaça à saúde mental desse grupo (GHOSH et al., 2020). Segundo Almeida et al. (2022), “a medida do distanciamento social gerou ou agravou déficits funcionais e comportamentais em crianças e adolescentes”. Visto que, o cenário de estresse gerado modificou notavelmente a atividade física e o sono, objetos essenciais para o desenvolvimento geral. Há ampla comprovação de que esses fatores têm um significativo impacto na neuroplasticidade e, portanto, no desenvolvimento cognitivo e emocional.

Com a necessidade de isolamento social, as crianças, junto às suas famílias, foram impelidas a se afastar das atividades comuns de um dia a dia, diferente dos tempos que antecedem a COVID-19. Todas essas mudanças trouxeram consequências sociais, com impacto, especificamente, à saúde mental (DA MATA et al., 2020).

# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

O presente trabalho tem como objetivo contribuir com a comunidade científica integrando os achados da literatura que, apesar de em quantidade limitada, apresentaram fortes evidências relacionadas ao impacto cognitivo e mental causado pelo isolamento social na vida das crianças e dos adolescentes.

Dessa forma, é importante identificar adequadamente comportamentos decorrentes da mudança de rotina, com o objetivo de especificá-los e guiá-los à melhor orientação, direcionar os olhares para os efeitos na saúde mental gerados na infância, outro aspecto ao se tratar da pandemia de COVID-19, que poderão surgir após anos e averiguar os possíveis planos voltados a acarretar melhores condições de vivência para as crianças durante o isolamento social.

Nesse sentido, é evidente a urgência em determinar quais são e quais serão as repercussões do isolamento social decorrente da pandemia da COVID-19 na saúde mental infantojuvenil para planejar ações futuras.

## REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Ninguém é forte o tempo todo e os momentos emocionais difíceis devem ser compreendidos e respeitados. Existe um processo de luto pela perda da liberdade, pela ausência da escola, dos amigos que é necessário ser vivido. Medos, preocupações, alterações de sono, apetite e no humor são esperados em algum momento durante esses períodos (FEGERT et al., 2020).

Conforme apontado por uma pesquisa conduzida pela YoungMinds (2020) no Reino Unido, com 2036 jovens, 41% deles concordam que a saúde mental piorou nesse período, principalmente por conta da solidão e da ansiedade; 87% se sentem isolados e solitários durante o momento de lockdown. Para agravar ainda mais este cenário, metade dos entrevistados (50%) afirmam que não se sentem confiantes para conversar com outra pessoa sobre a própria saúde mental - fator que pode tornar mais frequente as crises de ansiedade, por exemplo (NEUMANN et al., 2021).

Segundo Ghosh et al. (2020), “uma pandemia de medo, ansiedade e depressão anda de mãos dadas com o contágio do COVID-19”. As crianças já são extremamente sensíveis ao estresse emocional. Em um futuro próximo, uma pandemia de doença

# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

mental infantil está chegando, a qual incluirá todo o espectro da doença, desde depressão infantil, transtornos de ansiedade, obsessão infantil, transtorno invasivo do desenvolvimento e transtornos alimentares.

O confinamento propicia um ambiente e se configura como um fator estressor contido para o desenvolvimento das crianças e todos os indivíduos reféns à essa realidade (ORNELL et al., 2020). De acordo com Bezerra et al. (2020) durante a época do distanciamento, “o impacto negativo no campo psicológico é esperado, mas o indício de que este ainda possa ser identificado meses ou anos depois é mais assustador” fator que comprova a necessidade de assegurar que providências eficientes de mitigação sejam instituídas como parte do desenvolvimento de planejamentos futuros.

Questões relativas à rotina da criança foram também alteradas, reduzindo a prática de atividade física, aumentando o seu tempo em frente à tela de computadores ou celulares, passando a ter seus horários de sono irregulares e a adotar uma dieta menos saudável que pode afetar todo o seu desenvolvimento. (NEUMANN et al., 2021).

Segundo Bignardi et al. (2021), “os bloqueios nacionais com fechamentos de escolas em massa são sem precedentes, e a base de evidências para orientar futuras políticas está surgindo rapidamente”. De acordo com Imran, Zezhan, Pervaz (2020), “ignorar os efeitos psicológicos imediatos e a longo prazo da pandemia COVID-19 seria desastroso, especialmente para crianças e jovens”. Nesse sentido, as intervenções precisam se concentrar em nutrir a resiliência em crianças e adolescentes, por meio de uma melhor comunicação para lidar com seus medos e preocupações, incentivando rotinas e atividades físicas e tomando medidas para aliviar a solidão. Os pais precisam cuidar de sua própria saúde mental com estratégias de enfrentamento e modelar atitudes psicológicas positivas para apoiar as crianças e os adolescentes que passaram por esse momento difícil.

