OS EFEITOS PSICOLÓGICOS DECORRENTES DA COVID-19 EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Autores: Ahane Kamiyama da Silva, Ana Clara de Freitas, Brenda Barbuglio Goulart
Universidade do Vale do Paraíba – Univap, Faculdade de Educação e Artes, Cursos de Psicologia, São José dos Campos-SP, Brasil. Orientadora: Profa. Dra. Débora Inácia Ribeiro.
anacfreitas_mm@hotmail.com, brebarbuglio@icloud.com , Hanakamiyama68@gmail.com, debora.ribeiro@univap.br

Resumo

A pandemia de COVID-19 produziu impactos relevantes na saúde mental de crianças e adolescentes, afetando dimensões emocionais, sociais, cognitivas e relacionadas ao desenvolvimento. Este estudo teve como objetivo investigar os efeitos psicológicos decorrentes da pandemia nessa população, considerando especialmente os impactos emocionais, sociais e neuropsicológicos e o papel da Psicologia. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, descritiva e exploratória, de abordagem qualitativa, desenvolvida por meio de revisão de literatura. Foram considerados artigos científicos, livros e documentos institucionais, com critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. A análise da literatura evidenciou aumento de sintomas de ansiedade, depressão, irritabilidade, dificuldades de regulação emocional, prejuízos na aprendizagem e alterações nas relações sociais, além de efeitos associados ao isolamento, à hiperconectividade, ao luto e às desigualdades socioeconômicas. Conclui-se que os efeitos da pandemia ultrapassam o período agudo da crise e demandam ações preventivas e interdisciplinares, com participação da Psicologia, da família, da escola e das políticas públicas.
Palavras-chave: COVID-19. Saúde mental. Crianças. Adolescentes. Impactos psicológicos.

Área do Conhecimento: Psicologia.

Introdução

A pandemia de COVID-19 representou um importante evento sanitário e social, alterando rotinas, relações familiares, atividades escolares e oportunidades de socialização. Crianças e adolescentes constituem um grupo especialmente sensível a essas mudanças, pois atravessam etapas fundamentais do desenvolvimento emocional, cognitivo e social. O distanciamento social, o fechamento das escolas, as perdas familiares, a insegurança socioeconômica e o aumento do tempo de tela constituíram fatores associados a repercussões na saúde mental infantojuvenil (UNICEF, 2021; OMS, 2022).

A literatura reunida no trabalho aponta aumento de sintomas de ansiedade e depressão durante a pandemia, além de solidão, irritabilidade, alterações do sono, dificuldades de aprendizagem e problemas de regulação emocional. Meta-análises e revisões sistemáticas identificaram crescimento de sintomas internalizantes entre crianças e adolescentes, enquanto estudos sobre isolamento social destacaram a associação entre menor contato presencial e sofrimento psicológico (RACINE et al., 2021; LOADES et al., 2020).

Além das repercussões emocionais, a interrupção da rotina escolar e das interações presenciais interferiu em oportunidades de aprendizagem e socialização. Sob perspectivas do desenvolvimento, Piaget, Vygotsky e Bronfenbrenner ajudam a compreender a importância das interações com o ambiente, com os pares, com a família e com a escola para a construção cognitiva, emocional e social (PIAGET, 1976; VYGOTSKY, 1988).

Diante desse cenário, o objetivo geral deste estudo foi investigar os efeitos da pandemia de COVID-19 na saúde mental de crianças e adolescentes. Especificamente, buscou-se compreender impactos neuropsicológicos, emocionais e sociais no período pós-pandêmico e discutir o papel do psicólogo diante dessas demandas.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, com caráter descritivo e exploratório, desenvolvida por meio de revisão de literatura. O estudo buscou reunir e analisar produções científicas e documentos institucionais sobre os efeitos psicológicos da COVID-19 em crianças e adolescentes, contemplando dimensões emocionais, sociais, cognitivas e neuropsicológicas.

