

SAÚDE EMOCIONAL DAS CRIANÇAS EM TEMPOS DE PANDEMIA

Carlos Roberto Marcolino Junnior¹
Pollyana Brandão Gomes²

polly.matipo@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

RESUMO

A discussão suscitada neste trabalho vem abordar sobre o emocional das crianças em tempos da atual pandemia da corona vírus. Os principais protagonistas que irão atuar nesta situação são os pais, estes poderão reconhecer os sinais de estresse, interpretá-los e devolvê-los às crianças com respostas que geram acolhimento, segurança e aprendizado, criando assim um ciclo positivo. Utilizando o método de pesquisa documental para a realização deste, foi possível compreender através da pesquisa e das observações realizadas no estágio, como a pandemia afetou de forma negativa a saúde emocional das crianças, afastando-as das pessoas da rotina de antes. Cabe aos pais estabelecer medidas de proteção e apoio ao bem estar emocional das mesmas.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde emocional, Crianças, Pandemia.

INTRODUÇÃO

O professor associado ao Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo Guilherme V. Polanczyk, traz que crianças e adolescentes não são foco de maior preocupação em tempos de pandemia da COVID-19 pois, embora possam ser igualmente infectadas, irão apresentar manifestações clínicas mais brandas do que em adultos e idosos. Porém, o impacto gerado pela pandemia sobre a saúde mental deverá ser de mesma magnitude ou até maior (POLANCZYK 2020).

¹ Graduando do curso de Psicologia do Centro Universitário Vértice - UNIVÉRTIX

² Psicóloga, mestre em Políticas Públicas e professora do Centro Universitário Vértice - UNIVÉRTIX

Para Polanczyk (2020), os transtornos que acontecem na infância e na adolescência são altamente relevantes para a sociedade porque afetam indivíduos normalmente saudáveis em plena fase produtiva e de desenvolvimento, com prejuízos cumulativos até a idade adulta. Podem levar muitas vezes à morte, figurando desta forma entre as principais causas de carga de doença na população. A ocorrência dos transtornos mentais se dá frequentemente em crianças mais vulneráveis, propaga e perpetua as desigualdades sociais que já existem. Antecipando as consequências da pandemia na saúde mental das crianças, e entendendo como os transtornos mentais se instalam, os mesmos podem ser prevenidos. O estresse emocional é um dos mais importantes fatores preveníveis para os transtornos mentais. Transtornos que surgem a partir do estresse podem ocorrer desde a infância ou mesmo anos após o acontecimento da situação estressora. Perante a atual pandemia e todas as contingências que a acompanha chegam aos cérebros das crianças por meio de informações, emoções de seus pais e outros adultos significativos, pelas mudanças de rotina e do ambiente com o passar do tempo. O cérebro de cada criança é diferente e irá reconhecer os dados recebidos de formas particulares. Aí irão surgir emoções e pensamentos como sinais de estresse, que serão transmitidos de forma direta por meio do medo ou insegurança e de forma indireta que no caso seria a irritação e insônia.

Massignan (2020), traz que entender a influência que causada pela pandemia na vida das crianças e adolescentes pode ajudar não somente elas e suas famílias, mas também os gestores de saúde a planejar ações voltadas tanto para o momento atual da crise em saúde quanto na retomada da rotina após a pandemia. “Há a necessidade de estudos que possam auxiliar na ampla compreensão da situação”.

Os principais protagonistas que irão atuar nesta situação são os pais, estes poderão reconhecer os sinais de estresse, interpretá-los e devolvê-los às crianças com respostas que geram acolhimento, segurança e aprendizado, criando assim um ciclo positivo. É válido ressaltar que nem todos os pais irão

saber reconhecer estes sinais dos seus filhos, ou podem reconhecer e não responder, ou ainda podem transmitir respostas que podem gerar mais insegurança, medo e desamparo, gerando um ciclo negativo (POLANCZYK 2020).

