

SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES DURANTE A PANDEMIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Bruna dos Santos Camargo
Débora dos Santos Camargo
Isabella Henrard Smuczek
Leonardo Timoteo Moreira

Resumo

Realizar uma revisão integrativa da literatura sobre os estudos psicológicos na saúde mental dos adolescentes na pandemia de Covid-19, utilizando artigos publicados entre 2020 a 2023. Utilizando a biblioteca científica digital Scielo, foram encontrados 14 artigos, com os descritores: assistência em saúde mental - adolescentes, serviço de saúde do adolescente - área de saúde mental, serviço de saúde mental- crise humanitária, saúde mental - pandemia, pandemia - adolescentes, covid-19 - adolescentes e saúde mental adolescentes - pandemia covid-19. Os artigos incluídos nesta revisão abordam temas que envolvem as experiências, emoções, sentimentos, comportamentos e os impactos da pandemia na saúde mental dos adolescentes. Nota-se múltiplos danos para crianças e adolescentes durante a pandemia como maior exposição a violência, aumento da depressão, ansiedade, pensamentos suicidas, má alimentação para algumas faixas etárias, aumento no uso de telas e grande aumento da desigualdade. Sugere-se mais estudos avaliando os efeitos a longo prazo, melhorar a forma de denúncia de qualquer tipo de violência, e de como democratizar a psicologia e levar saúde mental para todos.

Palavras chave: saúde mental; pandemia; adolescência.

Introdução

A pandemia de Covid-19, declarada pela Organização Mundial de Saúde em março de 2020, provocou mudanças significativas na rotina e nas relações interpessoais em escala global, com o estabelecimento de medidas sanitárias como o distanciamento social e o fechamento de escolas e estabelecimentos não essenciais (Malta et al., 2021; Vazquez et al., 2022). Tais alterações tiveram impactos relevantes na saúde mental da população, especialmente entre adolescentes, os quais enfrentam uma fase crucial de desenvolvimento biopsicossocial (Gadagnoto et al., 2022).

Diferentes estudos têm apontado sobre o aumento de problemas emocionais e comportamentais entre adolescentes durante a pandemia, incluindo sintomas de ansiedade, depressão, irritabilidade, comportamentos de risco e ideação suicida (Peterle et al., 2022; Gadagnoto et al., 2022). As mudanças abruptas na rotina, a falta

de contato social e a exposição ao medo e incertezas em relação à Covid-19 estão entre os fatores que podem explicar esse agravamento (Malta et al., 2021).

Além disso, o isolamento social prolongado e a exposição excessiva às telas prejudicaram a qualidade de vida e as relações familiares, com efeitos negativos sobre o sono, alimentação, atividade física e convívio afetivo dos adolescentes (Vazquez et al., 2022). Vale enfatizar que essas alterações ocorrem em um momento de busca por autonomia e amadurecimento psicossocial, tornando os jovens particularmente vulneráveis ao adoecimento psíquico (Costa et al., 2021).

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura sobre os estudos psicológicos acerca da saúde mental de adolescentes durante a pandemia de Covid-19. Em outras palavras, busca-se sintetizar os resultados das pesquisas brasileiras a fim de analisar as principais consequências da pandemia e do isolamento social para a saúde mental dos adolescentes.

Espera-se contribuir para o delineamento de estratégias de promoção da saúde mental que considerem as necessidades e vivências específicas dos jovens frente à pandemia. Uma vez que a revisão integrativa possibilita reunir e discutir criticamente um conjunto de estudos sobre a temática, oferecendo subsídios relevantes para políticas públicas e práticas em saúde (Mendes et al., 2008). Assim, os resultados poderão auxiliar profissionais da saúde, educadores e gestores na elaboração de programas e ações para mitigar os impactos da pandemia e fortalecer o cuidado integral à saúde de adolescentes.

Portanto, busca-se responder o questionamento sobre quais são os impactos da pandemia na saúde mental dos adolescentes? Neste sentido, visualizar as mudanças deste período e como elas afetaram a rotina, alimentação, percepções de mundo e as relações familiares, para assim compreender como esses fatores refletem na saúde mental dos jovens.

Discussão Teórica

Segundo Gaino et al. (2018), o conceito de saúde mental é formado historicamente, isto é, conforme os diversos contextos socioeconômicos e, do mesmo modo, pela evolução das práticas em saúde. Apesar disso, nos últimos dois séculos,

assistimos à predominância de um discurso que restringe esse conceito ao domínio da medicina.

No entanto, à medida em que o cuidado em saúde se tornou interdisciplinar, várias áreas do conhecimento têm progressivamente adotado esses conceitos, levando à diversidade de saberes em torno da definição de saúde mental (Gaino et al., 2018). Por exemplo, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde mental é “um estado de bem-estar no qual o indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade” (GAINO et al., 2018, p.110).

Nesse sentido, o termo 'bem-estar', como definido pela OMS, é um elemento integrante tanto da concepção de saúde quanto da saúde mental, sendo um conceito de natureza subjetiva e profundamente moldado pela cultura. Ademais, o Sistema Único de Saúde no Brasil (SUS), adota uma visão abrangente de saúde, na qual o cuidado da saúde mental é uma de suas prioridades em todos os períodos do desenvolvimento humano (Gaino et al., 2018).

