

REPERCUSSÕES DA PANDEMIA DE COVID-19 NA SAÚDE MENTAL, NO ESTADO DE ÂNIMO E NAS ATIVIDADES ESCOLARES DE ADOLESCENTES BRASILEIROS

REPERCUSSIONS OF THE COVID-19 PANDEMIC ON BRAZILIAN ADOLESCENTS' MENTAL HEALTH, MOOD AND SCHOOL ACTIVITIES

REPERCUSIONES DE LA PANDEMIA DE COVID-19 EN LA SALUD MENTAL, EL ESTADO DE ÁNIMO Y LAS ACTIVIDADES ESCOLARES DE LOS ADOLESCENTES BRASILEÑOS

 Ariana Paula da Silva¹
 Crizian Saar Gomes²
 Kênia Lara Silva³
 Deborah Carvalho Malta⁴
 Maria Imaculada de Fátima Freitas⁴

¹Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Escola de Enfermagem - EE, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem. Belo Horizonte, MG - Brasil.

²Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Faculdade de Medicina, Programa de Pós-Graduação em Saúde Pública. Belo Horizonte, MG - Brasil.

³Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Escola de Enfermagem - EE, Departamento de Enfermagem Aplicada. Belo Horizonte, MG - Brasil.

⁴Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Escola de Enfermagem - EE, Departamento de Enfermagem Materno Infantil e Saúde Pública. Belo Horizonte, MG - Brasil.

Autor Correspondente: Ariana Paula da Silva
E-mail: arianapaula28@gmail.com

Contribuições dos autores:

Análise Estatística: Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Aquisição de Financiamento:** Deborah C. Malta; **Coleta de Dados:** Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes, Deborah C. Malta; **Conceitualização:** Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes, Kênia L. Silva, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Gerenciamento de Recursos:** Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Gerenciamento do Projeto:** Kênia L. Silva, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Investigação:** Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Metodologia:** Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes, Kênia L. Silva, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Redação - Preparação do Original:** Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes; **Redação - Revisão e Edição:** Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Software:** Crizian S. Gomes, Deborah C. Malta; **Supervisão:** Crizian S. Gomes, Kênia L. Silva, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Validação:** Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes, Kênia L. Silva, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas; **Visualização:** Ariana P. Silva, Crizian S. Gomes, Kênia L. Silva, Deborah C. Malta, Maria I. F. Freitas.

Fomento: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq. Processo número 310318/2020-3.

Submetido em: 04/03/2022

Aprovado em: 07/07/2022

Editor Responsável:

 Tânia Couto Machado Chianca

RESUMO

Objetivo: compreender as repercussões do distanciamento social no estado de ânimo, na saúde mental e nas atividades escolares de adolescentes brasileiros durante a pandemia de COVID-19, comparando os resultados obtidos por uma pesquisa nacional quantitativa e por uma investigação qualitativa. **Métodos:** estudo de métodos mistos. Utilizou-se a triangulação de dados para cotejar os resultados obtidos nas duas investigações: o eixo quantitativo foi desenvolvido com a aplicação de um questionário virtual em âmbito nacional, do qual participaram 9.740 adolescentes; no eixo qualitativo, conduzido por investigadores da Universidade Federal de Minas Gerais, foram realizados grupos focais com 27 adolescentes. Foram avaliadas questões relacionadas à qualidade do sono, a atividades escolares, sentimentos e emoções vivenciados nesse período. **Resultados:** entre 25%-50% dos adolescentes referiram sintomas como solidão, nervosismo, mau humor, irritabilidade e tristeza durante o período de distanciamento social. Alterações na qualidade de sono foram percebidas por 23,9%, além de dificuldades relacionadas ao ensino a distância. O componente qualitativo desvelou, de forma mais aprofundada, os aspectos relacionados à saúde mental e ao estado de ânimo dos adolescentes. **Conclusão:** os resultados obtidos em ambas investigações demonstraram piora na saúde mental e no estado de ânimo dos adolescentes durante o período de distanciamento social. A saúde mental foi uma das mais afetadas, com piora do desempenho escolar, sofrimento emocional e problemas de sono. Compreender esses diferentes aspectos da experiência pode ajudar a traçar estratégias que minimizem suas repercussões e garantam o seu desenvolvimento integral e saudável dos adolescentes.

Palavras-chave: Adolescente; COVID-19; Saúde Mental; Isolamento Social; Brasil.

ABSTRACT

Objective: to understand the repercussions of social distancing on Brazilian adolescents mood, mental health and school activities during the COVID-19 pandemic, comparing the results obtained by a national quantitative survey and by a qualitative research study. **Methods:** a mixed-methods study. Data triangulation was used to compare the results obtained in both surveys: the quantitative axis was developed with nationwide application of a virtual questionnaire in which 9,740 adolescents participated; in the qualitative axis, conducted by researchers from the Federal University of Minas Gerais, focus groups were carried out with 27 adolescents. Questions related to sleep quality were evaluated, as well as to school activities, feelings and emotions experienced during this period. **Results:** between 25% and 50% of the adolescents mentioned symptoms such as loneliness, nervousness, bad mood, irritability and sadness during the social distancing period. 23.9% perceived changes in sleep quality, in addition to difficulties related to remote teaching. The qualitative component revealed, in more depth, the aspects related to the adolescents' mental health and mood. **Conclusion:** the results obtained in both research studies showed deterioration in the adolescents' mental health and mood during the social distancing period. Mental health was one of the most affected areas, with deterioration in school performance, emotional distress and sleep problems. Understanding these different aspects of the experience may help devise strategies that minimize its repercussions and ensure adolescents' comprehensive and healthy development.

Keywords: Texto; texto; texto.

