

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

SIMONE GONÇALVES SANTOS

**IMPACTOS PSICOLÓGICOS NOS ADOLESCENTES CAUSADOS PELO
ISOLAMENTO FÍSICO DECORRENTE DA PANDEMIA DE COVID 19**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

SIMONE GONÇALVES SANTOS

**IMPACTOS PSICOLÓGICOS NOS ADOLESCENTES CAUSADOS PELO
ISOLAMENTO FÍSICO DECORRENTE DA PANDEMIA DE COVID 19**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dra. Emilia Suitberta de Oliveira Trigueiro

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

SIMONE GONÇALVES SANTOS

**IMPACTOS PSICOLÓGICOS NOS ADOLESCENTES CAUSADOS PELO
ISOLAMENTO FÍSICO DECORRENTE DA PANDEMIA DE COVID 19**

Este exemplar corresponde à redação final
aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso
de SIMONE GONÇALVES SANTOS.

Orientador: Prof. Dra. Emilia Suitberta de
Oliveira Trigueiro

Data da Apresentação: 15/12/2021

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Dra. Emilia Suitberta de Oliveira Trigueiro

Membro: Profa. Me. Larissa Maria Linard Ramalho/UNILEÃO

Membro: Prof. Dr. Joaquim Iarley Brito Roque/UNILEÃO

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

IMPACTOS PSICOLÓGICOS NOS ADOLESCENTES CAUSADOS PELO ISOLAMENTO FÍSICO DECORRENTE DA PANDEMIA DE COVID 19

Simone Gonçalves Santos ¹
Emília Suitberta de Oliveira Trigueiro ²

RESUMO

Com a propagação do vírus SARS-CoV-2, causador da doença COVID-19, e a declaração da pandemia, tornou-se necessário o isolamento físico e o distanciamento social para minimizar os efeitos devastadores. Entretanto, os efeitos colaterais desse isolamento podem trazer malefícios à saúde mental, sobretudo nos adolescentes, que ainda se encontram em fase de desenvolvimento das suas relações sociais. Neste contexto o presente estudo objetiva discutir sobre os impactos psicológicos nos adolescentes, decorrentes do isolamento físico imposto pela pandemia de Covid 19. Percebeu-se com a ebulição de estudos e práticas em ascensão, pautadas nos cuidados psicológicos e saúde mental, há que projetar no porvir, suporte adequado aos adolescentes. Visto que na mesma proporção de estudos que surgem de forma acelerada e em quantidade considerável, os malefícios oriundos do isolamento físico nos adolescentes, manifestam-se na mesma proporção. É relevante que as produções acadêmicas, transpassem a comunidade científica, proporcionando conhecimento e amparo, aos pais, familiares, tutores educadores, e outros sujeitos que da convivência dos adolescentes.

Palavras-chave: Adolescência. Isolamento. Pandemia. Psicologia. Saúde mental.

ABSTRACT

With the spread of the SARS-CoV-2 virus, which causes COVID-19 disease, and the declaration of the pandemic, physical isolation and social distancing became necessary to minimize the devastating effects. However, the side effects of this isolation can harm mental health, especially in adolescents, who are still in the development phase of their social relationships. In this context, the present study aims to discuss the psychological impacts on adolescents resulting from the physical isolation imposed by the Covid 19 pandemic. It was realized that with the ebullition of studies and practices on the rise, based on psychological care and mental health, it is necessary to project in the future, adequate support for adolescents. Seeing that in the same proportion of studies that arise in an accelerated way and in a considerable quantity, the damages resulting from physical isolation in adolescents manifest themselves in the same proportion. It is relevant that the academic productions go beyond the scientific community, providing knowledge and support to parents, family members, tutors, educators, and other subjects of the adolescents' coexistence.

Keywords: Adolescence. Isolation. Pandemic. Psychology. Mental health.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: simonesantos0709@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: emiliasuitberta@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A adolescência, uma fase na qual se equiparada a outras da vida, pode ser considerada relativamente breve. Entretanto, repleta de complexidades, incertezas, indagações sobre si, sobre os outros, sobre o mundo, com inúmeros adjetivos que podem ser destinados para caracterizá-la. Mediante todo esse processo complexo que trata o período do adolescer, podem surgir diversos questionamentos, sejam eles partindo dos indivíduos que cercam os adolescentes, sendo mães, pais, outros familiares, professores, e ainda os próprios indivíduos mencionados, de como esse período pandêmico possa atravessá-los, no viés do isolamento imposto pela Covid-19.

A doença da Covid-19, trata-se de um vírus causador de infecções respiratórias, de elevado contágio e propagação, de letalidade baixa, entretanto devido o altíssimo número de infectados, ocorre uma quantidade elevada relativa aos óbitos. Inicialmente se assemelha a uma gripe no que condiz aos sintomas, de forma que as medidas adotadas foram distanciamento e/ou isolamento social, quando necessário o contato com terceiros, e em caso de suspeitas relacionadas a infecção do vírus, quarentena de 14 dias, medidas essas que visam minimizar a contaminação da doença e o consequente alastramento (FARIAS, 2020).

