

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO  
OCTÁVIO BASTOS - UNIFEOB**

(Matheus da Silva Rovani, 22000597)

(Kamilly Cristina Cândido Manoel Mariano, 22000613)

(Patrícia Fradique, 22000059)

(Kaíque Galdino Ribeiro Ramos, 22001300)

(Marcelo Vinicius Rocha, 22000608)

**Sequelas em jovens e adolescentes pós COVID-19**

**São João da Boa Vista/SP**

**2022**

## **RESUMO**

Este estudo visa analisar o modo como a pandemia afetou os jovens e adolescentes, dando ênfase à saúde mental. Alguns pontos principais abordados neste projeto são, pandemia e isolamento social, que contribuíram de maneira negativa para que esses adolescentes desenvolvessem transtornos e doenças mentais, em consequência disso, houve um grande aumento de pessoas a procura de psicólogos e profissionais da área. Foi abordado também as mais diversas causas de como lidar com as sequelas neste momento pós pandêmico, incluindo o retorno em suas respectivas rotinas, onde tiveram que se adaptar novamente. É debatido também os problemas ao enfrentarem o isolamento social, tais como abusos mentais e físicos, que tiveram grande propagação neste período. Ademais, discorreremos sobre esses tópicos de maneira mais aprofundada.

**Palavras-chave:** Pandemia, Isolamento Social, Adolescentes, Bem-Estar psicológico, Psicologia

### **I. INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA**

Como princípio primordial do presente estudo, inicia-se com a citação de Miliauskas R., Claudia et al (2020, p.5)

[...] Familiares, educadores, profissionais de saúde, artistas e governantes podem contribuir de forma ativa no enfrentamento do adoecimento mental de adolescentes, enfatizando que distanciamento social deve ser físico, e não emocional.

Que apresenta de forma clara e objetiva, um assunto próximo ao que será abordado no seguinte trabalho, no qual está sendo realizado por cinco estudantes de psicologia, visando um melhor entendimento sobre a situação psicológica durante e após pandemia entre os jovens e adolescentes afetados por possíveis motivos que foi mencionado, pesquisado e apresentado mais afundo neste artigo.

Em meio a este momento caótico do qual todos vivenciaram, a saúde mental é um tópico que se afeta demasiadamente. No decorrer dos anos, o histórico de pessoas que relataram ter problemas ao encarar contrariedades da vida, isto é, não ter uma saúde mental completamente estável, se expandiu cada vez mais.

Visando e tendo observado, em particular, os jovens e adolescentes que ficaram em casa grande parte do tempo sem nenhum contato social. Referindo-se assim, não à exposição da doença física do SARS-CoV-2, mas psicológica, pois nessa fase da vida não é, de forma alguma, recomendado que o jovem adolescente esteja sem se socializar, seja com amigos ou outros parentes. Com claros fatos dos conceitos abordados neste artigo sobre esta faixa etária, não ter bons relacionamentos após o isolamento social pode trazer graves consequências, tais como, sequelas de comportamentos desenvolvidos por conta da nova vivência e claro por grande porcentagem dos jovens e adolescentes terem desencadeados alguma doença psicológica em meio a pandemia.

O presente estudo teve foco na situação psicológica dos jovens e adolescentes durante e após a pandemia de uma forma geral e não focada em uma ou um pequeno grupo de pessoas por ficarem em distanciamento social.

Foi visto e deve ser considerado o fato que essa faixa etária não se contenta apenas num contato à distância via redes sociais e outros meios de comunicação. Considerando que existe a necessidade de ter esse contato físico e frequente para que de nenhuma forma apareça a possibilidade do jovem se isolar e acarretar uma série de problemas psicológicos como transtorno de ansiedade, pânico e até mesmo depressão que são dificilmente resolvidos sozinhos, mas com a necessidade de algum profissional da saúde como, por exemplo, o psicólogo que durante a pandemia teve de se desdobrar para realizar suas consultas que foram cada vez mais constantes e com grande parte dos pacientes (jovens e adolescentes) não se expressando bem por chamadas de vídeo, como foram feitos a maioria dos encontros com os profissionais, muitos não tiveram uma boa experiência e desistiram do tratamento. Houve também o difícil acesso do paciente a algum psiquiatra e medicação durante este período que muitos locais estiveram fechados,

resultando em muitas pessoas com a necessidade de ser tratadas além da consulta e não tendo acesso aos medicamentos necessários.