RESUMEN

Objetivo: comprender las repercusiones del distanciamiento social en el estado de ánimo, la salud mental y las actividades escolares de los adolescentes brasileños durante la pandemia de COVID-19, comparando los resultados obtenidos por una encuesta cuantitativa nacional y una investigación cualitativa. **Métodos:** estudio de métodos mixtos, se utilizó la triangulación de datos para comparar los resultados obtenidos en ambas investigaciones: eje cuantitativo, desarrollado con la aplicación de un cuestionario virtual a nivel nacional, en el que participaron 9.740 adolescentes; en el eje cualitativo, realizado por investigadores de la Universidad Federal de Minas Gerais, se realizaron grupos focales con 27 adolescentes. Se evaluaron cuestiones relacionadas con la calidad del sueño, las actividades escolares, los sentimientos y las emociones experimentadas en este período. **Resultados:** entre el 25% y el 50% de los adolescentes manifestaron síntomas como soledad, nervosismo, mal humor, irritabilidad y tristeza durante el período de distanciamiento social. El 23,9% percibió cambios en la calidad del sueño, además de dificultades relacionadas con el aprendizaje a distancia. El componente cualitativo reveló de forma más profunda los aspectos relacionados con la salud mental y el estado de ánimo de los adolescentes. **Conclusión:**

Como citar este artigo:

Silva AP, Gomes CS, Silva KL, Malta DC, Freitas MIF. Repercussões da pandemia de COVID-19 na saúde mental, estado de ânimo e atividades escolares de adolescentes brasileiros. REME - Rev Min Enferm. 2022[citado em _____];26:e-1460. Disponível em: _____ DOI: 10.35699/2316-9389.2022.38632

los resultados obtenidos en ambas investigaciones demostraron que la salud mental y el estado de ánimo de los adolescentes empeoraron durante el periodo de distanciamiento social. La salud mental fue una de las más afectadas, con un peor rendimiento escolar, malestar emocional y problemas de sueño. Comprender estos diferentes aspectos de la experiencia puede ayudar a diseñar estrategias que minimicen dichas repercusiones y garanticen el desarrollo pleno y saludable de los adolescentes.

Palabras clave: Adolescente; COVID-19; Salud Mental; Aislamiento Social; Brasil.

INTRODUÇÃO

O estado de emergência em saúde advindo da disseminação do novo coronavírus (SARS-CoV-2) que se iniciou em 2019 na China teve o primeiro caso notificado no Brasil em 26 de fevereiro de 2020. Com grande capacidade de transmissão, o vírus se espalhou rapidamente, tornando-se alvo de preocupação para as autoridades mundiais em saúde. Assim, medidas para contenção da propagação do vírus passaram a ser despendidas por governos, autoridades sanitárias e, principalmente, pelos serviços de saúde.¹

A maioria das medidas adotadas afetaram as condições de vida e saúde da população, sendo as principais relacionadas ao convívio social, à alteração de rotina e ao trabalho, bem como à adaptação e ao preparo dos serviços de saúde para prestar assistência aos acometidos.² Desde o início da pandemia, antes da imunização de amplos contingentes populacionais, a medida preventiva mais eficaz foi a adoção do distanciamento social, com a implementação de ações para diminuir o contato pessoal entre as pessoas, como o uso de máscaras, fechamento das escolas, restrições no funcionamento do comércio, proibição de atividades que geram aglomeração e incentivo ao isolamento social.²

Entre as repercussões resultantes dessas restrições, estão as relacionadas ao bem-estar psicológico e à saúde mental, havendo crescimento de ansiedade, preocupação, sintomas depressivos e transtornos de estresse pós-traumático.³⁻⁵ Para os adolescentes e jovens, as medidas restritivas, o distanciamento social e o fechamento das escolas foram significativos determinantes de vulnerabilidade durante a pandemia.⁵

As crianças e os adolescentes apresentam menor capacidade de desenvolvimento de técnicas adequadas de enfrentamento, e as alterações durante esse período podem ser um importante preditor de sintomas depressivos, ansiedade, transtornos pós-traumáticos ou agravamento de problemas pré-existentes, que exigem

acompanhamento em longo prazo.^{6,7} Destacam-se, ainda, o surgimento de sintomas isolados, como preocupação, desamparo, temor, nervosismo, raiva, aborrecimento e solidão.⁸

Nesse sentido, considerando os possíveis impactos diretos e indiretos provocados pela pandemia de COVID-19 nessa população, torna-se necessário conhecer como esse período afetou os adolescentes brasileiros. Espera-se contribuir com proposições de ações dirigidas a minimizar os efeitos adversos provocados durante a pandemia. A análise dos resultados obtidos por diferentes métodos, além de conferir maior confiabilidade aos achados, permitiu uma ampliada compreensão do cenário e das reflexões dos participantes das duas investigações a partir da comparação entre os dados estatísticos obtidos pela pesquisa quantitativa e os dados encontrados nos grupos focais do eixo qualitativo. Os primeiros demonstram a dimensão da problemática, e o segundo eixo os complementa e aprofunda a análise. Por se tratar de uma temática de interesse mundial e emergente, a maior parte dos estudos realizados se concentrou-se em identificar a situação epidemiológica da população, sendo, em sua maioria, estudos com abordagem quantitativa. No presente estudo buscou-se avançar, discutindo achados relevantes em dois eixos metodológicos de pesquisa sobre a mesma temática.

O objetivo deste estudo foi compreender as repercussões do distanciamento social no estado de ânimo, na saúde mental e nas atividades escolares de adolescentes brasileiros durante a pandemia de COVID-19, comparando os resultados obtidos por uma pesquisa nacional quantitativa e por uma investigação qualitativa.