Grinbergas (2020), ressalta que o impacto psicológico da pandemia nas crianças depende de como os adultos reagem em casa. É necessário que os pais sejam exemplo no controle do estresse e da rotina, explicando toda situação aos filhos com sinceridade e tentando tranquilizá-los nos momentos mais tensos e caso necessário pedir orientações com pediatra.

Portanto, trabalhos como este visam analisar como anda a saúde emocional das crianças nesse período de pandemia da COVID-19. E tendo como principal objetivo mostrar a importância da educação emocional na vida das crianças tendo em vista a situação atual que estamos passando pela pandemia da COVID-19.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

AFETIVIDADE E EMOÇÃO

Alexandroff (2012), traz que o ser humano continua por muito tempo sendo dependente das pessoas com quem ele convive. Com a mãe e a criança, é estabelecido uma linguagem de cunho emocional e, pouco a pouco, a consciência de si mesmo e do mundo vai sendo estabelecida nessa relação. Neste sentido, através da linguagem, são elaboradas a cognição e a consciência. No decurso do desenvolvimento, a afetividade adquire independência dos fatores corporais, passando a ser expressa por palavras e outras manifestações, sem a necessidade de mudanças corporais visíveis. Sendo assim Wallon (1968, p.148):

não vê a criança de modo subdivido, como a nossa sociedade o faz. Por isso, em sua visão, ao se analisar os aspectos afetivos, não se pode deixar de lado as outras dimensões do sujeito: o cognitivo, o

biológico, o afetivo, mediados pelo social. O ser concreto em sua unidade dialética integra estes quatro aspectos, ficando difícil analisar um deles isoladamente. A emoção oscilaria entre duas formas de relação do homem com o meio. A primeira, a motricidade emocional, permite a reação às situações externas, utilizando-se de movimentos apropriados, auxiliando a criança no seu relacionamento com o meio físico e social. A segunda, a sensibilidade emocional, permite conceituar o mundo físico internamente, através da representação, transformando-o conforme as necessidades do sujeito ou de seu grupo. Portanto “é a emoção que dá o tom ao real. Mas, inversamente, os incidentes externos adquirem quase seguramente o poder de desencadear.

Wallon (1968), enfatiza cinco etapas na construção da personalidade. É pela relação que o sujeito é construído, primeiramente junto da mãe, para assim ir aos poucos se tornando individualizado num movimento de objetivação, por meio de crises se opondo ao outro. De acordo com o autor há sempre um revezamento entre os estados subjetivos, de concepção de si e das concepções objetivas, de busca do mundo, do aprender.

Para Wallon (1975), um dos fatores de extrema importância nessa separação é o da própria escolarização, diminuindo a dependência dos adultos que convivem com ela, a criança que está em idade escolar usufruirá a possibilidade de se compreender. “Como uma unidade susceptível de entrar em vários grupos e, juntando-se lhes, de os modificar” (WALLON, 1975, p. 213).

Para Alexandroff (2020), a fase mais antiga do desenvolvimento é a emoção. Quando se desloca do estado orgânico, a pessoa se torna um ser emocional, tal qual, aos poucos, vai surgindo o racional. No começo da vida, a inteligência e a afetividade estão misturadas, porém, há o predomínio do afetivo. Estas se alternam e se influenciam mutuamente, durante o desenvolvimento infantil, pois a afetividade retrocederá para dar lugar ao cognitivo e o cognitivo para dar lugar a afetividade. Deste modo, em cada estágio ou período em que ocorre o desenvolvimento ocorrerá a alternância e preponderância de um destes. A emoção possui tamanha importância no começo da vida que, através dela, o corpo adquire consistência e forma. É o que denomina Wallon de atividade proprioplástica, que, da forma ao corpo por meio da atividade muscular, permitindo a exteriorização da tomada de consciência e dos estados de consciência destes pelo indivíduo.