Em todas as fases da vida, as relações sociais, tem elevado grau de importância nas trocas e envolvimento entre as pessoas ao longo do tempo, independente de qual faixa etária, sexo, ou quaisquer outras condições estejam imersas. Contudo a etapa juvenil, pode ser caracterizada como crucial para o desenvolvimento humano e suas relações, visto que, por muitos, pode ser visualizada como um preparo para a vida adulta e todas as suas atribuições. É significativo que seja observado, por meio de estudos aprofundados, como esse processo que compreende a passagem da infância para a vida adulta, a adolescência, e de que forma atravessa esses indivíduos, e ainda, a necessidade de distanciamento pode acarretar e ou modificar as formas de visão de si e do outro, para esse público em processo de passagem para a vida adulta (PENNA; ARAÚJO, 2021).

Devido essa necessidade de vivência e aprendizados levantada acima, relacionada aos adolescentes, é relevante salientar, em consonância com o que está sendo vivenciado na atualidade, em termos de distanciamento físico, como esse fator que por vezes ocasiona isolamento social, pode afetar os adolescentes, após as restrições impostas pelo avanço da Covid-19 (OLIVEIRA et al., 2021).

De forma que leva a reflexão, de quais os possíveis desdobramentos psicológicos que possam vir a acarretar na vida desses sujeitos, que adquiriu novas nuances nesse período de

pandemia, seja esmiuçado, para melhor compreensão de algo tão latente e legítimo, o acolhimento em uma fase repleta de adversidades como a mencionada (OLIVEIRA et al., 2021).

Visto que em todas as gerações possuem suas peculiaridades, formas de conduzir suas relações, revisitar de forma breve, como se davam as formas de interações entre os adolescentes, é de grande valia ao tentar compreender, de que forma a pandemia afetou e/ou pode afetar, por esses vieses, impactos psicológicos nos mesmos, ocasionados em decorrência da ausência de interações sociais (MACHADO; ALVES; CAETANO, 2020).

Em todas as etapas da vida dos sujeitos, existentes percalços, desafios e outras questões que são vivenciadas e complexas para os mesmos, porém na fase da adolescência, visto a pouca experiência de vida, paralelamente ao vivenciado na pandemia, esses indivíduos já possuem questões a serem trabalhadas, independente da pandemia, ocasionada por fatores diversos (MILIAUSKAS; FAUS, 2020).

Esta seria uma faixa etária, que geralmente os pais/responsáveis, iniciam o processo de permitir interações fora do círculo social restrito, onde familiares, amigos, pessoas próximas ou da escola, perderiam preferência e convivência, em virtude dos vínculos se estabelecendo com indivíduos que no curso natural, adquirem afinidades em encontros fora de casa e da escola, através das mais diversas atividades que geralmente buscam realizar nessa fase, porém, com o advindo da pandemia, ficou em segundo plano (OLIVEIRA et al., 2021).

Com isso este trabalho buscará responder a seguinte questão: quais são as possíveis intercorrências psicológicas que indivíduos adolescentes podem sofrer em consequência do isolamento físico imposto pela Covid-19?

Em consonância ao apresentado até então, o objetivo deste trabalho é discutir sobre os impactos psicológicos nos adolescentes, decorrentes do isolamento físico imposto pela pandemia de Covid 19. Os objetivos específicos são: investigar através da literatura, a dinâmica das relações sociais dos adolescentes, anteriormente à pandemia; entender o que mencionam os relatos bibliográficos sobre a ausência das interações sociais, e efeitos psicológicos que tal percurso pode causar na vivência adolescente; analisar possíveis impactos psicológicos relacionados ao isolamento físico associados e potenciais desdobramentos nas formas de se relacionar dos adolescentes, decorrentes de tais fatores.

2 METODOLOGIA

A metodologia que será aplicada na referida pesquisa, tem caráter bibliográfico, com uma abordagem exploratória; a proposta se desdobra em um aprofundamento para discussão,

realizando através de pesquisas já existentes, utilizando dados qualitativos; será realizado o levantamento nas bases de dados científicos Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google Acadêmico (palavras chave: adolescência, psicologia, pandemia, isolamento, saúde mental). Um viés satisfatório que advém da pesquisa bibliográfica, será pelo fato da agilidade e precisão de acessar vastos conteúdos sobre quaisquer assuntos já explanados, trazendo conteúdo atualizados nos quais podem ser realizadas pesquisas com celeridade, eficiência e materiais oriundos de bases de dados confiáveis (TRAINA; TRAINA, 2009).

Visto a emblemática que está sendo vivenciada em todo o mundo, da produção científica em ebulição, desde artigos, revistas, periódicos, e os mais diversos especialistas se debruçando sobre a temática, no que concerne a Covid-19 e seus desdobramentos; nesta dita revisão restringida ao público adolescente no viés psicológico, está em plena atividade, devido os inúmeros impactos causados pela pandemia.