MÉTODO

Trata-se de uma investigação produzida a partir dos dados coletados na pesquisa nacional “ConVid Adolescentes – Pesquisa de comportamentos”, desenvolvida pela Fundação Instituto Oswaldo Cruz (Fiocruz), em parceria com a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e a Universidade de Campinas (Unicamp). A pesquisa foi composta por dois eixos metodológicos: um eixo quantitativo, desenvolvido por meio da aplicação de um questionário virtual em nível nacional, e eixo qualitativo, conduzido por pesquisadores da UFMG por meio de grupos focais.

Assim, realizou-se a triangulação para cotejar os dados das duas pesquisas, o que garante, além de maior rigor e confiabilidade aos dados obtidos, a comparação das metodologias aplicadas.

Triangulação de dados

A utilização de mais de um método para produção e análise de dados na pesquisa científica é reconhecida como uma estratégia de validação, conferindo maior rigor científico às investigações. No campo da pesquisa quantitativa, tal metodologia é aplicada como um processo de validação, no qual um determinado estudo é validado a partir de sua replicação por outro pesquisador, utilizando-se os mesmos métodos e atingindo resultados semelhantes. Na investigação qualitativa, a validação se apresenta como indicação de que a pesquisa seguiu etapas criteriosas desde seu planejamento e organização até a execução, assegurando maior confiabilidade aos procedimentos e às etapas metodológicas.⁹

Trata-se de um estudo de métodos mistos, construído a partir da combinação dos resultados obtidos por um estudo quantitativo e um estudo qualitativo, sobre uma mesma temática. De acordo com Denzin¹⁰, a triangulação múltipla de dados corresponde à utilização de fontes de dados distintas, que podem ser produzidas em diferentes momentos, lugares ou pessoas.^{9,11} No caso presente, a triangulação foi utilizada para comparar os resultados dos dois eixos citados.

A utilização de diferentes métodos, técnicas e estratégias deve considerar as especificidades e a adequação de cada um ao processo de avaliação, de forma distinta e também combinada. Nas pesquisas trianguladas, os métodos devem ser usados com rigor, minimizando, ao máximo, possíveis ameaças internas e externas à validade de cada um. Assim, a aproximação entre método o quantitativo e o qualitativo deve ser considerada como uma linguagem complementar, pois, embora advindos de naturezas diferentes, devem ser articulados aos propósitos da pesquisa, dependendo do que se deseja alcançar com a investigação avaliativa.¹²

Eixo quantitativo

A “ConVid Adolescentes” é uma pesquisa nacional do tipo transversal que avaliou o comportamento dos adolescentes durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. A pesquisa ocorreu entre junho e setembro de 2020 e incluiu adolescentes brasileiros com idades entre 12 e 17 anos, residentes no país durante a pandemia. A coleta de dados ocorreu por meio do preenchimento de um questionário on-line, produzido no aplicativo *Research Electronic Data Capture* (RedCap).

Para a seleção dos participantes, utilizou-se o método de amostragem “bola de neve virtual”. Os integrantes

do projeto escolheram pesquisadores com experiência prévia em estudos com adolescentes de diferentes estados do Brasil para iniciar a cadeia e encaminharam o *link* da pesquisa aos pais dos adolescentes. Além disso, escolas públicas e privadas foram convidadas a contribuir com a pesquisa por meio do envio de e-mail institucional da Fiocruz. As escolas que aceitaram participar da pesquisa encaminharam o questionário eletrônico aos seus alunos. Antes de responderem ao questionário, os pais ou responsáveis, bem como o adolescente participante, expressaram consentimento por meio do aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), respectivamente. Após o preenchimento do questionário, os adolescentes convidaram outros adolescentes a participar da pesquisa. A população-alvo do estudo foram os adolescentes de 12 a 17 anos residentes no Brasil durante a pandemia de COVID-19, formando a amostragem final de 9.470 participantes.

Mais detalhes sobre a pesquisa podem ser encontrados no site oficial da ConVid Adolescentes – Pesquisa de Comportamentos (<https://convid.fiocruz.br>).

O questionário adotado na pesquisa ConVid Adolescentes (ICICT, Fiocruz. ConVid - Pesquisa de Comportamentos. Maio, 2020) foi composto por 54 itens de múltipla escolha e abordou questões relacionadas a características demográficas, posse de telefone celular, computador ou *notebook* e acesso à *internet* em casa, indicadores de nível socioeconômico familiar, saúde mental e emocional e estilo de vida dos adolescentes (alimentação, prática de atividade física, hábito de fumar e uso de bebidas alcoólicas). Havia, ainda, questões voltadas para o período específico da pandemia, como dificuldades de acompanhamento das aulas não presenciais, infecção pela COVID-19, adesão às medidas de restrição social, comportamento relacionado à higiene e experiências positivas e negativas durante a pandemia. Para testar a validade e a confiabilidade do questionário, foi realizado um pré-teste com 20 adolescentes residentes em diferentes estados e de diferentes tipos de escolas (públicas e privadas). Todas as respostas foram anônimas e sem qualquer tipo de identificação dos participantes.