Em relação ao período da adolescência, entendemos que essa pode ser caracterizada de diferentes maneiras, levando em consideração, por exemplo, fatores fisiológicos, hormonais e também emocionais. Ao se pensar nesse período da vida, tem-se a visão de uma fase repleta de mudanças, a começar pelos fatores corporais, como crescimento acelerado, surgimento de acne e pelos, dentre outras características. Além de ser marcado pelo aflorar da sexualidade e da curiosidade sobre o assunto. É também um período no qual a personalidade do indivíduo se transforma, através de muitas dúvidas sobre o pertencimento, em um recorte do desenvolvimento no qual já se é velho demais para ser criança, porém jovem demais para ser adulto, o adolescente busca se conectar a algo, seja uma ideia, grupo, estilo de vida, na tentativa de construir a sua própria identidade (Bock, 2007).

Ademais, durante a adolescência, as crianças entram na fase de jovens adultos, enfrentando mudanças significativas em aspectos físicos, intelectuais e emocionais. No entanto, o processo de transição para a idade adulta não segue uma trajetória linear. Segundo Bock (2007) os adolescentes não se transformam simplesmente em adultos ao longo do tempo. Pelo contrário, eles oscilam entre comportamentos que refletem a maturidade e a infantilidade. Conforme os adolescentes amadurecem, gradativamente passam mais tempo agindo de forma adulta e menos tempo agindo como crianças.

Assim, os adolescentes manifestam o desejo de se tornarem adultos fortes e populares entre seus amigos, mas ao mesmo tempo enfrentavam dificuldades para se adaptarem às regras estabelecidas pela escola. Em geral, demonstravam agitação e uma propensão a falar muito. A energia em excesso dos estudantes muitas vezes resultava em comportamentos indisciplinados, como brincadeiras de mau gosto, impaciência e empurrões, o que gerava um ambiente desafiador para a professora, a mesma se sentia sobrecarregada e incapaz de lidar com os conflitos e a violência na sala de aula (Estrela, 2002).

Além disso, adolescentes mais jovens demonstram ter maior propensão a desenvolver projetos de vida relacionados a relacionamentos afetivos, religião/espiritualidade e também bens materiais em comparação com os mais velhos. Logo, observou-se uma inclinação para a diminuição dos projetos na dimensão religião/espiritualidade à medida em que os adolescentes amadurecem, assim como uma correlação negativa entre a escolaridade dos pais e a dimensão religião/espiritualidade. No que diz respeito ao tipo de escola, os resultados indicaram que os adolescentes de escolas públicas tendem a ter mais projetos de vida na área de relacionamentos afetivos do que aqueles matriculados em outros tipos de instituições de ensino, e os projetos relacionados à dimensão religião/espiritualidade são mais prevalentes entre os adolescentes que frequentam escolas públicas (Pereira et al., 2021).

Conforme Pereira et al (2021), é notável que os estudantes matriculados na escola pública de ensino integral demonstraram um interesse maior em projetos de vida ligados a bens materiais em comparação com seus colegas de escolas públicas e particulares. Parece evidente que esses estudantes almejam alcançar independência financeira e adquirir propriedades, o que pode estar associado ao fato de que têm menos projetos relacionados à dimensão de Relacionamentos Afetivos. Isso sugere que eles buscam estabilidade e uma boa qualidade de vida antes de considerar, por exemplo, a formação de uma família. Esses processos revelam para uma correlação entre essas duas dimensões de projetos de vida, indicando que quanto mais ênfase é dada aos bens materiais, menor tende a ser o foco nos relacionamentos afetivos (Pereira et al., 2021).

Portanto, embora a capacidade de o indivíduo se projetar reflexivamente, adotando um projeto (de vida, de futuro) que dê sentido à sua biografia, revela-se, justamente, como desígnio institucional crucial: o projeto de vida constitui prova dessa

gestão autônoma de si e representa o culminar bem-sucedido do trabalho socializador da escola exercido sobre os estudantes (Gomes et al., 2014). A escola, dessa maneira, apresenta-se de forma ambivalente, isto é, ao mesmo tempo em que se declara responsável pela educação, também coloca no indivíduo a responsabilidade pelo êxito ou fracasso de sua trajetória dentro e fora da escola (Gomes et al., 2014).

Método

Esse estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conhecida enquanto metodologia que viabiliza a síntese do conhecimento e possui uma ampla abordagem metodológica, incluindo estudos experimentais e quase-experimentais, que oferece uma melhor amplitude dos fenômenos de interesse de estudo, estimulando posteriormente a utilização desses resultados de pesquisas na prática clínica (Mendes e Col., 2008).

Assim, a revisão integrativa analisa uma temática específica, e percorre etapas do método científico, no primeiro momento determina-se o objetivo específico, formula-se às hipóteses ou questionamentos, realiza a busca de pesquisas relevantes na literatura que seguem os critérios de inclusão e exclusão determinados, avaliação crítica dos estudos selecionados, e por fim, a interpretação e discussão dos resultados alcançados. Logo, ela possibilita a inclusão de diferentes tipos de estudos, sendo uma ferramenta importante de comunicação dos resultados de pesquisas (Mendes e Col., 2008).

Para realização dessa revisão foram delimitadas as seguintes etapas: identificação do tema e seleção de questão de pesquisa; definição dos critérios incluídos para inclusão e exclusão dos estudos e das informações a serem extraídas; categorização e avaliação dos estudos incluídos na revisão; interpretação dos resultados e apresentação da revisão/síntese do conhecimento (Mendes e Col., 2008).