Também deve-se ressaltar que um grande motivo foi por conta da pouquíssima quantidade de artigos nacionais sobre o devido assunto, pois a grande maioria teve foco na doença física e acabaram deixando de lado o fato mais importante com as pessoas que de certa forma "não estavam doentes" como foi muito visto e não compreendido em casa pelos familiares e amigos que estavam a distância sem saber realmente se tratava da situação do amigo(a).

No artigo: "Adolescer em meio à pandemia de Covid-19: um olhar da teoria do amadurecimento de Winnicott", por Costa, R. C, Luiza et al. (2022, p.1) foi constatado que:

[...] sobre os impactos da pandemia de Covid-19 e medidas de isolamento social na saúde mental dos adolescentes. Algumas das experiências paradoxais dos adolescentes diante da pandemia são: necessidade de separação dos pais ou cuidadores e confinamento; necessidade de convivência em grupo e isolamento social; necessidade de cuidados continuados por parte da sociedade e bloqueios ou mudanças nas prioridades dos serviços

O artigo citado tem como objetivo refletir, com base na teoria do amadurecimento de Winnicott, sobre os impactos da pandemia de Covid-19 e medidas de isolamento social na saúde mental dos adolescentes. Algumas das experiências paradoxais dos adolescentes diante da pandemia são: necessidade de separação dos pais ou cuidadores e confinamento; necessidade de convivência em grupo e isolamento social; necessidade de cuidados continuados por parte da sociedade e bloqueios ou mudanças nas prioridades dos serviços. Essa população vivencia a impossibilidade de realizar os processos saudáveis de maturação, inserida em um ambiente invasivo e pouco favorável, o que pode resultar em uma geração de adultos doentes e adultos caracterizados pelo desenvolvimento de um falso self.

Logo, em outra citação, ainda no mesmo artigo, o autor relata:

[...] os adolescentes configuram atualmente um grupo de alta vulnerabilidade ao adoecimento psíquico. Assim, a pandemia de Covid-19

pode se tornar um obstáculo concreto, que dificulta a transição para a fase de adulto jovem, dado o isolamento, o medo de se contaminar ou de viver o contágio de alguém que se ama, o medo da morte ou do morrer, a reafirmação da dependência e a exacerbação do medo do desconhecido (*idem, ibidem*)  
(COSTA, R. C. L et al)

### **III. OBJETIVOS**

Considerado apresentar no seguinte artigo a conclusão de qual realmente é e foi o motivo dos jovens e adolescentes terem adoecido psicologicamente e realizar a criação e divulgação de um post com o objetivo de expandir a psicoeducação através das redes sociais com todas as informações obtidas através da pesquisa feita.

#### **Objetivos específicos**

- Descrever os principais fatores que prejudicaram os jovens durante a pandemia.
- Encontrar os fatores através de pesquisa dentre uma grande quantidade de jovens.
- Propor e analisar qual ou quais fatores auxiliam os jovens a se recuperar após a pandemia.

### **IV. METODOLOGIA**

Trabalho realizado à base de outros artigos, livros e autores com objetivo de encontrar o nosso resultado específico que não foi encontrado em nenhum outro artigo, seja nacional ou internacional por ser um assunto muito atual como a pandemia. Para estudo, as bases de dados utilizadas foram principalmente a Scientific Electronic Library Online (SciELO) visando a maior cobertura de informações alcançável, Fórum Brasileiro de Segurança Pública e International DOI Foundation (IDF) em doi.org, portanto essas foram as bases de dados selecionadas

pelos autores para uso de estudo e criação do presente projeto. O levantamento de informações foram realizados nos meses entre março a maio do ano de 2022 por meio dos seguintes condutores: "COVID-19", "Jovens", "Adolescentes", "Isolamento Social", "Doenças mentais". Projeto supervisionado por professores auxiliares do Centro Universitário da Fundação de Ensino Octávio Bastos (UNIFEOB) do curso de Psicologia. Como critérios de inclusão foram utilizados: ser artigo científico, internacional ou nacional, disponível online ou através de livros. E por fim para a criação do post foi utilizado o aplicativo Canva de edição e desenvolvimento de imagens, Google Docs para a edição de texto e o Instagram para divulgação do trabalho final.

## **V. RESULTADOS**

Encontrado varios motivos dos jovens terem adoecido psicologicamente na Pandemia, que foram o afastamento dos amigos, das escolas e até mesmo das aulas EaD. E foram não somente os adolescentes auxiliados e também os pais através do post com informação e orientação sobre a situação de seus filhos durante a pandemia e qual deve ser a atitude correta após observar alguns fatores.