Para o presente estudo, foram utilizadas as seguintes variáveis:

- Alteração na qualidade do sono: a alteração na qualidade do sono foi avaliada a partir da seguinte pergunta: “A pandemia afetou a qualidade do seu sono?”. As opções de respostas eram:

- a) “não afetou nada, continuo dormindo bem”;
b) “com a pandemia, comecei a ter problemas de sono”; c) “eu já tinha problemas de sono e eles continuaram da mesma forma”; d) “eu já tinha problemas de sono e eles pioraram bastante”; e) “eu já tinha problemas de sono, mas eles diminuíram”.
- Estado de ânimo: a alteração no estado de ânimo foi avaliada pelo sentimento de tristeza, isolamento/solidão, irritabilidade/nervosismo/ ou humor a partir das questões: a) “No período da pandemia, com que frequência você se sentiu isolado ou sozinho?”; b) “No período da pandemia, com que frequência você se sentiu triste?”; c) “No período da pandemia, com que frequência você se sentiu irritado(a), nervoso(a) ou mal-humorado(a)?” As respostas compreenderam as seguintes alternativas: a) “nunca”; b) “poucas vezes”; c) “muitas vezes”; d) “sempre”.
 - Dificuldades nas atividades escolares: para avaliar as atividades escolares, foram usadas duas perguntas: “Você está entendendo ou entendeu o conteúdo das aulas de ensino a distância para fazer os exercícios extraclasse ou avaliações?” Nada; Um pouco; Quase tudo; Tudo. “Por favor, marque todas as dificuldades que você teve para acompanhar as aulas de ensino a distância: Pode marcar mais do que uma opção”. As opções foram: a) Falta de concentração/Distração fácil; b) Falta de interação com professores; c) Falta de interação com amigos; d) Não tenho um lugar silencioso e adequado para assistir às aulas; e) Compartilho o computador (ou *notebook*) com outra pessoa da casa; f) Problemas com a *internet* para acompanhar as aulas ou fazer os exercícios e tarefas; g) Problemas de saúde que me dificultaram acompanhar as aulas ou fazer os exercícios e tarefas; h) Outro tipo de dificuldade; i) Nenhuma dificuldade.

Foram calculadas as prevalências e intervalos de confiança de 95% (IC95%) das variáveis estudadas. Todas as análises foram realizadas no *software Statistical Software for Data Science* (Stata) 14.0, tendo sido utilizado o módulo *survey* para análise de amostragem complexa e considerado os pesos pós-estratificação.

Eixo qualitativo

O eixo qualitativo da pesquisa foi fundamentado na teoria dos roteiros sexuais. Segundo John Gagnon¹³, tais

roteiros envolvem três dimensões: os roteiros interpessoais, que representam os padrões de interação social; os roteiros intrapsíquicos, que representam o conteúdo da vida mental; e os cenários culturais, que fornecem instruções e requisitos dos papéis sociais gerais.

Devido às restrições sanitárias para prevenção da COVID-19 todo o processo de captação dos participantes e coleta de dados ocorreu de forma on-line. Participaram do estudo qualitativo 27 adolescentes com idade entre 12-17 anos, de ambos os sexos. Os primeiros participantes foram indicados por membros do grupo de pesquisa. Os demais foram indicados pelos próprios adolescentes, configurando a seleção por meio da metodologia bola da neve. Nenhum deles participou da pesquisa em seu eixo quantitativo. A coleta de dados ocorreu por meio da realização de grupos focais. Os adolescentes foram divididos em grupo por faixa etária (12-14 anos e 15-17 anos) para propiciar melhor discussão nos grupos e análise dos roteiros pelos pesquisadores, pressupondo diferenças de focos de interesse e reflexão dos participantes.

A coleta de dados ocorreu entre setembro e outubro de 2020, e os adolescentes e seus pais ou responsáveis foram previamente convidados a participar do estudo, confirmando o desejo e a autorização de participar da pesquisa por meio da assinatura do Termo de Assentimento Livre esclarecido (TALE) e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), respectivamente. Os termos foram redigidos em formulários por meio da plataforma *Google Forms*. Os participantes também receberam, via e-mail, um questionário socioeconômico para fosse possível entendermos melhor seu contexto social e sua vida pessoal.

Foram realizados quatro grupos focais pela pesquisadora principal da investigação qualitativa e um grupo focal pelos pesquisadores do estudo nacional “Convid Adolescentes – Pesquisa de Comportamentos”, totalizando cinco grupos focais. O primeiro grupo focal foi realizado pela equipe do estudo nacional com a finalidade de coletar informações para subsidiar a construção do questionário adotado na pesquisa Convid Adolescentes e contribuir para a definição do roteiro final adotado para os quatro grupos seguintes.

Eles tiveram, em média, duração de 60 minutos e participação de cinco adolescentes. Foram conduzidos com a realização de questões norteadoras que permitiram que os adolescentes refletissem sobre suas experiências e as narrassem; quando necessário, foram incluídas questões de relance para o aprofundamento de assuntos e questionamentos.

Aos adolescentes, foram propostas as seguintes questões norteadoras: 1) Conte(m) sobre suas experiências durante a pandemia; o que pensa(m) da situação; 2) Fale(m) sobre como está(ão) se relacionando com amigos, familiares e a escola e sobre quais assuntos conversa(m) com as pessoas que fazem parte de sua(s) vida(s); 3) Conte(m) sobre as formas e meios para se informar(em); 4) Fale(m) das preocupações que teve/tiveram, que tem/têm, dos medos e fortalezas que sente(m) e sobre o que aprendeu/aprenderam sobre a vida (a sociedade, a vida familiar, os amigos, etc.) e os sentimentos que tem/têm nesta fase de pandemia.¹⁴

As narrativas foram gravadas em áudio e transcritas na íntegra, concomitantemente à realização da coleta. Para definição da necessidade de realização de novos grupos, realizou-se a leitura integral de cada grupo até que fosse encontrada saturação dos dados qualitativos, pelos temas tratados. A análise dos dados foi fundamentada na Análise Estrutural de Narração¹⁵, na vertente de Barthes,¹⁶ pressupondo que, nas narrativas, tudo faz sentido para o participante e o todo deve ser interpretado em suas concordâncias e dissonâncias no grupo. Assim, o processo ocorre a partir da desconstrução e reconstrução das sequências ou códigos para encontrar o sentido do que os participantes da pesquisa expressam.

