

Saúde mental infantil no contexto da pandemia de COVID-19

Ana Flávia da Silva Moreira

Laís Daniela Passig da Silva

Resumo

A pandemia do novo COVID-19 transformou diversos aspectos da vida e do cotidiano da população, gerando efeitos nos âmbitos da saúde, social e psicológico. Um dos públicos bastante afetados por tudo isso e pela consequente situação de isolamento social foram as crianças que, na maioria dos casos, ficaram impedidas de ir à escola e visitar parentes e amigos. No presente trabalho tem-se por objetivo explorar os efeitos da pandemia na saúde mental das crianças, abordando aspectos como estresse, efeitos desenvolvimentais e as relações com os pais e/ou cuidadores.

Palavras-chave: Pandemia; Coronavírus; Criança; Saúde Mental; Desenvolvimento Infantil.

Introdução

O surgimento de um novo vírus (2019-nCoV) no final de 2019 na China e de sua rápida propagação para outros países originou um sério risco para as pessoas e transformou-se numa crise de saúde pública. Sendo um dos maiores surtos de pneumonia infecciosa, em março de 2020 a Organização Mundial da Saúde declarou uma pandemia mundial, dando início a uma série de medidas básicas para prevenir a infecção e o contágio, sobretudo, o isolamento e distanciamento social.

Medidas de controle como as mencionadas acima afetam a saúde mental das pessoas, aumentando a possibilidade de disfunções psicológicas e mentais (Shorer & Leibovich, 2020; Wang, Zhang, Zhao, Zhang & Jiang, 2020; Zhou, X. 2020). Esses impactos podem ser bem evidentes entre a população infantil, em um estudo realizado por Sprang e Silman (2013) sobre a pandemia de influenza H1N1 no ano de 2009 mostrou que os índices de estresse pós-traumático foram quatro vezes mais altos em crianças que estavam em quarentena comparadas às que não estavam. Nesse sentido, nota-se que o confinamento em casa, o fechamento das escolas, a falta de atividades físicas, a exposição constante a notícias relacionadas a doença afetam a rotina das crianças e podem se tornar fontes de ansiedade.

Crianças expostas a um evento traumático podem experimentar desde sentimentos de desespero, incerteza sobre a existência de perigo continuado, medo generalizado para além do evento traumático até sentimentos persistentes de preocupação com a própria segurança e a dos familiares e amigos. (Rede Nacional de Estresse Traumático Infantil, 2010)

Os efeitos de um confinamento em meio a uma pandemia nas crianças é uma questão importante, porém, de acordo com Wang, G. et al. (2020), pode ser facilmente negligenciada. As crianças são pouco consideradas enquanto sujeitos deste tempo, porém essa população é real e se constituem através das relações sociais que ocorrem nesse momento. De acordo com dados do IBGE de 2019, cerca de um terço da população brasileira (65.600.982) é constituída por crianças e adolescentes (Pastore, 2020). Por isso, o presente trabalho mostra-se relevante ao explorar aspectos relacionados à saúde mental das crianças no contexto da pandemia, pensando em diferentes condições familiares, culturais e socioeconômicas e com o intuito de promover reflexão e discussões sobre a atenção psicossocial através das práticas da Psicologia. da saúde e processos clínicos?. Ainda, destaca-se que essas reflexões podem auxiliar na promoção de um desenvolvimento infantil positivo.

Contextos e ambientes familiares de desenvolvimento

Para aprofundarmos na temática da saúde mental na infância, faz-se necessário primeiramente apontar alguns aspectos importantes a respeito dos diferentes contextos e ambientes familiares em que estão inseridas as crianças durante esse momento de pandemia. Conforme Linhares e Enumo (2020) as características que constituem esses espaços interferem no desenvolvimento infantil, possibilitando a promoção de saúde ou não.