Após a definição da questão condutora, os critérios para inclusão dos artigos foram; (1) Artigos nas bases de dados dos periódicos Scielo; (2) Publicações do período de 2019 a 2023 sobre pandemia Covid-19; (3) Artigos que atendam ao objetivo previamente definido, sobre os estudos psicológicos na saúde mental dos adolescentes na pandemia. Exclusão: (1) Trabalhos que não apresentavam texto

completo, (2) Não estar publicado no idioma português, (3) Estudos de outras áreas do conhecimento.

Pesquisando na base de dados Scielo, ao cruzar os descritores Assistência em saúde mental e adolescentes, obteve-se 17 resultados. Ao pesquisar Serviço de saúde do adolescente e área da saúde mental nenhum artigo foi encontrado. A busca com os descritores de serviços de saúde mental e crise humanitária também não obteve resultados, enquanto que saúde mental e pandemia apresentou 12 artigos. Na busca por pandemia e adolescentes surgiram 48 resultados. Foram encontrados 5 artigos na pesquisa dos descritores covid-19 e adolescente, enquanto saúde mental adolescentes e pandemia covid-19 tiveram 11 resultados. No total, foram encontrados 93 artigos, dos quais 14 foram selecionados seguindo os critérios de inclusão e exclusão apresentados. Acrescenta-se que 4 artigos se encontravam repetidos entre as pesquisas.

Resultados

A amostra final foi composta por 14 artigos científicos, selecionados para a revisão integrativa. Após a análise dos artigos, elaborou-se um quadro que representa as especificações de cada um dos artigos, sendo representado pela letra (A) de artigo e pelo número cardinal. Destes, observou-se, 8 estudos qualitativos, 3 estudos quantitativos, 2 estudos transversais e 1 estudo misto, que foram encontrados em diversos periódicos.

Ao realizar a leitura dos artigos, foram identificados os métodos utilizados, sendo eles, entrevistas, entrevistas semiestruturadas, questionário, questionário on-line, questionário de autopreenchimento, questionário e entrevista, revisão bibliográfica, pesquisa descritiva e exploratória, estudo transversal, descritivo e analítico, entrevistas audiogravadas, ensaio, revisão sistemática de literatura, do tipo scoping review, análise de taxas de notificação, análise interpretativa de estudos brasileiros.

Os resultados serão apresentados no seguinte quadro: (Quadro 01).

Identificação	Autores	Título do artigo	Ano	Principais resultados
----------------------	----------------	-------------------------	------------	------------------------------

A1	Kátia Maria Penido Bueno; Simone Costa de Almeida; Mariana Moreira Sales; Mariana Ferreira Salgado	Práticas de terapia ocupacional na rede de saúde mental da criança e do adolescente	2021	As ações da terapia ocupacional no campo da saúde mental da infância e da adolescência, A caracterização das ações do terapeuta ocupacional no campo da saúde mental da infância e adolescência nos indicou que não há uma ação única, homogênea ou uniforme que pudesse ser identificada e analisada. Cada sujeito tem singularidades de formação, abordagem e entendimento que vão interferir em suas ações e cada dispositivo com suas propostas, características, funções, público-alvo, vinculação a níveis de atenção distintos e especificidades vão condicionar a inserção dos profissionais.
A2	Deborah Carvalho Malta; Crizian Saar Gomes; Nádia Machado de Vasconcelos; Marilisa Berti de Azevedo Barros; Margareth Guimarães Lima; Paulo Roberto Borges de Souza Júnior; Celia Landmann Szwarcwald	O consumo de bebidas alcoólicas entre adolescentes durante a pandemia de COVID-19	2023	O presente estudo detectou diminuição do consumo de bebidas alcoólicas durante a pandemia entre adolescentes jovens, porém o consumo foi quase três vezes mais elevado nos adolescentes mais velhos, que referiram sintomas de piora da saúde mental, como sentimentos de tristeza, irritação e piora na qualidade do sono. A pandemia significou, para a maioria dos adolescentes, afastamento dos amigos e mudança na rotina, pois muitos permaneceram sozinhos em casa, o que pode ter influenciado o aumento da tristeza, da irritabilidade e a piora na qualidade do sono. Nesse cenário, alguns adolescentes podem ter usado substâncias psicoativas como forma de lidar com esses sentimentos ruins na fase de distanciamento social.
A3	Daniella Teixeira Dantas Gouget; Joanna D'Arc	Almanaque das Emoções para crianças e adolescentes, em época de pandemia	2022	O artigo busca trazer maneiras de se trabalhar as emoções, pensamentos e sentimentos das crianças e adolescentes frente às mudanças vistas no período pandêmico, dando um espaço

	Barbosa Bastos			adequado para o indivíduo se expressar. Nesse sentido, o material trabalha os impactos da pandemia em relação aos adolescentes através das perspectivas dos mesmos.
A4	Daniela Bulcão Santi; Roberta Rossa; Luciene da Silva Santos Bomfim; Alcione Ribeiro Dias; Ieda Harumi Higarashi; Vanessa Denardi Antoniassi Baldissera	Saúde do adolescente na pandemia de Covid-19: uma construção através do modelo de Nola Pender	2022	Construir um conhecimento sobre as vivências e perspectivas de saúde dos adolescentes em face à Pandemia de Covid-19. O tema da saúde mental como protagonista na oficina, permeando a realidade dos adolescentes na condição de distanciamento social.
A5	Kedma Augusto Martiniano Santos; Paula Orchiucci Miura; Alana Madeiro de Melo Barboza; Cristina Generino dos Santos Lima Araújo	Quais os significados sobre família em situação de pandemia para os adolescentes?	2022	Explorar a mudança nas relações familiares durante a pandemia, tanto em seus aspectos positivos quanto negativos, pode ressaltar a percepção dos adolescentes sobre esse período e seus impactos.