A análise foi desenvolvida seguindo o seguinte processo: 1) análise de cada grupo focal separadamente, de forma vertical, para identificação do tema central; 2) leitura horizontal, em que cada grupo focal foi sequenciado e codificado, enumerando os personagens, os fatos e as justificativas; 3) leitura transversal, identificação das conjunções e disjunções, comparando-as para agrupar e categorizar os modos de pensar dos participantes; 4) definição de possíveis categorias teóricas e discussão com a literatura pertinente.

A Convid Adolescentes, com seus eixos quantitativo e qualitativo, foi aprovada pelo Comitê e Ética em Pesquisa da UFMG (Parecer nº 4.467.307). Não houve identificação dos sujeitos em ambos os eixos da investigação.

RESULTADOS

Na investigação quantitativa, foram analisadas as respostas de 9.740 adolescentes brasileiros com idades entre 12 a 17 anos, os quais eram estudantes de escolas públicas e privadas. Entre os respondentes da pesquisa, 32,4% apontaram sentimento frequente de tristeza. Aproximadamente, 33% dos adolescentes referiram sentimentos de solidão e quase 50% sempre se sentiram irritados, nervosos ou mal-humorados sempre/muitas vezes (Tabela 1).

Tabela 1 - Relato de tristeza, solidão, irritabilidade, nervosismo e mal humor, problemas de sono segundo os adolescentes participantes. Brasil, Convid Adolescentes, junho a setembro 2020

Problemas		Prevalência (%)
Tristeza	Nunca	15,0
	Raramente	18,4
	Às vezes	34,2
	Muitas vezes/sempre	32,4
Solidão	Nunca	21,2
	Raramente	18,0
	Às vezes	28,0
	Muitas vezes/sempre	32,8
Irritabilidade/ Nervosismo/ Mal-humorado	Nunca	7,2
	Raramente	13,0
	Às vezes	31,1
	Muitas vezes/sempre	48,7
Problemas de sono	Não afetou nada/ continuei dormindo bem	53,2
	Com a pandemia comecei a ter problemas de sono	23,9
	Eu já tinha problemas de sono e eles continuaram	8,5
	Eu já tinha problemas de sono e eles pioraram	12,1
	Eu já tinha problemas de sono, mas eles diminuíram	2,3

Os resultados do eixo quantitativo foram confirmados pelos relatos individuais dos participantes do estudo qualitativo, pois, para os adolescentes entrevistados nos grupos focais, os primeiros meses de pandemia representaram um período de muita insegurança emocional.

Só no começo eu fiquei muito frustrada, nervosa, triste, ansiosa, tudo ao mesmo tempo, mas agora eu tenho me reconstruído, eu estou me reconstruindo mais, estou ficando com a saúde mental melhor e a emocional também (Grupo focal 3).

Primeiramente, eu tive muito medo no início, mas assim, eu não estava saindo de casa muito não. [...] Eu sempre fui ansioso a minha vida inteira, só que graças à pandemia, fiquei bem mais ansioso, principalmente para sair de casa e voltar nos dias normais. Também, hoje em dia, tomo remédio para ansiedade (Grupo focal 4).

Eu acho que o ponto negativo, eu vim conversando com alguns colegas meus e, assim, eu acho que pontos negativos

tem...tinha uma colega minha que me falou que está ficando muito ansiosa, estava tendo crises de ansiedade muito fortes durante a noite, antes de dormir, estava comendo bastante... eu acho que, assim, vai quase entrando pra o lado mais de a pessoa ficar depressiva mesmo, por não estar saindo, comendo bastante e ficando ansioso, né? (Grupo focal 5).

Então, tipo assim, isso pesa e a gente fica muito ansioso, eu pelo menos. Eu fico ansiosa, eu fico tensa sobre as coisas, eu fico muito preocupada com tudo. E, aí, eu acho que isso acaba afetando seu emocional, sua saúde (Grupo focal 5).

Do total de adolescentes que responderam ao questionário da pesquisa, 23,9% relataram surgimento de problemas de sono durante a pandemia, e 12% perceberam piora do problema preexistente relacionado ao sono.

Eu estou tendo, desde o início (da pandemia), dificuldade para dormir e fico ansiosa, pensando na doença, nos riscos, me sentindo prisioneira e com medo pelos meus parentes (Grupo focal 3).

Às vezes, tem um pouco de dificuldade de dormir direito (Grupo focal 2).

E aí chega à noite, eu vou deitar para dormir e fico pensando em tudo o que eu vou ter que fazer amanhã sobre a escola. É ruim (Grupo focal 5).

Quando perguntados se haviam entendido o conteúdo das aulas no ensino a distância, 15,8% dos adolescentes referiram que não entenderam nada, 47,8% um pouco, 27,5% quase tudo e apenas 8,5% tudo (Figura 1). A principal dificuldade relatada foi falta de concentração (59%), seguida de falta de interação com os professores (38,3%) e amigos (31,3%) e problemas com internet (26,3%) (Figura 2). Nos grupos focais, as falas reiteram tais achados:

Em questão das aulas, eu acredito que está tipo isso para todo mundo, né, porque aula online é muito difícil. Para quem já está acostumado com a online, que é a galera da faculdade, para eles é a mesma coisa, mas para a gente que está frequentando quase todos os dias...muito difícil, foi muito difícil e é difícil ainda entender as coisas, prestar atenção na aula e aprender mesmo. Está sendo muito difícil (Grupo focal 2).

Se eu ficar com alguma dúvida é muito mais difícil eu ir atrás do professor, sabe? Então, eu tenho que correr atrás dos meus amigos, as vezes a gente manda um e-mail para o professor, mas tem muitos que não respondem, porque eles não sabem mexer direito (Grupo focal 2).