Assim, é possível afirmar que a emoção é visível, através das permutações que ocorrem na expressão facial e na mímica. As emoções serão acompanhadas sempre de reações fisiológicas (batimento cardíaco acelerado, oscilação da respiração, boca seca, e incômodos intestinais) e expressivas (postura alterada, alternância da expressão facial, e na forma de expressão dos gestos). Por ser seguida de modificações do exterior, estas reações expressivas são altamente contagiosas e mobilizadoras do comportamento do outro, pois "em todo arrebatamento emotivo, o indivíduo extravasa de certa forma a sua sensibilidade" ALEXANDROFF (2020).

"Suas reações emotivas estabelecem entre o eu e o outro uma espécie de ressonância e de participação afetivas" (WALLON, 1995, p. 164). "As reações que as emoções suscitam no ambiente funcionam como uma espécie de combustível para sua manifestação" (GALVÃO, 1996, p. 64). Portanto:

o fato de as emoções ter sido observado mesmo nos povos mais primitivos, em que as danças e outros ritos marcavam o ritmo do grupo, fundindo as pessoas através dos mesmos gestos e atitudes. Assim, "a emoção é contraditória nos seus efeitos, pois oscila entre um estado de comunhão e confusão com o outro estado de oposição e discriminação" (ZAZZO, 1968, p. 14-15).

Alexandroff (2012), traz que o caráter contagioso da emoção alcança a todos que estão perto de alguém em crise. O professor estando consciente desse acontecido, pois muitas das vezes a emoção o envolve e ele pode ficar estagnado ou irritado à frente de uma rebeldia ou atitude hostil, não conseguindo contribuir para a solução desta crise. Essa estagnação pode causar uma impérica (termo utilizado por Henri Wallon que significa imperfeição habitual dos eventos), que pode ser repentina, mas também mais extensa e chegar mais profundamente na criança. Vários destes casos de indisciplina e dos recorrentes merecem uma reflexão do docente, para que ele possa perceber se não está havendo influência de sua parte, ressaltando o problema.

O autor ressalta que é necessário que o professor mantenha certo distanciamento, buscando saber quando deve realizar intervenção e quando não

deve, pois quando uma pessoa passa por uma crise emotiva, está tende a realçar quando gente por perto, mas se não houver, a tendência de tal crise é de ir perdendo a sua força (ALEXANDROFF, 2012).

METODOLOGIA

Este artigo trata-se de uma pesquisa qualitativa que para GODOY (1995), esta abordagem oferece três diferentes possibilidades de se realizar uma pesquisa: a documental, o estudo de caso e a etnografia. Neste caso utilizamos do método de pesquisa documental para a elaboração deste trabalho.

O estudo parte de observações realizadas em cumprimento ao estágio obrigatório III do curso de Psicologia na Faculdade Univértix. A observação foi realizada por meio de reuniões no aplicativo de comunicação WhatsApp na forma de 3 encontros realizados todas as quartas feiras às 09:00. A proposta do estágio foi de observar o acompanhamento de crianças, ouvi-las, observar como foram acolhidos e aprender como é realizada a educação emocional.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O grupo foi composto basicamente por crianças, a psicóloga supervisora de campo, os estagiários do décimo período de psicologia que cumprem estágio com ênfase em clínica e pelos alunos do sexto período de psicologia que realizaram o estágio básico III em saúde. O grupo ocorreu durante três encontros que eram realizadas todas as quartas feiras as 9 horas da manhã.

As crianças demonstraram explicitamente o quanto a pandemia havia afetado a saúde emocional delas. Através da participação dos encontros foi

possível observar que elas sentiam a falta do contato com os demais membros da família, amiguinhos da escola e professores, pois, tal relação havia sido cortada abruptamente se restringindo ao contato somente por meio dos recursos tecnológicos.