3 BREVES CONSIDERAÇÕES SOBRE A ADOLESCÊNCIA

Segundo Becker (2017) não se fala da adolescência em termo singular para explicar sobre essa fase, e sim em versão plural de adolescências; visto que é um ciclo no qual coexistem em processo de formação, de maneira veloz e intensa, geralmente concomitante, diversas evoluções, sejam elas física, mental, social. Pois a visão que esse jovem tem de si, e de outros que para além das mudanças, contradições diversas, o mesmo pode ser inexperiente e/ou imaturo sob alguns aspectos, por outro, ser considerado responsável e serem atribuídas cada vez mais reponsabilidades, de certa forma gerando contradições para os adolescentes compreenderem.

Essa fase do desenvolvimento humano, marcada por descobertas diversas, divergindo da infância que descobre o mundo, os adolescentes irão iniciar a exploração sobre si mesmos, despertam para relacionar-se com outros indivíduos, experienciam novas vivências, na qual podem ser turbulentas ou não, a depender de fatores diversos; sendo essas desde características próprias, ou ainda visão crítica as situações que se apresentam mediante a eles; possuindo ou não suporte para lidar, por vezes nas relações, podem surgir a identificação desses indivíduos com seus semelhantes, e outros que inspiram observação, para suas próprias construções (PEREIRA; AMARAL; SOARES, 1997).

Em vista a vulnerabilidade da adolescência, estudos demonstram que essa fase pode ser mais suscetível a incidência de sofrimentos psicológicos, surgindo nos mais diversos vieses,

como abusos de substâncias, transtornos, ansiedade, depressão, e outras apresentações de prejuízo a saúde mental. Um ponto importante para que estudos voltados a esse público possam ser eficazes, é a questão de que estigmas inseridos na sociedade em relação a fase da adolescência, possam ser desmistificados, ampliando assim práticas assertivas relacionadas ao cuidado dessa faixa da população (SILVA, 2019).

No que tange às perspectivas a serem abordadas, a fase adolescente onde por si discorre por um viés repleto de complexidade, para os ditos sujeitos, as formas como se enxergam, e ainda como podem balancear esse universo evoluindo na maneira de se relacionar com os demais, visto que pouco tempo atrás eram crianças, e agora estão vivenciando a fase intermediária para a vida adulta. Fase na qual estão em busca da própria identidade, através de diferenças e concordâncias no contexto social onde estão imersos, se identificam ao mesmo que divergem, de maneira que ao longo desse processo, irão se constituir sujeitos, à medida que vivenciam, experienciam e reagem às experiências individualmente (ARPINI; QUINTANA, 2003).

4 SER ADOLESCENTE DURANTE A PANDEMIA

Muito embora o isolamento físico tenha sido intensificado de forma massiva com o advindo da pandemia, as relações sociais já estavam atravessando uma transformação veloz pela popularização da internet, e conseqüentemente a acessibilidade cada vez maior das redes sociais, a um público gradativamente mais novo, fato esse que foi e está modificando as relações das famílias e sociedade como um todo. Ao passo que a adolescência é uma fase de descobertas, visto de um panorama geral, pois será uma etapa do desenvolvimento humano, que a depender de fatores diversos, haverá uma ampliação na participação de grupos variados de esporte, lazer entre outros, se ocorre uma intensificação de permanência no mundo virtual, a vivência real e física, é colocada em segundo plano ou inexistente (SILVA, 2016).

A vivência física, encontros, toque, contato físico de fato, se transformou de forma radical, alterações relacionadas ao exercício da interação entre esses indivíduos, visto que a orientação é de manter distância, se por ventura, houver encontro inevitável com outros fora de seu estrito ambiente doméstico, devido a vigilância necessária para a contenção da doença; contudo, comportamentos até então bem praticados pelos adolescentes, a proximidade física, o toque, houve necessidade de não mais ocorrer (BILENKY, 2020). Mediante tantos fatores diversos, como todas essas modalidades alteradas na forma de se relacionar, podem reverberar no delineamento das relações e como podem afetar psicologicamente o público juvenil.

Em consonância aos fatores mencionados, relatos, pesquisas, há evidências de como as interações sociais são relevantes na vivência dos sujeitos, em particular dos adolescentes. A ausência de determinadas experiências, resulta em dificuldade mais elevada em relação no que condiz a desenvolver vínculos com pares, maiores níveis de solidão, retraimento social, essa internalização dos problemas, podem acarretar resultados como depressão, agressividade, impulsividade e outros (DOS SANTOS, 2013).

Em decurso ao prolongamento do isolamento devido a pandemia, estudos indicam já nos primeiros meses subsequentes, aumento exponencial de quadros associados à alteração na qualidade do sono, depressão, estresse, ansiedade dentre outros efeitos maléficos à saúde dos adolescentes; visto que as interações entre amigos, grupos, locais frequentados pelos mesmos foram fechados, e a restrição de contato, estritamente relacionada ao ambiente doméstico, configuram em somatória aos efeitos negativos do isolamento físico decorrente do Coronavírus (MILIAUSKAS; FAUS, 2020).

Mediante ao descrito até então, pode ser mensurado, ainda que de forma não aprofundada, um viés dentre as mais diversas possibilidades que poderão acarretar, os desdobramentos psicológicos na população como um todo, bem como nos adolescentes, na espécie de interrupção que a pandemia acarretou relativo a evolução na aprendizagem e ao aprimoramento nas relações sociais do público mencionado (SANTOS, 2021).