A6	Vanessa Borges Platt; Jucélia Maria Guedert; Elza Berger Salema Coelho	Violência contra crianças e adolescentes: notificações e alerta em tempos de pandemia	2021	O agravamento das situações contra os adolescentes no período pandêmico, reflete nas condições psicológicas destes e a forma como esse período impactou a vida desses sujeitos.
A7	Thaianne Cristine Gadagnoto; Lise Maria Carvalho Mendes; Juliana Cristina dos Santos Monteiro; Flávia Azevedo Gomes-Sponholz; Nayara Gonçalves Barbosa	Repercussões emocionais da pandemia da COVID-19 em adolescentes: desafios à saúde pública	2022	A pandemia da COVID-19 provocou sintomas emocionais nos adolescentes, com a vivência de sentimentos de incertezas, medo, angústia, ambivalência, ansiedade, tédio, falta de motivação, depressão e situações de ideação suicida. A intensificação do uso da Internet, principalmente o consumo de notícias relacionadas à pandemia, provocou mal-estar nos adolescentes, acirrando os sentimentos negativos. Fragmentação nas relações familiares e inconsistência da rede de apoio social, evidenciada pela falta de acolhimento das necessidades psicossociais dos adolescentes.
A8	Luiza Cesar Riani Costa; Marília Gonçalves; Fabiano Henrique Oliveira Sabino; Wanderlei Abadio de Oliveira; Diene Monique Carlos	Adolescer em meio à pandemia de Covid-19: um olhar da teoria do amadurecimento de Winnicott	2021	A partir das reflexões, fundamentadas pela teoria do amadurecimento de Donald W. Winnicott e das condições impostas aos adolescentes pela Pandemia da Covid-19, conclui-se que os adolescentes configuram atualmente um grupo de alta vulnerabilidade ao adoecimento psíquico. Faz-se urgente considerar as particularidades dos adolescentes nesse momento pandêmico e que sejam pensadas estratégias de cuidado que diminuam seu poder traumático.

A9	Carolina Ferreira Peterle; Caroline Lima Fonseca; Bruna Hinnah Borges Martins de Freitas; Maria Aparecida Munhos Gaíva; Paula Manuela Jorge Diogo; Juliano Bortolini	Problemas emocionais e comportamentais em adolescentes no contexto da COVID-19: um estudo de método misto	2022	Percebe-se o aumento de problemas emocionais e sociais no período pandêmico em relação aos adolescentes entrevistados, trazendo pontos como ansiedade, isolamento e tristeza a serem analisados.
A10	Wanderlei Abadio de Oliveira; Jorge Luiz da Silva, André Luiz Monezi Andrade; Denise De Micheli; Diene Monique Carlos; Marta Angélica Iossi Silva	A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review	2020	Impacto e efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos adolescentes relacionados à doença e às medidas sanitárias adotadas para controlar a contaminação. Especificamente, as medidas de distanciamento social e o fechamento das escolas têm sido vivenciadas de forma negativa. Essas medidas também podem favorecer a ocorrência de violências ou comportamentos agressivos no contexto doméstico. Além disso, com a pandemia já se documentou o aumento do risco para o desenvolvimento de quadros de ansiedade, depressão e outros problemas psicológicos.
A11	Mateus Luz Levandowski; Douglas Nunes Stahnke; Tiago N. Munhoz; Jean Von	Impacto do distanciamento social nas notificações de violência contra crianças e adolescentes	2021	Análise na forma como o distanciamento social afetou as denúncias de violência doméstica e como isso afetou a saúde e os direitos da criança e do adolescente.

	Hohendorff; Roberta Salvador- Silva	no Rio Grande do Sul, Brasil		
A12	Raíssa Passos dos Santos; Eliane Tatsch Neves; Ivone Evangelista Cabral; Sydney Campbell; Franco Carnevale	Análise ética dos impactos da pandemia de COVID-19 na saúde de crianças e adolescentes	2022	A realidade brasileira tem demonstrado uma exclusão estrutural das vozes das crianças, demonstrando a necessidade de mais estudos para aprofundar o conhecimento sobre o tema, a exclusão de opiniões, subjetividade e na tomada de decisões de crianças e adolescentes têm impacto na saúde mental.
A13	Débora Carvalho Malta; Crizian Saar Gomes; Marilisa Berti de Azevedo Barros; Margareth Guimarães Lima; Alana Gomes da Silva; Iais Santos de Magalhães Cardoso; André Oliveira Werneck; Danilo Rodrigues Pereira da Silva; Arthur Patê de Souza Ferreira; Dália Elena Romero;	A pandemia de COVID-19 e mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros	2021	Aponta mudanças no estilo de vida dos adolescentes com o aumento de comportamentos de risco à saúde

	Maria Imaculada de Fátima Freitas; Ísis Eloah Machado; Paulo Roberto Borges de Souza Junior; Giseli Nogueira Damacena; Luiz Otávio Azevedo; Wanessa da Silva de Almeida; Célia Landmann Szwarcwald			
A14	Daniel Arias Vazquez; Sheila C.Caetano Rogerio Schlegel; Elaine Lourenço; Ana Nemi; Andréa Slemian; Zila M. Sanchez	Vida sem escola e a saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19	2022	Identificar os efeitos da pandemia de covid-19 sobre a saúde mental dos jovens relacionados com as mudanças no comportamento juvenil durante o período de fechamento das escolas, os estudantes passaram mais tempo utilizando as telas e trocando a noite pelo dia, quais são fatores associados ao aumento de casos de depressão e ansiedade

Fonte: Elaborado pelos autores, 2023.