De acordo com Neumann et al. (2021), torna-se evidente a associação entre solidão e problemas de saúde mental em crianças e adolescentes que podem ter consequências a longo prazo - até 9 anos depois. Crianças que haviam experimentado isolamento ou quarentena em pandemias anteriores tiveram cinco



# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

vezes mais possibilidade de futuramente requisitar por serviços de saúde mental e níveis mais elevados.

Para Thiengo, Cavalcante, Lovisi (2014), “estudos epidemiológicos de base populacional são importantes para que se conheçam a distribuição da exposição e do adoecimento”, além disso, “as condições que influenciam a dinâmica dos padrões de risco em uma determinada comunidade”. Assim, identificar os transtornos mais prevalentes e seus fatores associados pode colaborar com a melhora na atenção e aumento da oferta de serviços específicos para a população infantojuvenil.

## MÉTODOS

Este artigo foi construído seguindo os parâmetros necessários para compor uma pesquisa bibliográfica narrativa. Foram feitas buscas pelas literaturas existentes nos bancos de dados Pubmed, Scielo e Google acadêmico. Além de artigos científicos coletados nos bancos de dados descritos, também foram utilizadas informações do sítio eletrônico do Ministério da Saúde. Foram revisados artigos nos idiomas espanhol, inglês e português com os seguintes descritores: “saúde mental”, “COVID-19”, “crianças”, “infância”, “ansiedade”, “isolamento” e suas variações nos respectivos idiomas.

Para sua composição foram analisados 43 artigos que tratavam do assunto abordado e que abrangiam, de forma direta ou indiretamente, a população infantojuvenil. Foram incluídos artigos que se relacionavam com os descritores ou que o texto fazia alusão aos efeitos psicossociais causados pelo período de isolamento social da pandemia de COVID-19. A exclusão se deu em 37 artigos que não apresentavam critérios de inclusão claramente determinados ou que haviam sido publicados em um espaço de tempo maior que 8 anos.

Após coletadas as informações-alvo, foi conduzida a leitura completa dos 6 textos que seguiam todos os parâmetros necessários para serem incluídos no trabalho. Prosseguiu-se com a análise da fundamentação teórica dos estudos selecionados, seguido de seus objetivos. Por fim, realizou-se a análise da metodologia aplicada, resultados obtidos e discussão.

# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

## DISCUSSÃO

Os estudos afirmaram que os impactos psicossociais podem vir a longo prazo, tanto em forma de transtornos psiquiátricos, como em atitudes e pensamentos ansiosos e depressivos. (GHOSH et al., 2020)

Em decorrência da nova realidade imposta pelas condições sanitárias da COVID-19, a quarentena e o isolamento produziram consequências, principalmente para o grupo infantojuvenil, que durante a pandemia, estava em fase de desenvolvimento pessoal e que teve algumas de suas etapas interferidas. Por isso também é fundamental avaliar os possíveis impactos na vida adulta dessas crianças, ou seja, os efeitos psicossociais a longo prazo causados pelo isolamento social. (IMRAN, ZEZHAN, PERVAZ, 2020)

A quarentena tem por objetivo principal impedir a transmissão de um agente infeccioso potencialmente de risco à vida humana. Entretanto, o afastamento do convívio social imposto à criança afeta diretamente e indiretamente seu desenvolvimento, uma vez que todos os padrões e hábitos de relacionamento são iniciados durante essa fase. Relacionado a essa linha de pensamento, o fechamento das escolas teve grande peso no que tange à forma como foram afetadas algumas das etapas do desenvolvimento social, como, por exemplo, as diferentes habilidades de dividir, conversar, entender e diferenciar. (BIGNARDI et al., 2021)

Embora as crianças não sejam tão suscetíveis quanto os adultos às ações infectocontagiosas do vírus da COVID-19, elas se apresentaram mais vulneráveis aos impactos psicológicos gerados pelo período pandêmico, devido à baixa resistência a efeitos negativos do estresse. (GHOSH et al., 2020)

Segundo AYDOGDU, A. L. F, (2020), dois estudos apontaram o aumento da dependência das crianças aos aparelhos eletrônicos. A impossibilidade de sair de casa fez com que as crianças ficassem ainda mais dependentes de tais aparelhos. O uso indiscriminado de telas promove a liberação de hormônios e neurotransmissores que são capazes de gerar quadros de ansiedade, irritabilidade, depressão e

# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

dependência. Logo, é necessário observar os sinais de mudança na saúde mental da criança e fornecer meios para minimizá-los (AYDOGDU, A. L. F, (2020).