A forma abrupta da necessidade de não estabelecer contato/aproximação física, fez com que o processo de aprendizagem escolar, sofresse alterações de forma repentina, um grande revés para alunos professores, família; as aulas passaram a ser online, visto o período de isolamento perdurar, a falta de preparo dos educadores mediante o novo e a necessidade de adaptações, por vezes a privação de acesso à internet e dispositivos eletrônicos para viabilizar as aulas, descontinuação nos processos de ensino/aprendizagem, assimilação dos conteúdos, e ainda a ausência de critérios que possam mensurar o absorvido pelos alunos (SENA et al., 2021).

No tocante da ascensão do olhar para as fragilidades dos sujeitos em decorrência da pandemia, a necessidade de acompanhar o desencadear de manifestações psicológicas que possam afetar negativamente causando quaisquer modalidades de prejuízos, e o quão pode ser nocivo não realizar algum tipo de acompanhamento, buscando preservar ou minimizar os prejuízos à saúde mental, mediante os números crescentes de transtornos surgindo na complexidade do quadro atual (LIPP; LIPP, 2020).

Concomitante com os percalços enfrentados durante a pandemia no quesito saúde mental, outras nuances que foram e são de suma importância, apesar de não literalmente à

primeira vista se relacionar a saúde mental, ou tampouco nomeadas como implicação em relação aos impactos psicológicos, porém coadjuvantes bastante interligadas e na soma de fatores que podem ser relevantes, essas são os hábitos relacionados a ausência de atividades físicas dos indivíduos (JUNIOR; PAIANO; COSTA, 2020).

Isso se deve ao fato entre outros, pela necessidade de realizar diversas atividades dentro de casa, sejam relacionadas a estudar, home office, o entretenimento dos mais diversos através das telas, podem ser jogos, séries, filmes, redes sociais, e as infindáveis atividades que são substituídas ao que se exigia esforço físico, sendo atualmente realizadas sem que os indivíduos não se desloquem fisicamente a lugar algum (JUNIOR; PAIANO; COSTA, 2020).

Esse contexto oriundo da necessidade de se retrair de grande parte das atividades realizadas fora do ambiente doméstico, muitas vezes até mesmo do laboral, ocasionou estresse em indivíduos adultos no interior dos lares, exigindo dos mesmos um esforço maior em lidar com seus próprios dilemas, somado ao ócio, irritabilidade e todas as questões que circundam as crianças e adolescentes, uma dinâmica que gerou conflitos diversos, intensificou a vulnerabilidade dos mesmos a desencadear a vivência de violações das mais diversas, sobretudo nos ambientes domésticos em que existe um predisposição para tais eventos (DA CRUZ et al., 2021).

Mencionando ainda, fatores que contribuem negativamente na saúde mental dos adolescentes, as diversas formas de violência, física, mental, sexual, na família, exposição a substâncias ilícitas, exclusão social, falta de acesso adequado e mínimo a educação, angústias das mais diversas relacionadas a todo o tipo de mazelas que atingem as sociedades como um todo (PINTO et al., 2014). Salientando que os estressores citados anteriormente, não foram nem são exclusividade do período pandêmico, porém com todas as nuances apresentadas, ganharam mais força no início de 2020, quando foi declarada a pandemia.

5 OBSERVANDO AS POSSÍVEIS CAUSAS

Em todo o contexto de descobertas, em especial relativas a si mesmos, os adolescentes por vezes, podem se sentir confusos, mediante as incertezas geralmente próprias da idade, busca por aprovação, referência, pertencimento à um grupo, fatores que são de grande relevância para os mesmos, nesse processo de afirmação; por vezes podem se sentir desconfortáveis perante si, os tornando mais suscetíveis aos prejuízos à saúde mental (STERZ; SILVA, 2017).

De forma crescente, a saúde mental tem sido pauta cada vez mais constante, intensificada após a pandemia, sendo considerado até mesmo um problema de saúde pública. Visto que todo o contexto experienciado, eleva os níveis de estresse, desencadeando os mais diversos sinais e sintomas psicológicos, direcionando atenção cada vez maior a essas demandas (PEREIRA et al., 2020).

Com a declaração mundial da pandemia e a necessidade de isolamento, de forma abrupta, modificou por completo o estilo de vida da população, desencadeando inúmeros distúrbios, fragilizando a saúde mental; essa alteração na rotina trouxe insegurança, raiva, evitação, ansiedade para as pessoas, aumento da solidão, alterações de humor, pouca comunicação, e em decorrência do extenso período de confinamento, as consequências para a saúde mental, tem a tendência de piorar essa perspectiva (MANGUEIRA et al., 2020).

A fase da adolescência denota-se pesquisar de maneira aprofundada, visto que apesar da ebulição de estudos, ainda são bastante recentes em relação ao isolamento mensurar a probabilidade, e quais implicações de fato, esses indivíduos sofrerão com os desdobramentos da pandemia, a impossibilidade de interagir com outros; visto que se trata de uma fase breve, porém de formação que em diversos aspectos, em muito contribuirão para a construção da vida adulta dos adolescentes que se encontram atravessando essa fase durante a pandemia (MALTA, 2021).