A partir desses resultados elencamos as seguintes categorias de análise: vivências; comportamentos e emoções/sentimentos; efeitos da pandemia; saúde mental dos adolescentes. Tais processos, serão analisados e discutidos no próximo item.

Discussão dos Resultados

De modo geral, durante o período da pandemia observamos um relativo atraso nos processos de produção e publicações científicas. O momento de isolamento social pode ter gerado muitas perdas como empregos, saúde, familiares dentre outras que não podem ser descritas, diante dessa realidade, a principal preocupação muitas era voltada a outros aspectos da vida. Essa luta pela sobrevivência acabou não gerando espaço para se pensar em como a situação estava afetando os indivíduos, como iria refletir no futuro ou mesmo em que conteúdo produzir com essas informações (Monteiro, 2020).

Neste contexto, o atraso nas publicações se revela, visto que a maior parte dos artigos encontrados relacionados ao tema desta revisão foram publicados apenas no ano de 2022. Esse movimento pode ter ocorrido tanto em virtude dos aspectos já mencionados - contradições no processo de produção e publicação científica - bem como devido ao fato de as pessoas estarem em condições de isolamento social, dificultando, por exemplo, os estudos com o público adolescente. Em outras palavras, entendemos que esse movimento pode também ter sido fruto do distanciamento social.

Analisando a natureza dos estudos selecionados, observou-se a maior recorrência de estudos qualitativos. A pesquisa qualitativa é uma das diversas formas de estudo e possui algumas características básicas, seguindo essa perspectiva, para entender a dinâmica do fenômeno, o pesquisador precisa ir a campo, para coleta de dados a partir da perspectiva e do ponto de vista das pessoas envolvidas (Godoy, 1995). Sendo assim, tem-se uma melhor compreensão quando analisados de uma perspectiva integrada, visando o contexto dos quais os fenômenos fazem parte. Os estudos qualitativos possuem diferentes possibilidades de pesquisa, sendo as mais conhecidas: a pesquisa documental, estudo de caso e a etnografia (Godoy, 1995).

Já entre os métodos, isto é, como as pesquisas foram realizadas, notou-se que os estudos que mais se destacaram foram os desenvolvidos por meio de entrevistas. As entrevistas utilizadas para coleta de dados foram compostas por modelo teórico formulado em um conjunto de perguntas relacionadas às vivências, comportamentos, emoções e efeitos da pandemia na saúde mental dos adolescentes (Bueno, 2021).

Em relação aos conteúdos encontrados nos artigos que fazem parte desta revisão, destacam-se temas relacionados às vivências, emoções, sentimentos, comportamentos e os efeitos da pandemia na saúde mental dos adolescentes.

Sobre as vivências, estas englobam a forma do sujeito se relacionar com o mundo e como esse mundo afeta o sujeito, todo esse processo influencia diretamente o desenvolvimento do indivíduo, tanto neurológico quanto emocionalmente. A pandemia alterou completamente a forma com que todos se relacionavam e estavam acostumados a conviver. As mudanças afetaram drasticamente adultos que já estavam com todo o seu desenvolvimento básico concretizado. Nesse contexto, é possível questionar como a pandemia afetou os jovens em meio ao seu processo de desenvolvimento natural com a alteração completa da realidade vivenciada (Toassa e Souza, 2010).

Pode observar-se que a alteração das vivências as quais os jovens estavam acostumados, como a rotina de estudos, socialização, horário de sono e alimentação, afetaram a qualidade de vida dos jovens no período pandêmico, tendo em vista o aumento do sedentarismo e a falta de sono regular pelo período em frente às telas (Malta et al., 2021). Todas essas alterações na rotina e padrões de comportamento, em conjunto com as dificuldades em se adaptar ao modelo de ensino à distância, além de apresentarem problemas à saúde física dos adolescentes, puderam ser associados aos sintomas de ansiedade e depressão que surgiram no período de isolamento da Covid-19 (Vazquez et al., 2022).

A alteração nos horários de sono e tempo em tela afetam diretamente as experiências que os jovens têm, com a intensidade do uso de tecnologias, a comunicação com os indivíduos presentes no mesmo ambiente acabou diminuindo, assim como o tempo passado juntos, prejudicando a saúde e as relações familiares. Os estudos publicados demonstram algumas das mudanças enfrentadas por adolescentes em período pandêmico, como a diminuição drástica do convívio social pela ausência do contexto escolar em modelo presencial e como isso afetou a saúde física e mental dos mesmos. A falta de rotina e aumento de tempo em telas acabou por afetar também as relações familiares, mesmo com os membros da família estando juntos no mesmo ambiente, o isolamento afetivo se tornou visível.