Nestes encontros, foi trabalhado pelos estagiários da clínica de psicologia a educação emocional com as crianças que faziam parte das oficinas realizadas no Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) de uma cidade da zona da mata de Minas Gerais. Foram utilizados como recursos didáticos, vídeos educativos do filme *Divertidamente* e os seus respectivos personagens para trabalhar os conceitos de cada emoção com as crianças.

Barlett, Griffin, Thomson (2020), trouxeram recomendações para proteger e apoiar o bem estar emocional das crianças em período de pandemia, são entender que as reações a pandemia podem variar, buscar garantir que haja a presença de um cuidado responsivo e sensível; o distanciamento social não deve significar isolamento, é importante fornecer informações apropriadas para a faixa etária, além de criar um ambiente físico e emocional seguro, praticando os passos de tranquilização, manutenção da rotina e autorregulação afim de manter as crianças ocupadas aumentando a autoeficácia deles e criando oportunidade para os cuidadores cuidarem de si, além de procurar ajuda profissional caso as crianças mostrem sinais de trauma que não se resolve com rapidez e sempre enfatizar pontos fortes, esperança e positividade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da pesquisa documental utilizada para a elaboração deste trabalho foi possível concluir que a pandemia influenciou negativamente na saúde emocional das crianças, ficando evidenciado de forma nítida durante as observações realizadas no estágio que elas estavam cansadas de ficar em casa e sentiam falta dos amigos e principalmente da escola.



Sendo assim tem-se como sugestão aos pais implementar medidas para proteção e apoio a saúde emocional das crianças neste período.

Será preciso nessa nova fase de readaptação um cuidado maior voltado para as crianças, pois, o isolamento poderá trazer inúmeros problemas emocionais e de aprendizagem para elas.

REFERÊNCIAS

ALEXANDROFF, Marlene Coelho. O Papel das emoções na constituição do sujeito. **Constr. psicopedag.**, São Paulo, v. 20, n. 20, p. 35-56, 2012.

BARLETT, Jéssica Dym; GRIFFIN, Jessica; THOMSON, Dana. Recomendações para apoiar o bem-estar emocional das crianças durante a pandemia da COVID-19. **Recomendações para apoiar e proteger o bem-estar emocional das crianças durante a pandemia**, [S. l.], p. 1-4, 19 abr. 2020.

GALVÃO, I. **Henri Wallon- uma concepção dialética do desenvolvimento infantil**. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 1995.

GODOY, Arilda Schmidt. **Pesquisa qualitativa tipos fundamentais**. ERA Artigos. 1994. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rae/v35n3/a04v35n3.pdf>, acessado em 18 de novembro de 2020.

GRINBERGAS, Daniella. Pequenos confinados: como o isolamento impacta a saúde das crianças. **Veja Saúde**. Disponível em <https://saude.abril.com.br/familia/pequenos-confinados-como-o-isolamento-impacta-a-saude-das-criancas/>, acessado em 04 de outubro de 2020.

MASSIGNAN, Carla. Condições emocionais, comportamentais e psicológicas de crianças e adolescentes durante a pandemia COVID-19: uma revisão sistemática. **UnB em Ação**, Brasília, 2020,

POLANCZYK, Guilherme V. O custo da pandemia sobre a saúde mental de crianças e adolescentes. **Jornal da USP**, São Paulo, p. 1-4, 11 maio 2020. Disponível em: jornal.usp.br/?p=321462. Acesso em: 27 set. 2020.

WALLON, H. **A evolução psicológica da criança**. Lisboa, Edições 70, 1968.

WALLON, H. **Psicologia e educação da infância**. Lisboa: Estampa, 1975.



Matipó/MG

XV FAVE

WALLON, H. **As origens do caráter na criança**. São Paulo: Nova Alexandria, 1995. Acadêmico da Univértix

19 a 23 de Setembro de 2022

ZAZZO, R. Wallon, psicólogo da infância. In: WALLON, H. - **A evolução psicológica da criança**. Lisboa. Edições 70, 1968.