Tendo em vista a ausência das relações que seriam naturais em tempos nomeados como normais, a privação de interações sociais de forma presencial, no qual os adolescentes poderiam contemplar seu pleno desenvolvimento, seja cognitivo, social, físico, em uma fase de alterações tão velozes, são consideradas de grande probabilidade, consequências em níveis prejudiciais à saúde mental; sobretudo se relacionada a covid-19, pois a expectativa seja regressão da pandemia com o avanço da vacinação, porém nas consequências a saúde mental, é estimado que perdure através do tempo, ainda não mensurado (BIROLINI, 2021).

O isolamento físico acarretou o fechamento das instituições de ensino, território comum à maioria dos adolescentes, no qual além de desenvolverem questões de sociabilidade, um viés benéfico para esses sujeitos, o convívio com os educadores e outros profissionais deste dito ambiente, por vezes são capazes de detectar desequilíbrios sofridos pelos adolescentes. Consequentemente a ausência dessa convivência, causa preocupação por diminuição de rede de apoio, que seria capaz de identificar sinais que dispensariam necessidade de atenção e suporte, porém foi interrompido nesse período pandêmico com a suspensão das aulas presenciais (SOUTO et al., 2021).

Segundo Lima (2020), quando em períodos de epidemia, as intercorrências mentais, sejam elas psicológicas e/ou psiquiátricas, atingem um grande número de pessoas, maior ainda dos que são alcançados pelas doenças causadas somente pelos vírus, caso não recebam suporte devido de auxílio a saúde mental.

Em detrimento a saúde mental, associada à inatividade física, somada ao acesso amplo a conectividade por meio digital, pode ser visualizada de maneira mais intensa os percalços decorrentes dessa forma de interação perante a familiares, colegas de escola, amigos, e quaisquer outros indivíduos que se relacionem com esses jovens. Sobretudo e não menos importante, o fato de desconhecer do que se trata uma pandemia, as incertezas e desdobramentos globais relacionados ao futuro, no que tange as perspectivas gerais para todos os indivíduos. Se tratando de uma somatória de fatores que podem desencadear comportamentos ansiogênicos, para além do já propagado nessa fase da vida (DESLANDES; COUTINHO, 2020).

Apesar da saúde física dos adolescentes em relação à Covid-19 até então ter sido afetada, em quantidades inferiores em números globais, se comparada a outras faixas etárias, existem mensurações acerca do que será resultante relacionado a saúde mental, tendo em vista que o homem é um ser social, e no contexto pandêmico isso foi retirado de forma abrupta, induzindo a uma maior convivência com familiares, elevando assim os conflitos intrafamiliares, reduzindo a interação externa, escola, amigos, outros círculos sociais, e outras fontes de trocas que possam agregar na busca de identidade desses sujeitos (SOUTO et al., 2021).

Sobretudo, muito embora seja extremamente relevante esses contatos para os adolescentes, não menos importante, que os pais ou pessoas pertencentes ao círculo familiar desses indivíduos, estejam atentos e abertos para ser suporte e apoio nos períodos que os mesmos possam se encontrar fragilizados, por quaisquer motivos que os levem a esse estado (STERZ; SILVA, 2017).

Em decorrência do isolamento, a falta de interação com outros indivíduos, a solidão, ocasiona diversas implicações de saúde, aumentando risco de doenças, dentre elas as psicológicas, como ansiedade, depressão, medo, pânico; sobretudo o estresse oriundo pelo isolamento, contribui para alterações físicas e do sono, comprometendo a plasticidade cerebral, reverberando de forma negativa no desenvolvimento emocional e cognitivo (ALMEIDA, 2021).

6 PENSANDO SOBRE AS PERSPECTIVAS DE CUIDADO

Pesquisar sobre as temáticas do público juvenil, fatores de risco que podem desencadear prejuízos à saúde, evoluindo até mesmo para psicopatologias, é e será relevante para conhecimento e formulação de práticas, que buscam desenvolver trabalhos voltados para os adolescentes, visando minimizar e prevenir impactos negativos, da ordem de saúde pública, intervenções que condizem e gerem resultados adequados para prevenção e promoção da saúde psíquica (ALMEIDA, 2021).

Muito embora se propague o discurso de novo normal, advindo com força depois do prolongamento da pandemia, corrobora de forma latente, considerando o normalmente saudável de estabelecer e manter relações, e como isso pode ser benéfico para os indivíduos, de forma que no contexto desafiador para a adaptabilidade de todos, e ainda a imprevisibilidade que venha a ocorrer mediante esse período pandêmico, há que se buscar estratégias, buscando um equilíbrio em como filtrar as benesses e contornar os malefícios que traz o isolamento social e seus desdobramentos psicológicos (QUADROS; CUNHA; UZIEL, 2020).