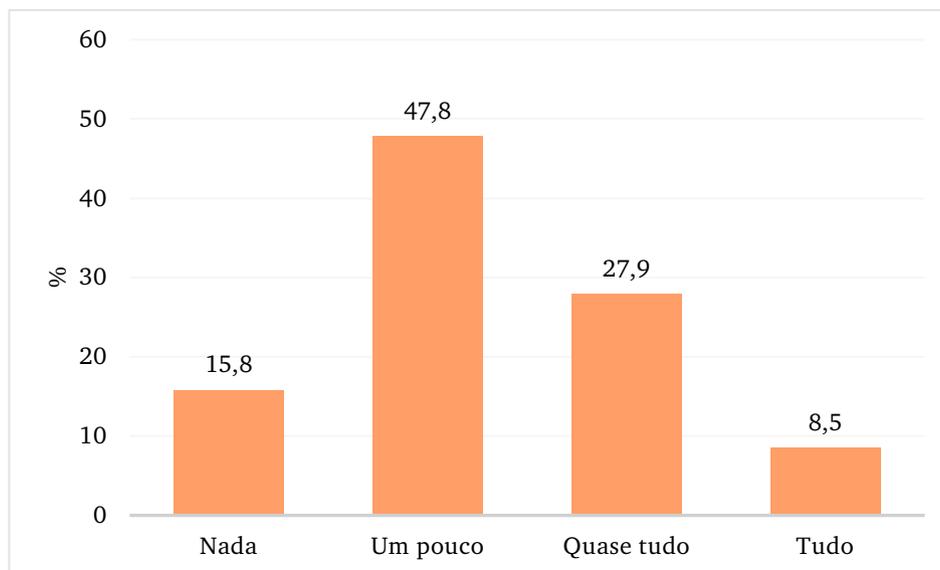


Figura 1 - Frequência de percepção de entendimento dos adolescentes quanto ao conteúdo das aulas de ensino à distância. Brasil, Convid Adolescentes, junho a setembro 2020

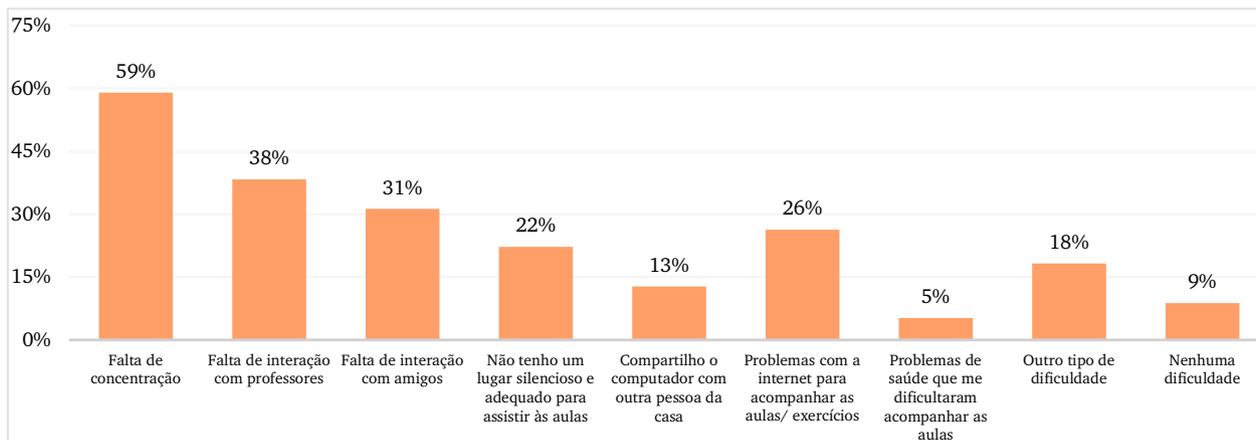


Figura 2 - Frequência das principais dificuldades enfrentadas pelos adolescentes para acompanhar as aulas de ensino à distância. Brasil, Covid adolescentes, junho a setembro 2020

Eu realmente prefiro presencial para estar lá com o professor, para poder tirar as dúvidas ali direto com ele mesmo, porque é uma coisa que eu já estou acostumada minha vida inteira e de repente eu tive que mudar completamente o meu jeito de estudar (Grupo focal 4).

Estava tendo aulas online, porque eram aulas que estavam passando na TV. Só que meio que a gente não tem como ter diálogo com o professor e tudo, então era muito mais difícil (Grupo focal 2, E1, sexo masculino).

Eu acho que todo mundo fica muito prejudicado por diferentes razões. Algumas pessoas têm dificuldade de estudar em casa, algumas pessoas têm problemas em casa ou problemas com a internet e não podem levar o aprendizado bom. E também tem a questão que as escolas públicas estão tendo uma educação muito diferente das escolas particulares (Grupo focal 2).

DISCUSSÃO

Este estudo empregou a triangulação de dados referentes aos resultados dos dois eixos da pesquisa para compreender a saúde dos adolescentes durante a pandemia da COVID-19. Identificou-se piora da saúde mental dos adolescentes no período de distanciamento social, com o relato de sentimentos de solidão, nervosismo, mau humor, irritabilidade e tristeza, além de piora da qualidade de sono e das relações interpessoais. Em paralelo, observaram-se aspectos que dificultaram o acompanhamento do ensino a distância como falta de concentração, falta de interação com professores e amigos, problemas de saúde

e dificuldades de acesso às aulas, com momentos de desalento e vontade de não participar das atividades escolares.