Além disso, para pensarmos nas alterações emocionais faz-se necessário a conceituação e possíveis diferenciações entre emoções, sentimentos e comportamentos. Para Smirnov (1969, apud Machado, Facci e Barroco, 2011) os sentimentos correspondem a necessidades culturais e espirituais as quais apareceram durante o desenvolvimento histórico da humanidade. Os sentimentos dependem das condições de vida do homem, de suas relações e necessidades,

porém o caráter social não é exclusivo deles, pois o autor considera que as emoções, ainda que mais associadas a fenômenos orgânicos. Em outras palavras, eles são sempre, e inevitavelmente, reações de um ser social, ligadas às exigências sociais de cada período histórico da humanidade, por sua vez, as emoções correspondem mais a satisfação de necessidades orgânicas relacionadas às sensações, além de seu caráter histórico, as emoções e os sentimentos também dependem da maneira de viver da sociedade, da classe social a que o indivíduo pertence e de sua educação.

Nesse sentido, o período da adolescência é essencial para o enfrentamento das várias mudanças emocionais, que incluem aspectos psicológicos, cognitivos, sociais, sexuais e morais, que estão interconectados e influenciados pelo desenvolvimento físico, busca de identidade e autonomia. O desenvolvimento de habilidades emocionais e sociais é crucial para o bem-estar, incluindo a capacidade de lidar com emoções e construir relacionamentos (Gadagnoto et al., 2022).

No entanto, experienciar sofrimento emocional nesse período pode levar a sintomas como agressividade e depressão, prejudicando a saúde física e mental dos adolescentes, além de afetar seu funcionamento social e cognitivo. Os problemas emocionais e comportamentais incluem humor deprimido, dificuldades nas relações interpessoais, comportamentos inadequados e preocupações físicas ou medos relacionados a problemas sociais (Gadagnoto et al., 2022).

Inicialmente, parece que os adolescentes poderiam ter subestimado a gravidade da pandemia, mas ao longo do tempo, o confinamento em casa afetou suas emoções, levando a sentimentos de angústia, medo, incerteza e ansiedade. No início da pandemia, eles demonstraram resiliência, adaptando-se a novas práticas como o ensino online, mas posteriormente, perceberam o impacto real nas áreas financeiras, relacionamentos e educação (Peterle et al., 2022).

A ansiedade e a exaustão aumentaram à medida que a pandemia se prolongou, causando frustração e impaciência devido às implicações em suas vidas, e o medo do vírus. Essas mudanças repentinas também levaram a sentimentos, tais como, frustração, irritação, saudades e tédio devido ao distanciamento social (Peterle et al., 2022).

Em resumo, pode-se inferir que os adolescentes enfrentaram uma complexidade de processos emocionais e comportamentais durante a pandemia, com uma transição da resiliência inicial para preocupações persistentes. Isso se deve em parte à sua busca por independência e relacionamentos mais complexos durante a

adolescência, bem como às tensões familiares causadas pelas circunstâncias da pandemia (Peterle et al., 2022).

No que diz respeito ao comportamento de risco à saúde, o estudo de Malta et al (2021), aponta que houve um aumento do comportamento sedentário, diminuição da atividade física e redução no consumo de álcool, porém, o consumo foi maior entre adolescentes que relataram piora da saúde mental, e com sintomas de tristeza, irritação e má qualidade do sono (Malta et al., 2023).

Conforme a análise dos artigos apresentados nos resultados, observamos que no início da pandemia os adolescentes adaptaram-se conforme as necessidades. No decorrer do confinamento, houve aumento dos sintomas de ansiedade, com o cenário de incertezas e medo, principalmente quando perceberam os impactos na educação, no financeiro, nas tensões nas relações familiares, interpessoais e sociais, gerando alterações no bem-estar geral.

Com a crise da COVID-19 que teve início em março de 2020, houve um impacto substancial na vida dos adolescentes em uma escala global, entretanto abordaremos o cenário no Brasil; em regiões onde os recursos públicos são escassos, especialmente nos setores de saúde e educação, as disparidades sociais foram amplificadas durante a pandemia. Essa vulnerabilidade foi exacerbada em países de baixa renda, especialmente nas comunidades mais desfavorecidas (Santos et al., 2022).

Outro efeito da pandemia sobre os adolescentes foi relacionado a violência doméstica, o número de denúncias feitas no SINAN (Sistema de informação de agravos de notificação) de 136 Municípios do estado de Santa Catarina, no ano de 2020 mostrou uma diminuição progressiva nas notificações. O mesmo artigo ainda reflete sobre a questão de que a baixa desses números não significa a redução de casos, mas sim de que os meios de denúncia ficaram mais difíceis de se acessar, dificuldade de apresentar queixa e falta de acesso a recursos sociais existentes para cuidar das vítimas (Platt et al., 2021). Resultados semelhantes foram encontrados no Rio Grande do Sul onde ocorreu uma redução de 70% de notificações dos casos de violência durante o momento de maior distanciamento social decorrente da pandemia em março e abril de 2020 (Levandowski et al., 2021).