Em detrimento da convivência e frequência no ambiente escolar reduzida ou inexistente para os adolescentes no período pandêmico; onde os mesmos interagem com os semelhantes, educadores, e outros profissionais do dito círculo; espaço no qual, com a suspensão das atividades, além do prejuízo em termos educativos, sociais, afetivos, vulnerabilidades diversas eram identificadas pelos profissionais, no qual estavam ao alcance acionar pais, tutores e/ou buscar suporte para esses adolescentes (RIBEIRO; RIBEIRO, 2021).

O ambiente escolar, é uma das potencialidades na conduta de forma coletiva de suporte, visto que os frequentadores são da mesma fase da vida; trabalhos realizados com psicólogos(os), sobretudo se possível de forma interdisciplinar com outros profissionais que possam agregar um intermédio na busca de que esses jovens tenham abertura para que sejam não apenas ouvidos, mas também tenham um espaço no qual, estratégias voltadas para o seu pleno desenvolvimento, físico, psíquico, social, afetivo (SANTOS; PULINO; RIBEIRO, 2021).

Um viés de alta relevância no que condiz ao suporte, já apontado por diversos estudos, são que relações sadias entre familiares, amigos e os adolescentes, apresentam maiores níveis de felicidade e bem-estar psicológico para eles, apontando que o estabelecimento de vínculos afetivos, podem assimilar de melhor maneira vivências e aprendizados sobre si e o mundo ao entorno. Esse suporte, que são os primeiros na infância geralmente, por vezes pode preceder uma percepção de afastamento ao adentrar a adolescência, porém, o ideal é que essas relações possam ser amadurecidas, conforme as demandas e as adversidades desses vínculos possam ser contornadas, visando acolhimento e o bem comum desses indivíduos (MOTA; OLIVEIRA, 2020).

Por conseguinte, a prática de estilo de vida saudável, comprovadamente, pode fazer parte, concomitante a adoção de cuidados de saúde mental, psicológica, contribuir para a promoção da saúde holística dos adolescentes; tendo em vista a prática de exercícios físicos, esportes, com certa regularidade, sobretudo com direcionamento de profissionais da área, além da melhora da disposição, é uma estratégia que contribui de forma adjunta, auxiliar para tratamento de transtornos ansiosos e depressivos nos adolescentes (CAVALCANTI; SARDINHA; LEMOS, 2020).

Visto que em todas as etapas da vida é de grande relevância, primar pelo bem viver e bem-estar de todos os indivíduos, embora seja bastante mencionado esse fator, os cuidados dispensados a essa geração que no breve futuro serão jovens adultos, é indispensável, devido até mesmo toda a estrutura enquanto sociedade, pois quanto melhor assistidos estiverem, mais esclarecidos e seguros se tornarão adultos, o benefício será para todos, nas mais distintas esferas (MACHADO; ALVES; CAETANO, 2020).

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em consonância ao relatado neste artigo, pode-se depreender que na fase púbere, adolescente, a incidência de maiores conflitos, perturbações, decorrentes das múltiplas transformações que ocorrem durante esse ciclo vital, sejam psicológicas, sociais, físicas, por vezes podem ser consideradas as mais complexas, devido imaturidade em solução de conflitos, necessidade de reafirmar-se, insegurança, reconhecimento, sentimento de pertença a grupos, cobranças por parte da sociedade como um todo, em seus lares, e ambientes sociais que coabitam.

Proveniente da Covid-19, o advindo da pandemia, causou diversos impactos psicológicos nos adolescentes, devido à complexidade de compreensão de si mesmos, ou terceiros para consigo. Os jovens se depararam diante de algo que não seria vigente apenas para eles, mas para todo o globo, lidar com toda a problemática envolvendo a doença, sobretudo a necessidade de isolamento, pode desencadear diversos transtornos psíquicos, singularmente pelo fato de que não raro os adolescentes se veem mediante ao enfretamento de conflitos internos, e há ainda os que podem desencadear em seguimento ao retraimento imprescindível para conter o avanço do vírus.

Através do levantamento realizado, foi possível verificar que houve uma aceleração em algumas vertentes, já mencionadas anteriormente relativas aos prejuízos à saúde mental, e estabelecendo o isolamento físico, conflitos afloraram, a convivência doméstica exaustivamente assídua, a exposição aos excessos da internet, a ausência exercícios físicos, a

celeridade inevitável na alteração da rotina, a inexistência de interações físicas com indivíduos externos aos respectivos lares dos adolescentes.

Todavia, com a eminência cada vez maior no que confere aos cuidados psicológicos, a saúde mental, ainda que obstatante do cenário ideal, desempenha um espaço e relevância cada vez maior nas sociedades. Portanto na expectativa que o olhar seja cada vez mais voltado para tal, há que se projetar que os cuidados aos adolescentes sejam de forma holística, no que concerne a pais, tutores, familiares, apoio interdisciplinar, amigos, educadores, e quaisquer outros profissionais e/ou indivíduos que sejam parte da vivência dos adolescentes.