Algo que foi citado nas hipóteses, foram que eles (jovens), realmente uma grande parte deles desenvolveram diversos problemas psicológicos durante a pandemia e isso se deu pelo distanciamento social, mudanças bruscas na rotina, má convivência familiar, entre outros.

## **VI. REFERENCIAL TEÓRICO**

Antes de entrar no assunto sobre saúde mental, deve-se entender o que é um bem-estar psicológico. E logo de início, é de extrema importância citar que o bem estar é algo subjetivo que podemos ver no artigo "Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho" de Siqueira, M. M. Mirlene et al. (2008, p.2):

Bem-estar subjetivo (BES) constitui um campo de estudos que procura compreender as avaliações que as pessoas fazem de suas vidas (Diener, Suh & Oishi, 1997). Esse campo teve um crescimento acelerado na última

década, revelando como seus principais tópicos de pesquisa satisfação e felicidade (Diener & cols., 2003).

### Dentre os conceitos, também existe o bem-estar psicológico

As proposições acerca do conceito de bem-estar psicológico (BEP) apareceram como críticas à fragilidade das formulações que sustentavam BES e aos estudos psicológicos que enfatizaram a infelicidade e o sofrimento e negligenciaram as causas e consequências do funcionamento positivo.

(SIQUEIRA, M. M. M et al)

Há como percepção que existem estas duas vertentes para chegar em uma devida conclusão sobre o que é, como é definido o conceito que uma pessoa está bem, está vivendo bem, feliz, e voltando ao início, isso é algo subjetivo, individual de cada um, por isso, não há um padrão que funcione para todas as pessoas por conta de suas diferenças, biológicas e psicológicas.

As concepções científicas mais proeminentes da atualidade sobre bem-estar no campo psicológico podem, segundo Ryan e Deci (2001), ser organizadas em duas perspectivas: uma que aborda o estado subjetivo de felicidade (bem-estar hedônico), e se denomina bem-estar subjetivo, e outra que investiga o potencial humano (bem-estar eudemônico) e trata de bem-estar psicológico. Na visão desses autores, essas duas tradições de estudo refletem visões filosóficas distintas sobre felicidade: enquanto a primeira (hedonismo) adota uma visão de bem-estar como prazer ou felicidade, a segunda (eudemonismo) apoia-se na noção de que bem-estar consiste no pleno funcionamento das potencialidades de uma pessoa, ou seja, em sua capacidade de pensar, usar o raciocínio e o bom senso.

(SIQUEIRA, M. M. M et al)

Agora sim dito e exposto de forma clara a “definição” de bem-estar psicológico, pode-se prosseguir com o bem-estar mais específico indo para a faixa etárias dos jovens e adolescentes, logo citando a definição de outros autores no artigo: “Bem-estar psicológico e adolescência: fatores associados” com mais informações sobre autores e acesso nas Referências deste documento

Bem-estar é o grau em que cada pessoa julga a qualidade de sua vida favoravelmente como um todo 1. A sensação de bem-estar ou de satisfação com a vida é intimamente ligada à forma como o indivíduo é capaz de lidar e absorver a ocorrência de episódios de sua vida, alguns destes inerentes ao próprio curso da mesma. Uma ruptura na sensação de sentir-se psicologicamente bem pode estar associada a um mau manejo de eventos estressantes nas esferas pessoal, social ou cultural afetando

2022

comportamentos e influenciando na percepção de saúde do sujeito, trazendo sofrimento pessoal.

(SILVA, R. A. et al)

Dentro da definição dos autores, agora pode-se compreender os outros fatores apresentados e interessantes para agregar a pesquisa com uma já feita dentre o mesmo assunto que engloba a saúde mental e o bem-estar dos adolescentes. Primeiramente há de citar a metodologia dos pesquisadores antes de apresentar os resultados para que haja uma melhor compreensão:

Foi realizado um estudo transversal em uma amostra representativa de adolescentes (entre 15 e 18 anos) residentes na zona urbana da cidade de Pelotas no ano de 2002.

(SILVA, R. A. et al)

Com o seguinte método:

O adolescente era solicitado a assinalar aquela figura que mais se assemelhava à maneira como ele se sentia a respeito da sua vida. A figura que representava extrema felicidade recebeu valor 1 enquanto a que demonstrava a extrema tristeza o valor 7. Ou seja: quanto menor o valor declarado maior o grau de bem-estar psicológico.