A busca considerou artigos científicos, livros, dissertações, teses e documentos acadêmicos disponibilizados em bases como SciELO, PubMed e Google Acadêmico. Conforme estabelecido no trabalho de graduação, foram priorizadas publicações de 2019 a 2024, disponíveis em texto completo, em português, inglês ou espanhol, relacionadas diretamente ao impacto da COVID-19 no desenvolvimento de crianças e adolescentes e com metodologia claramente apresentada.

Foram excluídos artigos duplicados, estudos sem relação direta com a população infantojuvenil, textos de opinião sem respaldo científico e materiais sem metodologia definida. A seleção foi organizada em etapas de leitura dos títulos, dos resumos, dos textos parcialmente selecionados e, por fim, dos trabalhos que compuseram o corpus da análise.

A análise foi realizada por meio de leitura exploratória, seletiva e analítico-interpretativa, buscando identificar categorias recorrentes na literatura. Os achados foram organizados em quatro eixos para a síntese: impactos emocionais; impactos sociais e educacionais; aspectos neuropsicológicos; e fatores de vulnerabilidade e proteção. Por se tratar de revisão de literatura, não houve coleta de dados primários.

Resultados

A análise dos estudos selecionados permitiu identificar quatro eixos principais de repercussões associadas à pandemia de COVID-19 em crianças e adolescentes: emocional, social/educacional, neuropsicológico e familiar/protetivo.

Eixo	Principais achados	
Emocional	Ansiedade, sintomas depressivos, irritabilidade, solidão e dificuldades de regulação emocional.	Isolamento, luto, medo, ruptura da rotina e estresse familiar.
Social/educacional	Redução da socialização, dificuldades de aprendizagem e ampliação das desigualdades educacionais.	Fechamento das escolas, acesso desigual a recursos e interrupção das atividades presenciais.
Neuropsicológico	Dificuldades descritas em atenção, memória, planejamento, controle inibitório e sono.	Estresse prolongado, hiperconectividade, alterações da rotina e redução de estímulos presenciais.
Familiar/protetivo	Sobrecarga parental e maior vulnerabilidade em contextos socioeconômicos desfavoráveis.	Apoio familiar, escola, serviços de saúde e redes de cuidado como fatores de proteção.

Tabela 1 – Síntese dos principais achados da revisão.

No eixo emocional, os estudos revisados apontaram ocorrência de ansiedade, sintomas depressivos, irritabilidade, solidão, alterações do sono e dificuldades de regulação emocional. Esses achados aparecem associados ao isolamento, ao luto, ao medo e às mudanças na rotina familiar e escolar (RACINE et al., 2021; LOADES et al., 2020; UNICEF, 2021).

No eixo social e educacional, foram identificadas redução das oportunidades de convivência, interrupção das atividades presenciais e dificuldades relacionadas à aprendizagem. A literatura também destacou a ampliação de desigualdades decorrentes do acesso desigual a recursos educacionais e digitais (UNICEF, 2021).

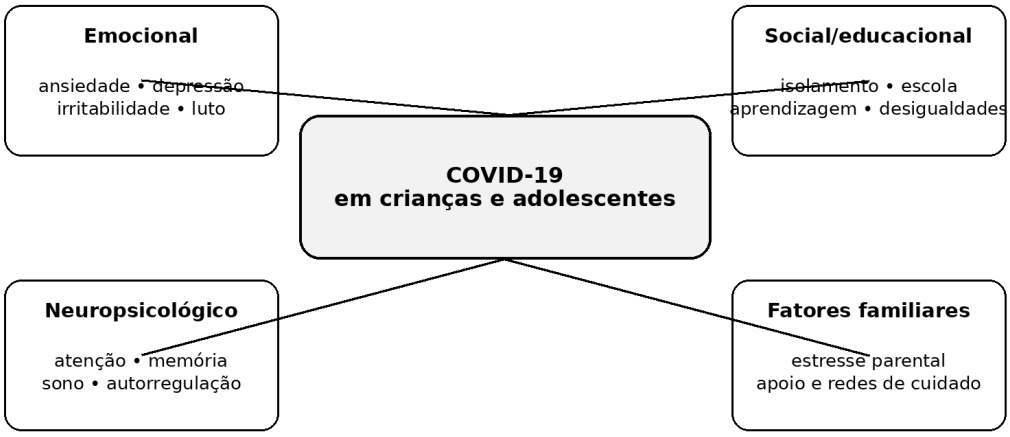
No eixo neuropsicológico, foram descritas dificuldades relacionadas à atenção, memória, planejamento, controle inibitório, aprendizagem e sono. Esses achados foram considerados em