No porvir, muito embora careça de maiores estudos, denota-se que esclarecimentos e propagação da produção científica para além dos meios acadêmicos, no que concerne as práticas sugeridas aos cuidados com a saúde mental, são de suma importância para auxiliar a sociedade, em um assunto já pautado como tema de saúde pública, visto a quantidade de indivíduos que sofrem e sofrerão com a espécie de efeito colateral proveniente da pandemia, projeções que apontam a inúmeros casos de ansiedade, depressão e outros quadros de disfunções psicológicas que perturbarão o bem estar dos sujeitos.

Vale salientar ainda, que o dito artigo, se propõe predominantemente, debruçar sobre vieses pertinentes à esfera psicológica dos adolescentes, nesse período pandêmico; entretanto, tendo em vista as recomendações da Organização Mundial da Saúde, orientações de estados e municípios, entre outros órgãos e instituições, restringir o contato com indivíduos que não sejam do ambiente doméstico, tem sido fundamental no combate a Covid-19, o retratado nesse artigo, não exime a necessidade do isolamento, e sim, segue uma linha que se permite estudar tão somente os possíveis impactos psicológicos.

REFERÊNCIAS

ARPINI, Dorian Mônica; QUINTANA, Alberto Manuel. **Identidade, família e relações sociais em adolescentes de grupos populares**. Estudos de Psicologia (Campinas) [online]. 2003, v. 20, n. 1 [acessado 6 junho 2021], pp. 27-36. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2003000100003>. Epub 16 Mar 2009. ISSN 1982-0275. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2003000100003>.

ALMEIDA, Isabelle Lina de Laia *et al.* **Isolamento social e seu impacto no desenvolvimento de crianças e adolescentes: uma revisão sistemática**. Revista Paulista de Pediatria [online]. 2021, v. 40 [acessado 7 novembro 2021], e2020385. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020385>>. Epub 04 Out 2021. ISSN 1984-0462. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020385>.

ALMEIDA, Victor; RIBEIRO, Tatiana; PUCCI, Silvia Helena Modenesi. **Passado x presente: fatores de risco associados à saúde mental do adolescente.** Brazilian Journal of Global Health, v. 3, n. 1, p. 45-52, 2021.

BECKER, Daniel. **O que é adolescência.** Brasiliense, 2017.

BILENKY, Marina Kon. **O vírus e sua face bidimensional.** Ide (São Paulo), São Paulo, v. 42, n. 69, p. 69-75, jun. 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-31062020000100007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 17 maio 2021.

BIROLINI, Luciana Reis; orientadora: CALÁBRIA, Luciana Karen. 2021. **Os reflexos negativos do isolamento social na saúde mental infanto-juvenil.** 35 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Biológicas) – Universidade Federal de Uberlândia, Ituiutaba, 2021.

CAVALCANTI, Paula Barbosa Berlim; SARDINHA, Luís Sérgio; LEMOS, Valdir de Aquino. (2020, junho 2). **Relações entre suporte familiar, exercício físico e sintomas ansiosos em adolescentes.** Diálogos Interdisciplinares, 9(4), 84-90. Recuperado de <https://revistas.brazcubas.br/index.php/dialogos/article/view/939>

DA CRUZ, Moniky Araújo *et al.* **Crianças e adolescentes no contexto da pandemia: a interface com a violência intrafamiliar.** Saúde Coletiva (Barueri), v. 11, n. 65, p. 6270-6279, 2021.

DESLANDES, Suely Ferreira; COUTINHO, Tiago. **O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da COVID-19 e os riscos para violências autoinflingidas.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 25, p. 2479-2486, 2020.

DOS SANTOS, António J. *et al.* **Isolamento social e sentimento de solidão em jovens adolescentes.** Análise Psicológica, v. 31, n. 2, p. 117-127, 2013.

FARIAS, Heitor Soares de. **O avanço da Covid-19 e o isolamento social como estratégia para redução da vulnerabilidade.** Espaço e Economia. Revista brasileira de geografia econômica, n. 17, 2020.

JÚNIOR, Públio Gomes Florêncio; PAIANO, Rone; COSTA, André dos Santos. **Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 25, p. 1-2, 2020.

LIMA, Rossano Cabral. **Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental.** Physis: Revista de Saúde Coletiva [online]. 2020, v. 30, n. 02 [acessado 2 novembro 2021], e300214. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300214>>. Epub 24 Jul 2020. ISSN 1809-4481. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300214>.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes; LIPP, Louis Mario Novaes. **Stress e transtornos mentais durante a pandemia da COVID-19 no Brasil.** Bol. - Acad. Paul. Psicol., São Paulo, v. 40, n. 99, p. 180-191, dez. 2020. Disponível em

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000200003&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 17 maio 2021.

MACHADO, Sheila Francisca; ALVES, Sérgio Henrique de Souza; CAETANO, Patrícia Fagundes. **Relação entre habilidades sociais, estresse, idade, sexo, escola e série em adolescentes.** Fractal: Revista de Psicologia [online]. 2020, v. 32, n. spe [acessado 30 setembro 2021] pp. 210-217. Disponível em: <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v32_i-esp/39792>. Epub 11 Set 2020. ISSN 1984-0292. https://doi.org/10.22409/1984-0292/v32_i-esp/39792.

