

Impacto do Confinamento na Saúde das Crianças e Adolescentes Durante a Pandemia de COVID-19**Impact of Confinement on the Health of Children and Adolescents During the COVID-19 Pandemic****Palavras-chave:** Adolescente; COVID-19; Criança; Isolamento Social; Pandemia; Saúde**Keywords:** Adolescent; Child; COVID-19; Health; Pandemics; Social Isolation

A pandemia de COVID-19 tem tido efeitos na sociedade a vários níveis, sendo as crianças e os adolescentes um grupo particularmente vulnerável. Embora em idade pediátrica a doença tenha uma apresentação clínica mais ligeira e com melhor prognóstico relativamente aos adultos, o isolamento social e as alterações no quotidiano têm efeitos colaterais com elevado impacto.¹⁻³

Num estudo observacional e retrospectivo aprovado pela Comissão de Ética do Centro Hospitalar do Baixo Vouga foram avaliadas as repercussões biopsicossociais em idade pediátrica resultantes do primeiro confinamento em Portugal, com base num questionário disponível *online* entre julho e agosto de 2020, dirigido a pais ou cuidadores, com questões sobre alimentação, comportamento, sono, exposição a ecrãs, entre outros. Foi feita uma análise descritiva e estatística das 555 respostas obtidas.

Na maioria dos casos, as rotinas diárias e os hábitos alimentares foram mantidos. Segundo os pais ou cuidadores, 81,3% das crianças ou adolescentes apresentaram alterações de comportamento. As crianças em idade pré escolar e escolar foram as que estiveram mais ansiosas, irritadas, desafiadoras e fizeram mais birras. Sentiram mais falta de ir a parques, do ensino presencial, e demonstraram mais saudades dos familiares. Os adolescentes foram os que se sentiram mais tristes, com medo da situação atual e demonstraram mais saudades dos amigos. Por outro lado, 21,4% das crianças estiveram mais felizes por passar mais tempo em casa, principalmente abaixo dos cinco anos.

Relativamente ao sono, 36,6% das crianças e adolescentes apresentaram alterações do horário de sono, com maior frequência nos adolescentes. A dificuldade em adormecer foi mais observada dos seis aos 13 anos. As crianças até aos nove anos foram as que apresentaram mais pesadelos e/ou despertares noturnos.

Verificámos também que 68,5% das crianças e adolescentes estiveram expostos a ecrãs mais de duas horas por dia, fora do período de aulas, com a maioria dos adolescentes a estar mais de quatro horas diárias expostos a ecrãs, para além do período letivo.

Os pais ou cuidadores manifestaram-se preocupados com a falta de interação social, com o sedentarismo dos filhos e com o desinteresse pelas aulas não presenciais. Revelaram dificuldade em dar apoio quando se encontravam em teletrabalho (em cerca de 90% dos casos pelo menos um dos pais encontrava-se em teletrabalho).

Os efeitos resultantes do confinamento podem levar ao aparecimento ou agravamento de doenças psiquiátricas, obesidade ou outras situações de risco.³⁻⁵ Uma vez que a pandemia é uma situação global, que pode ser prolongada, é importante delinear estratégias para dar apoio às crianças e adolescentes num futuro próximo. Será necessária uma abordagem multidisciplinar dos profissionais de saúde, professores, educadores e familiares, de forma a minimizar o impacto negativo desta pandemia na sua saúde e bem estar.

REFERÊNCIAS

1. Souza T, Nadal J, Nogueira R, Pereira R, Brandão M. Clinical manifestations of children with COVID-19: a systematic review. *Pediatr Pulmonol.* 2020;55:1892-9.
2. Ludvigsson J. Systematic review of COVID-19 in children shows milder cases and a better prognosis than adults. *Acta Paediatr.* 2020;109:1088-95.
3. Loades M, Chatburn E, Higson-Sweeney N, Reynolds S, Shafran R, Brigden A, 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. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry.* 2020;59:1218-39.e3.
4. Miranda DM, Athanasio BS, Oliveira AC, Simoes-E-Silva AC. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? *Int J Disaster Risk Reduct.* 2020; 51:101845.
5. Dunton G, Do B, Wang S. Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity and sedentary behavior in children living in the U.S. *BMC Public Health.* 2020;20:1351.

Daniela PEIXOTO✉¹, Bárbara LEAL¹, Daniela RIBEIRO¹, Laura CORREIA¹, Elsa HIPÓLITO¹, Paula ROCHA¹

1. Serviço de Pediatria, Centro Hospitalar do Baixo Vouga, Aveiro, Portugal.

Autor correspondente: Daniela Peixoto. dtpaixoto@gmail.comRecebido: 04 de fevereiro de 2021 - Aceite: 05 de fevereiro de 2021 - *First published:* 04 de março de 2021

Copyright © Ordem dos Médicos 2021

<https://doi.org/10.20344/amp.15885>