Além de todas as dificuldades enfrentadas, a comunidade científica ainda precisou lidar com a baixa presença de estudos acerca dos efeitos desse período pandêmico na saúde mental. Em uma pesquisa da instituição YoungMinds (2020), que contou com mais de 2100 participantes de até 25 anos com histórico de doença mental no Reino Unido, mais de 80% disseram que a pandemia piorou suas condições, mais de 25% disseram não ter acesso ao apoio de saúde mental. (NEUMANN et al., 2021)

O fato é que essa negligência tornou os efeitos causados pela pandemia de COVID-19 muito além do cenário infectocontagioso, deixando-nos ainda mais próximos de uma epidemia de problemas psicológicos, que serão ainda mais incidentes quando a população infantojuvenil atingir a idade adulta, uma vez que a maioria das crianças teve sua “higiene mental” prejudicada. (DA MATA et al., 2020)

Os efeitos tardios psicológicos são tão evidentes quanto os a curto prazo, visto que o isolamento social é capaz de aumentar o sofrimento psicológico na vida adulta. Essas crianças sofreram com atrasos na formação de caráter durante a fase em que isso mais se desenvolve no indivíduo, podendo causar déficits sociais e cognitivos em âmbitos fundamentais para o amadurecimento na vida adulta. (GHOSH et al., 2020)

Com o contexto pandêmico no qual houve uma diminuição do acesso aos serviços de atenção primária à saúde, os agravos de saúde mental irão trazer repercussões a curtos, médios e longos prazos. O fechamento das escolas - um importante mecanismo regulatório da saúde mental infantojuvenil e promotor da socialização – a exposição de milhões de crianças à pobreza, à negligência e ao abuso demonstram que a COVID 19 não é uma doença de impacto apenas físico, mas também socioeconômico e emocional (NEUMANN et al., 2021).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao revisar as produções científicas referentes aos impactos psicossociais durante a pandemia, foi possível compreender melhor acerca dos fatores envolvidos nesse processo, como: os condicionantes sociais, mentais, emocionais e ambientais.

# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

A relação do período do isolamento social com o aumento dos casos de distúrbios psicológicos na população infantojuvenil é verdadeira. Com a dificuldade de acesso aos serviços de saúde, fechamento das escolas, convivência limitada com outros indivíduos e outros agravantes, as repercussões desse período não aparecerão apenas a curto prazo, mas também refletirá na vida adulta desses indivíduos. Esse fator torna fundamental a elaboração de políticas públicas voltadas à prevenção da população, prevendo fatores estressores e potencialmente traumáticos, salientando os efeitos psicológicos desenvolvidos pelo isolamento social na quarentena.

Para minimizar os efeitos negativos da pandemia na saúde mental das crianças, é necessário, para além das questões familiares, a atuação das mais diversas esferas sociais, especialmente no que diz respeito às estratégias dos serviços de saúde (NEUMANN, Ana Luisa et al. 2021, p. 65).

A literatura é enfática ao expor o restrito conhecimento acerca dos reais efeitos causados na psique de crianças e adolescentes, o que mostra ser necessário que novos estudos a respeito desta temática sejam desenvolvidos, com o intuito de amplificar a dimensão sobre tal assunto com a intenção de lidar com esse público, que apresenta vulnerabilidades naturais da própria fase e que estão no auge do seu desenvolvimento. Busca-se, dessa forma, poder elaborar e fomentar a criação de novos recursos, estratégias, prevenção em saúde, execuções, estratégias sociocognitivas e intervenções a fim de proporcionar pontos de vista mais aprofundados e compreensivos sobre as repercussões do isolamento social na saúde mental infantojuvenil.

Por se tratar de um assunto tão delicado, é preciso que haja dedicação total a nível multidisciplinar, incluindo também o ambiente familiar, fornecendo auxílio aos pais e responsáveis de uma forma que os capacite para lidar com as intercorrências psicossociais de crianças e jovens.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Isabelle Lina de Laia. et al. Isolamento social e seu impacto no desenvolvimento da criança e do adolescente: uma revisão sistemática. **Revista Paulista de Pediatria [online]**, v. 40, p.1-9, 2022.





# Tudo é Ciência: do Big Bang ao Metaverso

1º Congresso Brasileiro de Ciência  
e Saberes Multidisciplinares

AYDOGDU, A. L. F. Saúde mental das crianças durante a pandemia causada pelo novo coronavírus: revisão integrativa. **J. Health NPEPS**, v. 5, n. 2, set. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **OMS classifica coronavírus como pandemia**. Disponível em: <<https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2020/03/oms-classifica-coronavirus-como-pandemia>>. Acesso em: 19 abr. 2022.

DA MATA, Ingrid Ribeiro Soares. et al. As implicações da pandemia do COVID-19 na saúde mental e no comportamento das crianças. **Resid Pediatr**, Rio de Janeiro, v. 0, n. 377, p. 1-14, jul. 2020.

GHOSH, R. et al. Impact of COVID -19 on children: special focus on the psychosocial aspect. **Minerva Pediátrica. (Itália)**, Itália, v. 72, n. 3, p. 226-235, jun. 2020.

NEUMANN, Ana Luisa. et al. Impacto da pandemia por covid-19 sobre a saúde mental de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa. **Pandemias: Impactos na sociedade**, p. 56-66, jan. 2021.

VALLEJO-SLOCKER. L.; FRESNEDA. J.; VALLEJO M. A. Psychological Wellbeing of Vulnerable Children During the COVID-19 Pandemic. **Psicothema**, Oviedo, v. 32, n. 4, p. 501-507, nov. 2020.