conjunto com alterações de rotina, redução de estímulos presenciais e aumento da hiperconectividade, sem estabelecer relação causal direta entre tais alterações e a COVID-19.

No eixo familiar e protetivo, a literatura destacou estresse parental, instabilidade financeira, insegurança alimentar, precariedade habitacional e redução do acesso a serviços como fatores de vulnerabilidade. Apoio familiar, suporte escolar, redes de cuidado e acompanhamento psicológico apareceram como fatores de proteção.

A Figura 1 organiza visualmente os principais eixos de impacto identificados na literatura analisada.

Síntese dos principais eixos de impacto identificados na literatura



Fonte: elaboração das autoras, com base na literatura analisada.

Figura 1 – Eixos dos impactos psicológicos identificados na literatura. Fonte: elaboração das autoras.

Discussão

A análise da literatura evidencia que os efeitos psicológicos da pandemia de COVID-19 em crianças e adolescentes não podem ser compreendidos apenas como consequências individuais. O isolamento social, a interrupção das atividades escolares, o luto, as mudanças familiares e as desigualdades socioeconômicas constituíram condições contextuais que influenciaram a experiência da população infantojuvenil.

No âmbito emocional, a recorrência de sintomas de ansiedade, depressão, irritabilidade, solidão e dificuldades de regulação emocional indica a necessidade de compreender o sofrimento psicológico em relação às condições vivenciadas durante a pandemia. Racine et al. (2021) e Loades et al. (2020) destacam a relevância dos sintomas internalizantes e da associação entre isolamento, solidão e saúde mental.

No desenvolvimento social e educacional, a suspensão das atividades presenciais reduziu oportunidades de convivência, aprendizagem e interação entre pares. As contribuições de Piaget e Vygotsky ajudam a compreender a importância das experiências e mediações sociais para o desenvolvimento cognitivo e emocional (PIAGET, 1976; VYGOTSKY, 1988). Dessa forma, as dificuldades escolares e sociais precisam ser analisadas em articulação com os demais efeitos da pandemia.

Quanto aos aspectos neuropsicológicos, a literatura sugere repercussões em processos relacionados à atenção, memória, autorregulação, aprendizagem e sono. Entretanto, esses achados devem ser interpretados com cautela, pois a revisão não permite estabelecer causalidade direta entre cada alteração neuropsicológica e a COVID-19. Os efeitos podem estar relacionados à interação entre fatores biológicos, psicológicos, familiares, educacionais e socioeconômicos.

A dimensão familiar também se mostrou relevante. Estresse parental, instabilidade financeira e redução do acesso a serviços podem ampliar situações de vulnerabilidade, enquanto vínculos familiares, apoio escolar e redes de cuidado podem funcionar como fatores de proteção (UNICEF,

2021). Essa perspectiva reforça a necessidade de intervenções que considerem o contexto no qual crianças e adolescentes estão inseridos.

Nesse cenário, a Psicologia pode contribuir por meio do acolhimento, da identificação precoce de sinais de sofrimento, da orientação a familiares e cuidadores, do fortalecimento de vínculos e da articulação com escola, serviços de saúde e políticas públicas. A atuação deve considerar tanto as demandas individuais quanto os fatores sociais que atravessam o desenvolvimento infantojuvenil no período pós-pandêmico.