MANGUEIRA, Liane Franco Barros *et al.* **Saúde mental das crianças e adolescentes em tempos de pandemia: uma revisão narrativa.** Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 12, n. 11, p. e4919-e4919, 2020.

MALTA, Deborah Carvalho *et al.* **A pandemia de COVID-19 e mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros.** Revista Brasileira de Epidemiologia [online]. 2021, v. 24 [Acessado 15 Novembro 2021], e210012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1980-549720210012>>. Epub 07 Jun 2021. ISSN 1980-5497. <https://doi.org/10.1590/1980-549720210012>.

MILIAUSKAS, Claudia Reis; FAUS, Daniela Porto. **Saúde mental de adolescentes em tempos de Covid-19: desafios e possibilidades de enfrentamento.** Physis: Revista de Saúde Coletiva [online]. 2020, v. 30, n. 04 [acessado 2 setembro 2021], e300402. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300402>>. Epub 14 Dez 2020. ISSN 1809-4481. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300402>

OLIVEIRA, Wanderlei Abadio de *et al.* **A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review.** Cadernos de Saúde Pública [online]. v. 36, n. 8 [acessado 24 agosto 2021], e00150020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00150020>>. ISSN 1678-4464. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00150020>.

PEREIRA, Mara Dantas *et al.* **A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa.** Research, Society and Development, v. 9, n. 7, p. e652974548-e652974548, 2020.

PEREIRA, Maria Gouveia; AMARAL, Virgílio Ribeiro; SOARES, Susana. **Identidades sociais e representações sociais dos adolescentes acerca da SIDA.** Análise Psicológica, p. 617-636, 1997.

PENNA, Eloisa M. D.; ARAUJO, Felícia Rodrigues R. S. **Adolescência: a caminho da maturidade no mundo contemporâneo.** Junguiana, São Paulo, v. 39, n. 1, p. 167-178, jun. 2021. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-08252021000100010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 30 set. 2021.

PINTO, Agnes Caroline Souza *et al.* **Fatores de risco associados a problemas de saúde mental em adolescentes: revisão integrativa.** Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 48, p. 555-564, 2014.

QUADROS, Laura Cristina de Toledo; CUNHA, Claudia Carneiro da; UZIEL, Anna Paula. **Acolhimento psicológico e afeto em tempos de pandemia: práticas políticas de afirmação da vida.** *Psicologia e Sociedade*, Belo Horizonte, v. 32, e020016, 2020. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010271822020000100415&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 17 maio 2021. Epub 04-Set-2020. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2020v32240322>.

RIBEIRO, L. S.; RIBEIRO, M. S. DE S. **Narrativas sobre a saúde mental de adolescentes em tempos de coronavírus.** *Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)biográfica*, v. 6, n. 17, p. 273-291, 31 maio 2021.

SANTOS, Elen Alves dos; PULINO, Lúcia Helena Cavasin Zabotto; RIBEIRO, Beatriz Soares. **Psicologia escolar e automutilação na adolescência: relato de uma intervenção.** *Psicologia Escolar e Educacional* [online]. 2021, v. 25 [Acessado 27 Novembro 2021], e225761. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2175-35392021225761>>. Epub 29 Out 2021. ISSN 2175-3539. <https://doi.org/10.1590/2175-35392021225761>.

SANTOS, Letícia Camilo *et al.* **Impactos psicossociais do isolamento social por covid-19 em crianças, adolescentes e jovens: scoping review.** *Revista de Enfermagem da UFSM*, v. 11, p. 73, 2021.

SENA, Michel Canuto de *et al.* **Os efeitos da pandemia na educação de crianças e adolescentes no brasil.** *Lex Cult Revista do CCJF, [S.I.]*, v. 5, n. 1, p. 107-119, abr. 2021. ISSN 2594-8261. Disponível em: <<http://revistaauditorium.jfrj.jus.br/index.php/LexCult/article/view/511>>. Acesso em: 29 nov. 2021.

SILVA, Jaqueline Ferreira da *et al.* **Adolescência e saúde mental: a perspectiva de profissionais da Atenção Básica em Saúde** * * Parte da dissertação de mestrado da primeira autora, financiado pela Capes. . *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* [online]. 2019, v. 23 [Acessado 29 Outubro 2021], e18063. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/Interface.180630>>. Epub 10 Jul 2019. ISSN 1807-5762. <https://doi.org/10.1590/Interface.180630>.

SILVA, Thayse de Oliveira. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais.** 2016.

SOUTO, Roberta Ribeiro *et al.* **Prejuízos na saúde mental em crianças e adolescentes no contexto da pandemia do Covid-19.** *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 6, p. 25146-25158, 2021.

STERZ, Gabriela Anita; SILVA, Jerto Cardoso da. **Depressão na infância e na adolescência.** *Boletim Entre SIS*, v. 2, n. 1, p. 92-102, 2017.

TRAINA, Agma Juci Machado; TRAINA JR, Caetano. **Como fazer pesquisa bibliográfica.** *SBC Horizontes*, v. 2, n. 2, p. 30-35, 2009.