(SILVA, R. A. et al)

Agora com a metodologia apresentada, pode-se prosseguir para os resultados obtidos que são interessantíssimos pois são extremamente claros em seus conceitos que expõem claros resultados sobre cada vertente e extremo. Dentre elas existem variáveis que auxiliaram os pesquisadores a compreender cada caso em seu estudo como a socioeconômica e baixo nível de escolaridade dos pais:

Duas variáveis sócio-econômicas mostraram associação com menores níveis de bem-estar psicológico: baixo nível sócio-econômico e baixa escolaridade dos pais. Na variável baixo nível sócio-econômico aqueles adolescentes cuja família pertencia ao nível sócio-econômico D ou E apresentaram uma chance 1,74 vezes maior (IC95%: 1,26-2,39) de ter um ponto a menos no escore de bem-estar psicológico em relação aos adolescentes de famílias de nível sócio-econômico A ou B. Da mesma forma a variável baixa escolaridade dos pais também esteve associada com uma maior chance de baixa pontuação no escore de bem-estar psicológico

(SILVA, R. A. et al)

Fatores ligados à saúde do adolescente:

Entre as variáveis relacionadas aos comportamentos em saúde dos adolescentes o sedentarismo, tabagismo e a ingestão ou abuso de bebidas alcoólicas no último mês apresentaram associação com pontuações mais baixas de bem-estar psicológico. O uso de drogas ilícitas não apresentou associação com bem-estar psicológico, provavelmente por um problema de aferição (a forma como a questão era formulada – “uso de drogas no último mês”).

(SILVA, R. A. et al)

E uma das curiosidades mais claras foi sobre o fator que mais apresentou na pesquisa que são os adolescentes com maior nível de bem-estar que são os que vivem nas seguintes condições:

Aqueles adolescentes que relataram pertencer a uma religião apresentaram níveis mais altos de bem-estar psicológico. Ainda dentro das variáveis ligadas ao tema religiosidade, aqueles adolescentes cuja frequência da prática religiosa era semanal apresentaram níveis maiores de bem estar psicológico do que os que frequentavam esporadicamente ou nunca. Além disso, adolescentes que acreditavam que Deus costumava ajudá-los apresentaram níveis mais elevados de bem-estar psicológico (Tabela 1).

(SILVA, R. A et al)

Após analisar estes contextos que de certa forma podemos tirar conclusões dos mesmos, analisando-se mais tópicos, tais como suicídio, pandemia e a saúde mental de forma geral que estes tópicos devem estar completamente ligados a pesquisa para chegar em alguma conclusão coerente sobre a saúde mental dos adolescentes dentre a pandemia e as possíveis sequelas após... claro observando todas as variáveis e subjetividades dentre eles.

Saúde mental é, em seu conceito e definição, a forma de como o indivíduo lida com situações do cotidiano, sendo elas, positivas ou negativas. O fator determinante de uma saúde mental saudável consiste em conseguir enfrentar as adversidades, sem que isso lhe cause transtornos.

Dentre as consequências que a pandemia trouxe consigo, está o fato de que a saúde mental dos adolescentes foi demasiadamente afetada. Conforme citado no seguinte artigo “Atendimento online em saúde mental durante a pandemia da COVID-19”, por Guedes da C., Ariane et al. (2022, p.2).

Durante a pandemia, o medo tende a intensificar o estresse e a ansiedade em pessoas saudáveis e aumentar os sintomas daqueles com transtornos mentais pré-existentes. O isolamento social adotado ao longo da pandemia, o descontrole, o sentimento de incerteza, a mudança de planos, a separação do ambiente social e familiar contribuem para o aumento das manifestações ansiosas e depressivas.

Sob o mesmo ponto de vista, ao terem que enfrentar o isolamento social e saírem de suas respectivas rotinas, esses adolescentes desenvolveram diversos transtornos psicológicos, tais como, depressão e ansiedade que são os mais predominantes. Em síntese, ressaltamos também que houve uma grande elevação no índice de pensamentos suicidas, durante este período caótico.

Deste modo, pôde analisar algumas dessas consequências no consecutivo artigo "A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review", por Oliveira de A., Wanderlei et al. (2020, p.2):

[...] Escolas fechadas, exames e provas adiados, suspensão da conclusão de ciclos ou períodos escolares, causam uma interrupção nas rotinas e o confinamento em casa pode gerar nos adolescentes medos, incertezas, ansiedades, distanciamento social dos pares ou amigos, aspectos que afetam o bem-estar e a qualidade de vida, além de aumentar a vulnerabilidade para sofrerem diferentes tipos de violência em suas casas.