Por sua vez o consumo de bebidas alcoólicas entre os adolescentes brasileiros teve diminuição, devido principalmente pela restrição social e estilo de vida desse período. O acesso a bebidas acontece de forma mais comum em festas, a faixa etária

que mais consumiu foi de 16 e 17 anos, sendo três vezes maior que adolescentes de 13 a 15 anos. Com a maior chance desse comportamento foram adolescentes do sexo feminino. Apesar de ocorrer diminuição do consumo, ainda são números preocupantes (12,7%). O consumo foi maior entre adolescentes que relataram piora da saúde mental, e com sintomas de tristeza, irritação e má qualidade do sono (Malta et al., 2023).

Dentre os efeitos negativos da pandemia, para os adolescentes, a exposição ao estresse agudo e crônico foi muito preocupante. A ruptura de planos para 2020, mudando as expectativas criadas anteriormente, aproximando os adolescentes a o ambiente familiar que acabou sendo prejudicial para muitos deles, uso exagerado de internet, para os adolescentes que tinham acesso, os expôs a novos riscos digitais, como fraudes e violência. As repercussões emocionais da pandemia se concentram nos sentimentos de incerteza, medo, ambivalência, ansiedade, depressão e situações de ideação suicida (Gadagnoto et al., 2022).

A respeito do prejuízo para o crescimento emocional, destacamos a perspectiva de Winnicott, que foi um psicanalista e pediatra inglês e diferentemente de Freud teve maior contato com crianças trazendo perspectivas muito interessantes a respeito dessa fase da vida humana. Destacamos de maneira resumida algumas de suas ideias para pensar no processo de adolecer em meio a pandemia. Por exemplo, Winnicott (1983) diz que o ser humano tem em si, uma tendência natural e espontânea para o desenvolvimento, crescimento e integração como unidade.

Por outro lado, essa tendência se concretiza apenas em um ambiente suficientemente bom, já em um ambiente que atrapalhe seu desenvolvimento, a criança precisa lutar contra o desconforto causado por esse ambiente e conseqüentemente não possui as condições para o desenvolvimento de sua personalidade plena (Costa et al., 2021).

No que diz respeito aos padrões alimentares, segundo (Malta et al., 2021) observou-se um incremento no consumo regular de vegetais em todas as faixas etárias e gêneros, concomitantemente a uma diminuição na ingestão de frituras tanto na população global quanto na faixa etária de 12 a 15 anos. Em contrapartida, registou-se um aumento no consumo de produtos congelados, chocolates, doces e batatas fritas entre os adolescentes de 16 a 17 anos. É importante ressaltar que a ingestão de frutas e hortaliças representa um fator de proteção contra patologias cardiovasculares e diabetes tipo II (Malta et al., 2021).

Sabendo que a pandemia de Covid-19 modificou o estilo de vida de todas as crianças e adolescentes do Brasil, um dos problemas foi o aumento no tempo de uso de telas, tal comportamento está associado a maior sentimento de tristeza, desmotivação e ansiedade. A maior parte desse público teve agravantes para o prejuízo da saúde física e especialmente mental por ter condições sociais e monetárias inferiores a outras.

Nota-se que famílias de baixa renda foram as mais afetadas, o medo constante de contrair a doença ou de perder algum familiar foi intenso levando em conta que algumas pessoas não tiveram a opção de ficar em casa pela natureza de seu emprego. A falta de renda, exposição a um ambiente violento e maior dificuldade em denunciar qualquer tipo de violência trouxe danos significativos para os adolescentes. Com a má alimentação, a falta e desconstrução de planos futuros, os adolescentes de 16 e 17 anos foram possivelmente os mais prejudicados.

Por fim, os estudos psicológicos sobre adolescentes na pandemia revelaram que durante a pandemia, houve um atraso nas produções e publicações científicas devido ao foco na sobrevivência diante de perdas significativas, como empregos e saúde. Os estudos sobre a pandemia e seus efeitos nos adolescentes se concentraram em pesquisas qualitativas, principalmente usando entrevistas como método. A pandemia causou mudanças nas vivências dos jovens, afetando rotinas, relações sociais, qualidade de vida e saúde mental. Os jovens enfrentaram alterações nos padrões de sono e tempo de tela, prejudicando a saúde física e as relações familiares, com isso aumentando, por exemplo, sintomas de ansiedade e depressão.

Segundo Gadagnoto et al. (2022), o período de adolescência é crítico para o desenvolvimento emocional, mas o sofrimento emocional durante a pandemia resultou em problemas de comportamento e saúde mental. Os adolescentes inicialmente subestimaram a gravidade da pandemia, mas a ansiedade, a exaustão e a frustração aumentaram ao longo do tempo. Em relação aos comportamentos de risco à saúde, houve um aumento do comportamento sedentário, diminuição da atividade física e redução no consumo de álcool entre os adolescentes durante a pandemia. Essas mudanças afetaram ambos os sexos.

Considerações Finais

O presente artigo teve como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura sobre os estudos que relacionam a saúde mental dos adolescentes e a pandemia de Covid-19. Diante das buscas por materiais relacionados ao tema, pode-se observar um baixo número de publicações científicas.

A dificuldade de produção durante o período pandêmico, ou mesmo na coleta de dados, pode ter sido influenciada pelo distanciamento social, tendo em vista que as mudanças de humor, rotina, saúde física e mental dos jovens seriam mais perceptíveis aos familiares que mantiveram contato direto na pandemia.