O estudo quantitativo possui algumas limitações que devem ser consideradas, como a utilização de apenas uma questão para avaliar a autopercepção dos adolescentes sobre o sentimento de tristeza e outra para avaliar o estado de nervosismo — acrescenta-se que nenhuma questão foi submetida a um estudo prévio de validação. O uso do questionário virtual pode dificultar a participação de indivíduos sem acesso à *internet* e dispositivos eletrônicos, além de ter sido aplicado em plena pandemia no ano de 2020 — para reduzir esse enviesamento de seleção, foram utilizados pesos de pós-estratificação. As associações causais inerentes aos estudos transversais não podem ser desconsideradas. Acrescenta-se também o fato de os dados retratarem um período específico vivenciado pelos participantes no início da pandemia, e a possibilidade de ocorrer viés de memória, uma vez que as perguntas foram autorreferidas. Outras investigações para acompanhar a construção das representações sobre a doença e os modos de lidar, individual e coletivamente, devem ser realizadas.

Observa-se, ainda, que o uso do método de triangulação entre as distintas investigações não foi objetivo inicial das pesquisas, sendo utilizado somente no momento de análise e comparação dos dados para o presente estudo. Tal decisão se mostrou, no entanto, acertada, pois foi possível aprofundar a compreensão dos eventos, além de mostrar a complementaridade dos dois eixos sobre um mesmo tema.

Os resultados encontrados chamam a atenção para particularidades muito específicas dos adolescentes, visto

que fornecem informações robustas a respeito da experiência dos adolescentes durante a pandemia. Tais resultados foram reafirmados e com maior profundidade na investigação qualitativa por meio dos relatos individuais e coletivos que revelaram manifestações clínicas, psicossociais e alterações comportamentais intensas.

Os relatos de aumento do sentimento de tristeza, irritabilidade, nervosismo e mau humor, representados com maior intensidade para alguns como ansiedade, preocupação e depressão, corroboram outros estudos que também investigaram a saúde mental dos adolescentes durante a pandemia de COVID-19 no Brasil^{5,17} e no mundo.^{3,4} No geral, as medidas de distanciamento social, as mudanças de rotina e as dificuldades com o ensino foram as principais causas de sofrimento mental.^{3-5,17}

Neste estudo, o sentimento de solidão percebido por parte dos adolescentes está relacionado ao distanciamento social.² A adoção de medidas restritivas pelos pais, além daquelas recomendadas pelas autoridades, como o confinamento total em casa, representa alto risco para o desenvolvimento de níveis severos de ansiedade pelos adolescentes.³ O convívio com os amigos é fundamental nas relações dos adolescentes e, muitas vezes, serve como suporte emocional entre eles. No entanto, tais relações foram fortemente restritas pelas medidas de distanciamento e pela interrupção das atividades escolares presenciais.¹⁸

As adaptações de rotina e as mudanças de comportamento forçadas pela necessidade da adoção de medidas preventivas em saúde durante a pandemia de COVID-19 revelaram alterações importantes, como problemas ou dificuldades para dormir, os quais estão relacionados a fatores emocionais, alterações de vida e atividades diárias, como escola, lazer e convívio familiar.¹⁹ Outros estudos também encontraram associação entre menor duração de sono diário e aumento do risco de desenvolver sintomas depressivos.^{7,20} O aparecimento de distúrbios do sono em crianças e adolescentes durante a pandemia também foi apresentado em metanálise desenvolvida ainda em 2020.²¹ A piora da qualidade do sono repercute negativamente na saúde mental dos adolescentes, com o aumento de sentimentos como nervosismo e tristeza.² Cabe ressaltar que esse resultado também é comum aos encontrados na pesquisa realizada com adultos brasileiros.²

No âmbito educacional, estudantes, professores e instituições enfrentaram grandes desafios para se adequarem à nova modalidade de ensino. Para as escolas, os grandes desafios foram a reestruturação curricular pedagógica e a adaptação das atividades para as plataformas digitais, com preparação dos professores para preservar

a qualidade do ensino. Para os alunos, as maiores dificuldades foram a falta de interação com o professor e as desigualdades sociais, pois muitos estudantes não tinham acesso à *internet* e/ou a aparelho eletrônico para assistir às aulas.^{2,22}

A adaptação para o ensino on-line exigiu que os adolescentes se adequassem a um estilo de aprendizado remoto, o que interferiu nas relações interpessoais com os amigos e revelou dificuldades de acesso às plataformas digitais, diminuindo as possibilidades de convívio e de desenvolvimento psicossocial.⁵

CONCLUSÃO

Os resultados encontrados nas investigações revelam um cenário preocupante da saúde mental dos adolescentes, com piora do estado emocional e até mesmo adoecimento mental, os quais foram provocados, principalmente pelo distanciamento social e pelas medidas preventivas impostas durante a pandemia de COVID-19. Além das repercussões na saúde dos adolescentes, percebem-se alterações no seu estado de ânimo, evidenciado pelo relato de autopercepção de sentimentos como nervosismo, tristeza, solidão, irritabilidade, e alteração do humor. No âmbito do ensino e da educação, houve muitas dificuldades de adaptação ao ensino a distância, sendo que as principais estão relacionadas à falta de concentração, à pouca interação com os professores e amigos e a problemas estruturais, como indisponibilidade de computador ou *internet*.

Destaca-se, assim, a importância de conhecer e reconhecer os adolescentes como parte integrante de um grupo social que merece maior atenção e cuidado, devendo ser considerados os aspectos físicos, sociais e emocionais de suas experiências e vivências para o cuidado e nas políticas sociais. Além disso, faz-se necessário compreender as consequências de curto, médio e longo prazos advindas desse período pandêmico, a fim de que sejam tratadas como prioridade e possam ser minimizadas em todas as instâncias e instituições sociais nas quais os adolescentes estão presentes.