Além de desenvolverem transtornos psicológicos, alguns desses adolescentes também enfrentaram adversidades com os pais, o que acabou contribuindo para que os mesmos adoecessem cada vez mais. Conforme citado abaixo:

[...] A partir do momento que as escolas foram fechadas, os adolescentes puderam ficar mais próximos de figuras parentais abusivas que utilizam castigos físicos ou práticas de punição física para controlar comportamentos indesejados.  
(OLIVEIRA, de A., Wanderlei 2020)

Diante dos fatos apurados, está claro que todos precisarão que um profissional da saúde os acompanhe durante este período pós pandêmico, para não apresentarem sequelas no que tange à parte de saúde mental.

Entende-se por pandemia um aumento significativo de casos de uma determinada doença, que se espalha por uma grande região geográfica.

A pandemia do SARS-CoV-2, por si só, trouxe danos e consequências irreversíveis, afetando principalmente a saúde mental de crianças e adolescentes, como já citamos acima.

Pôde analisar esses fatos com mais clareza através do artigo: “Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil” de Linhares M. B, Maria et al. (2020, p.1):

De forma inquestionável, a pandemia da COVID-19 ameaça a saúde física e mental da população na contemporaneidade. Embora as crianças sejam menos contaminadas na forma sintomática e grave da COVID-19, essas podem ser mais afetadas no âmbito do desenvolvimento psicológico por serem uma população vulnerável. O presente artigo aborda aspectos conceituais da Teoria do Caos no desenvolvimento e do estresse tóxico, associados aos conceitos de autorregulação e enfrentamento do estresse (coping), visando subsidiar reflexões, do ponto de vista psicológico, sobre os efeitos potenciais da condição da adversidade da pandemia no desenvolvimento das crianças e na parentalidade. A fundamentação teórico-conceitual oferece suporte à compreensão dos tipos de enfrentamento adaptativo ou desadaptado frente a essa experiência adversa e potencialmente traumática da contemporaneidade.

A Pandemia afetou muito a saúde física e mental da população, as crianças mesmo sendo menos contaminadas de forma sintomática grave, foram muito afetadas em seu desenvolvimento psicológico, por serem parte vulnerável da população. O artigo aborda aspectos conceituais da teoria do caos no desenvolvimento e do estresse tóxico, associados a conceitos de autorregulação e enfrentamento do estresse. Tendo em vista financiar reflexões do ponto de vista psicológico, sobre potenciais efeitos da adversidade da Pandemia no desenvolvimento das crianças e parentalidade. A declaração teórica-conceitual apoia a compreensão dos tipos de codificação adaptantes ou destinados na frente desta experiência adversa e potencialmente traumática da contemporaneidade.

## VII. REFERÊNCIAS

MILIAUSKAS, Claudia. Saúde mental de adolescentes em tempos de COVID-19: desafio e possibilidades. SciELO, 14 Dezembro 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/physis/a/W578M6SCTxdZQxCctFJSbrH/>>. Acesso em: 3 Abril 2022.

AZEVEDO, Ricardo et al. Bem-estar psicológico e adolescência: fatores associados. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, mai, 2007. Disponível em: <[https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/asset/s/csp/v23n5/13.pdf](https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/asset/s/csp/v23n5/13.pdf)>. Acesso em: 16 Abril 2022.

SIQUEIRA, Mirlene Maria et al. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. SciELO, 24 Set 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ptp/a/ZkX7Q4gd9mLQXnH7xbMgbpM/?lang=pt#>>. Acesso em: 16 Abril 2022.

GUEDES, Ariane et al. Atendimento online em saúde mental durante a pandemia da COVID-19. SciELO, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0554>. Acesso em: 22 Abril 2022.

OLIVEIRA, Wanderlei et al. A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review. SciELO, Jul 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00150020>. Acesso em: 22 Abril 2022.

RYAN, R. M., & Deci, E. L. (2017). Teoria da autodeterminação: necessidades psicológicas básicas em motivação, desenvolvimento e bem-estar New York: The Guilford Press. Disponível em <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/CrYD84R5ywKWBqwbRzLzd8C/?lang=pt> Acesso em: 08 Maio 2022

EVANS, G. W., & Wachs, T. D. (2010) Caos e sua influência no desenvolvimento infantil: uma perspectiva ecológica Washington: American Psychological Association. Disponível em <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/CrYD84R5ywKWBqwbRzLzd8C/?lang=pt> Acesso em 08: Maio 2022

LINHARES M. B, Maria et al. Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil”. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/CrYD84R5ywKWBqwbRzLzd8C/abstract/?lang=pt#> Acesso em: 06 Junho 2022.