Conclusão

A revisão da literatura permitiu identificar efeitos psicológicos relevantes da pandemia de COVID-19 em crianças e adolescentes, especialmente nas dimensões emocional, social, educacional e neuropsicológica. Entre os achados recorrentes estão ansiedade, sintomas depressivos, irritabilidade, solidão, alterações do sono, dificuldades de aprendizagem e problemas de regulação emocional.

Os efeitos observados relacionam-se a diferentes condições vivenciadas durante a pandemia, como isolamento social, interrupção escolar, luto, alterações na rotina, hiperconectividade e vulnerabilidades familiares e socioeconômicas. Portanto, os impactos não devem ser compreendidos de forma isolada, mas como resultado da interação entre fatores individuais e contextuais.

Conclui-se que a promoção da saúde mental infantojuvenil no período pós-pandêmico requer ações preventivas e articuladas entre Psicologia, família, escola, serviços de saúde e políticas públicas. O fortalecimento das redes de apoio e a atenção às desigualdades sociais são fundamentais para reduzir possíveis efeitos persistentes e favorecer o desenvolvimento saudável de crianças e adolescentes.

Referências

COUTO, Maria Cássia et al. **Saúde mental de crianças e adolescentes no contexto da pandemia de COVID-19: desafios e perspectivas**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, n. 5, p. 1849-1858, 2022. DOI: 10.1590/1413-81232022275.05472021.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

LOADES, Maria Elizabeth et al. **Rapid systematic review: the impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19.** Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, v. 59, n. 11, p. 1218-1239, 2020.

OLIVEIRA, Gabriela Lima; BARBOSA, Larissa Alves. **Impactos psicossociais da pandemia da COVID-19 na infância e adolescência**. Revista Psicologia e Saúde, v. 14, n. 1, p. 1-15, 2022. DOI: 10.20435/pssaude.v14i1.1500.

OMS – ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório mundial sobre saúde mental: transformando a saúde mental para todos**. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/9789240066539. Acesso em: 11 jun. 2025.

ORGILÉS, Mireia et al. **Emotional impact of the COVID-19 lockdown on children and adolescents: Spanish survey**. Psicothema, v. 32, n. 4, p. 1-7, 2020.

PIAGET, Jean. **A equilibração das estruturas cognitivas: problema central do desenvolvimento.** Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

RACINE, Nicole et al. **Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis**. JAMA Pediatrics, Chicago, v. 175, n. 11, p. 1142-1150, 2021.

SILVA, Ana Paula; MENDONÇA, Fabiana; FERREIRA, Lucas. **Saúde mental de crianças e adolescentes no pós-pandemia: uma revisão integrativa.** Revista Brasileira de Psicologia, v. 9, n. 2, p. 55-72, 2023. DOI: 10.5935/rbp.v9i2.2023.

SILVA, Fernanda Carla Carolino; OLIVEIRA, Maria Eulália Dias; FENSTERSEIFER, Liza. **O retorno às aulas presenciais pós-pandemia e seus impactos na vivência escolar de adolescentes.** Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas, Belo Horizonte, v. 9, n. 18, p. 401-417, jul./dez. 2024.

SLOBODIN, Ortal; HEFFLER, Kaley F.; DAVIDOVITCH, Miri. **Screen media and autism spectrum disorder: a systematic literature review.** Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics, Philadelphia, v. 40, n. 4, p. 303-311, 2019.

UNICEF. **Impactos primários e secundários da COVID-19 em crianças e adolescentes: relatório de análise – 2ª rodada**. Brasília: Fundo das Nações Unidas para a Infância, 2021.

VYGOTSKY, Lev Semionovich. **A formação social da mente.** 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1988.

XIE, X. et al. Mental Health Status Among Children in Home Confinement During the Coronavirus Disease 2019 Outbreak in China. JAMA Pediatrics, v. 174, n. 9, p. 1-3, 2020.