REFERÊNCIAS

1. Jiang L, Dphil KT, Levin PM, Irfan O, Morris SK, Wilson PK, *et al.* COVID-19 and multisystem inflammatory syndrome in children and adolescents. *Lancet Infect Dis.* 2020[citado em 2022 fev. 5];20:276-88. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/laninf/article/PIIS1473-3099\(20\)30651-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/laninf/article/PIIS1473-3099(20)30651-4/fulltext)
2. Barros MBA, Malta DC, Szwarcwald CL, Azevedo RCS, Romero D, Souza Júnior PRB, *et al.* Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira

- durante uma pandemia de COVID-19. *Epidemiol Serv Saúde*. 2020[citado em 2022 jan. 15];29(4):e2020427. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>
3. Abawi O, Willing MS, Van Den Eynde E, Van Rossum EFC, Halberstadt J, Van Den, *et al*. COVID-19 related anxiety in children and adolescents with severe obesity: a mixed- methods study. *Clin Obes*. 2020[citado em 2021 mar. 24];10(6):e12412. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7685119>
 4. Nissen JB, Hojgaard DRMA, Thomsen PH. The immediate effect of COVID-19 pandemic on children and adolescents with obsessive compulsive disorder. *BMC Psychiatry*. 2020[citado em mar. 24];20:511. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02905-5>
 5. Miliuskas CR, Faus DP. Saúde Mental de adolescentes em tempos de COVID-19: desafios e possibilidades de enfrentamento. *Physis (Rio J.)*. 2020[citado em 2021 mar. 25];30(4). Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312020000400301
 6. Loads ME, Chatburn E, Sweeney NH, Reymolds S, Shafran R, Bridgen 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 Psychiatr*. 2020[citado em 2021 mar. 26];59(11):1218-39. Disponível em: [https://jaacap.org/article/S0890-8567\(20\)30337-3/fulltext](https://jaacap.org/article/S0890-8567(20)30337-3/fulltext)
 7. Zhou J, Yuan X, Qi H, Liu R, Li Y, Huang H, *et al*. Prevalence of depression and its correlative factors among female adolescents in China during the coronavirus disease 2019 outbreak. *Global Health*. 2020[citado em 2021 mar. 26];16(19). Disponível em: <https://globalizationandhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12992-020-00601-3>
 8. Saurabh K, Ranjan S. Compliance and psychological impact of quarantine in children and adolescents due to COVID-19 pandemic. *Indian J Pediatr*. 2020[citado em 2021 abr. 12];29:1-5. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7257353>
 9. Santos KSS, Ribeiro MC, Queiroga DEU, Silva IAP, Ferreira SMS. O uso de triangulação múltipla como estratégia de validação em um estudo qualitativo. *Ciênc Saúde Colet*. 2020[citado em 2022 jan. 10];25(2). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020252.12302018>
 10. Denzin N. *The research act: a theoretical introduction to sociological methods*. Routledge: London; 2009.
 11. Carter N, Lucosius DB, DiCenso A, Blythe J, Neville AJ. The use of triangulation in qualitative research. *Oncol Nurs Forum*. 2014[citado em 2022 jan. 23];41(5):545-47. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1188/14.ONF.545-547>
 12. Minayo MCS, Souza ER, Constantino P, Santos NC. *Métodos, técnicas e relações em triangulação*. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2005. p. 71-103.
 13. Gagnon JH. *Uma interpretação do desejo: ensaios sobre o estudo da sexualidade*. Rio de Janeiro: Garamond; 2006.
 14. Pope C, Mays N. *Pesquisa qualitativa na atenção à saúde*. 3ªed. Porto Alegre: Artmed; 2009. 172p.
 15. Demazière D, Dubar C. *Analyser les entretiens biographiques, l'exemple de récits d'insertion*. Paris: Nathan, Coll. Essais & Recherches; 1997. 350 p.
 16. Barthes R, Greimas AJ, Bremond C, Eco U, Gritti J, Morin V, *et al*. *Introdução à análise Estrutural da narrativa* In: Barthes R. *A aventura semiológica*. São Paulo: Martins Fontes; 2001. 272 p.
 17. Nabuco G, Oliveira MHPP, Afonso, MPD. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde? *Rev Bras Med Fam Comunidade*. 2020[citado em 2021 jul. 6];15(42):2532. Disponível em: <https://rbmf.org.br/rbmf/article/view/2532>
 18. Qi M, Zhou SJ, Guo ZC, Zhang LG, Min HJ, Li XM, *et al*. The effect of social support on mental health in chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *J Adolesc Health*. 2020[citado em 2021 mar. 29];67(4):514-18. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7395830>
 19. Szwarcwald CL, Malta DC, Barros MBA, Souza Júnior PRB, Romero D, Almeida WS, *et al*. Associações de Fatores Sociodemográficos e Comportamentos de Saúde com o Bem-Estar Emocional de Adolescentes durante a Pandemia de COVID-19 no Brasil. *Int J Environ Res Public Health*. 2021[citado em 2021 jul. 6];18(11):6160. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph18116160>
 20. Chen S, Cheng Z, Wu J. Fatores de risco para a saúde mental dos adolescentes durante a pandemia COVID-19: uma comparação entre Wuhan e outras áreas urbanas na China. *Global Health*. 2020[citado em 2021 mar. 28];16:96. Disponível em: <https://globalizationandhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12992-020-00627-7#citeas>
 21. Panda PK, Gupta J, Chowdhury SR, Kumar R, Meena AK, Madaan P, *et al*. Psychological and behavioral impact of lockdown and quarantine measures for COVID-19 pandemic on children, adolescents and caregivers: a systematic review and meta-analysis. *J Trop Peditr*. 2020[citado em 2021 maio 4];67(1):1-13. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/tropej/fmaa122>
 22. Adarkwah MA. A strategic approach to onsite learning in the era of SARS-COV-2. *SN Comput SCI*. 2021[citado em 2021 jun. 7];2(4):258. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s42979-021-00664-y>