A adolescência é um período de profunda transformação emocional e social, com o desenvolvimento de habilidades cruciais para o bem-estar dos adolescentes, no entanto, a pandemia trouxe desafios inesperados, impactando as emoções e resiliência dos jovens e muitos enfrentaram dificuldades emocionais. As vivências dos jovens foram profundamente afetadas, alterando suas rotinas, relações sociais e hábitos de sono. Essas mudanças impactaram negativamente a qualidade de vida, levando ao aumento do sedentarismo e à falta de sono regular devido ao tempo excessivo em frente às telas. Essas alterações na rotina, combinadas com os desafios do ensino à distância, contribuíram para sintomas de ansiedade e depressão.

Além disso, houve mudança em comportamentos de saúde, como o aumento do comportamento sedentário e a diminuição da atividade física, destacando a necessidade de atenção à saúde mental e física dos adolescentes, especialmente em tempos de crise. A pandemia aliada ao distanciamento social teve um impacto majoritariamente negativo na saúde mental dos adolescentes, intensificando a exposição desse público a todos os tipos de violência; aumento de sentimentos negativos e poucas formas de recorrer a apoio ou auxílio. Ademais, o isolamento social afetou as relações familiares, resultando em um distanciamento afetivo, mesmo com a família compartilhando o mesmo espaço.

O ideal seria descobrir como promover a saúde mental nos pós pandemia, visando recuperar os danos, e construir uma juventude saudável e resiliente. Sendo assim, é necessário que essas questões recebam contínua investigação e é fundamental reconhecer esses desafios e oferecer apoio contínuo aos adolescentes, tanto em sua jornada de crescimento como em tempos de crises inesperadas.

Referências

BOCK, A. M. B.; A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. *Psicologia Escolar e Educacional*. Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE). p. 63-76, Junho, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572007000100007>

BUENO, K. M. P. et al. Práticas de terapia ocupacional na rede de saúde mental da criança e do adolescente. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 29, 2021.

COSTA, L. C. R. et al. Adolescer em meio à pandemia de Covid-19: um olhar da teoria do amadurecimento de Winnicott. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, v. 25, 2021.

ESTRELA, M. T.; *Relação pedagógica, disciplina e indisciplina na aula*. (4a. Ed.). Porto: Porto Editora, 2002.

GADAGNOTO, T. C. et al. Repercussões emocionais da pandemia da Covid-19 em adolescentes: desafios à saúde pública. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 56, p. e20210424, 2022.

GAIANO, L. V.; Souza J, C. C. T.; Tulimosky, T. D.; O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)*, v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018.

GODOY, A. S.; *Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais*. *Revista de Administração de empresas*, v. 35, p. 20-29, 1995.

GOMES, R. C. et al. Significados construídos por adolescentes acerca do processo de escolarização. *Psicologia da Educação*, n. 39, p. 75-88, 2014.

LEVANDOWSKI, M. L. et al. Impacto do distanciamento social nas notificações de violência contra crianças e adolescentes no Rio Grande do Sul, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, p. e00140020, 2021.

MALTA, D. C. et al. A pandemia de COVID-19 e as mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 24, 2021.

MALTA D. C.; Gomes C. S.; Vasconcelos N. M.; Barros M. B. A.; Lima M. G.; Souza Júnior P. R. B.; et al. O consumo de bebidas alcoólicas entre adolescentes durante a pandemia de COVID-19, ConVid Adolescentes — Pesquisa de Comportamentos. *Rev Bras Epidemiol. Rev Bras Epidemiol*. 2023. Disponível em: 26(Suppl 1): e230007.supl.1. <https://doi.org/10.1590/1980-549720230007.supl.1.1>

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M.; Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto & contexto-enfermagem, v. 17, p. 758-764, 2008.

MONTEIRO, A. C. L.; A publicação científica em tempos de pandemia e caos: o desafio de “manter-se vivo... respirando”. Revista de Psicologia, v. 32, n. 2, p. 108-110, maio-ago. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fractal/a/3dZVfc6CrdSV7gvyPkJRZQJ/?lang=pt>

PEREIRA, B. C.; ZANON, C.; ZANON, L. L. D.; Influência dos Contextos Escolar e Familiar nos Projetos de Vida de Adolescentes. Psicologia: ciência e profissão. 2021 Disponível em : <https://doi.org/10.1590/1982-3703003227915>

PETERLE, C. F. et al. Problemas emocionais e comportamentais em adolescentes no contexto da COVID-19: um estudo de método misto. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 30, p. 3744, 2022.

PLATT, V. B.; GUEDERT, J. M.; COELHO, E. B. S.; Violência contra crianças e adolescentes: notificações e alerta em tempos de pandemia. Revista Paulista de Pediatria , 2020.

SANTOS, K. A. M. et al. Quais os significados sobre família em situação de pandemia para os adolescentes?. Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, p. 193-203, 2022.

SMIRNOV, A. A. Las emociones y los sentimientos. In A. A. Smirnov, Leontiev, A. N., Rubinshtein, S. L., Tieplov, B. M. Psicologia (pp. 355-381). México: Editorial Grijalbo S. A. (1969).

TOASSA, G.; SOUZA, M. P. R.; As vivências: questões de tradução, sentidos e fontes epistemológicas no legado de Vigotski. PSICOLOGIA USP, São Paulo, 21(4), 757-779, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-65642010000400007>

VAZQUEZ, D. A. et al. Vida sem escola e saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19. Saúde em Debate, v. 46, p. 304-317, 2022.

WINNICOTT, D. W.; O ambiente e os processos de maturação: Estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional. Porto Alegre: Artmed, 1983.