Considerando que o Brasil é um país com extensão continental composto por diferentes tipos de cultura e costumes e com grandes desigualdades sociais, nota-se que as famílias possuem diferentes necessidades e condições para cuidar das crianças. Nesse sentido, esse fato pode intensificar situações de risco ao desenvolvimento infantil que estão relacionados à vulnerabilidade social e condições que já existiam antes da pandemia. (Linhares e Enumo, 2020). Por exemplo, de acordo com um relatório divulgado pelo Banco Mundial e Unicef (2016), a COVID-19 vai agravar ainda mais os números de pobreza extrema de 2017, em que uma a cada seis crianças do mundo vivia nessas condições. Ainda de acordo com o documento, “as crianças têm mais do dobro da probabilidade de viverem em extrema pobreza do que os adultos”. Outro dado importante é revelado pela reportagem do G1 (2020) sobre as denúncias de violência contra crianças e adolescentes. Segundo o Conselho Tutelar de Tatuí em São Paulo, o índice de denúncias deste ano foi 40% maior em relação ao mesmo período de 2019. Esse dado pode ser ainda pior, pois “Longe da escola, crianças vítimas de violência podem não ter para quem pedir ajuda durante isolamento social” (Costa, 2020), aumentando a vulnerabilidade dos mesmos. Assim, a quarentena instiga práticas, ações, atitudes que mantêm desigualdades, hierarquias, formas de controle e também cria formas de existir; tanto o fortalecimento como de suspensão desses mesmos aspectos. (Guizzo, Marcello & Müller, 2020)

Ainda nesse sentido, podemos falar em infâncias plurais, elencando diferentes grupos de crianças nos mais variados contextos, como: órfãs dos casos letais de Covid-19; indígenas; quilombolas; ciganas; imigrantes; crianças em situação de rua; vítimas de violências domésticas; as crianças nos acampamentos do MST; entre muitas outras. (Miranda, 2020)

Tendo isso em vista, ainda é importante destacar que em muitos ambientes familiares alguns fatores que podem prejudicar o desenvolvimento das crianças, como:

“falta de estimulação adequada ao nível de desenvolvimento das crianças; violência, maus tratos, negligência e conflitos, práticas parentais com disciplina abusiva e coercitiva, desnutrição, baixa escolaridade, desemprego e instabilidade financeira, alta densidade habitacional no lar, problemas de saúde mental dos pais” (Linhares e Enumo, 2020, p.4)

Implicações do distanciamento social na saúde mental

Durante situações como a atual, de pandemia, é comum que a sociedade de forma geral, incluindo os profissionais da saúde, líderes e cientistas, dêem um enfoque maior nos riscos biológicos trazidos pelo agente patogênico, deixando os aspectos sociais e psicológicos em segundo plano. Durante outros momentos semelhantes, como registrado em crises como a da Ebola, na África, o número de pessoas que têm a saúde mental afetada costuma ser maior do que o número de pessoas efetivamente contagiadas pelo vírus (Ornell, Schuch, Sordi & Kessler, 2020). Além disso, os efeitos relacionados à saúde mental costumam ir além da época da pandemia, se estendendo ao longo da vida das pessoas.

A pandemia do novo coronavírus implicou em mudanças drásticas em diversas esferas da vida cotidiana: escolas fecharam, o formato de ensino mudou, pessoas passaram a trabalhar em casa, e, principalmente, uma condição de quarentena e distanciamento social foi

estabelecida. Em uma revisão de literatura sobre os efeitos psicológicos decorrentes de situações de quarentena, foram indicados diversos efeitos negativos, como humor rebaixado, raiva, irritabilidade, medo e insônia (Brooks et al, 2020).

Em inglês, o termo “*cabin fever*” é utilizado para descrever os “sintomas” que muitas pessoas sentem ao serem isoladas da sociedade, normalmente por razões de climas extremos, como nevascas, por exemplo, que as obrigam a passar certos períodos de tempo presas dentro de casa. Durante a pandemia da COVID-19, muitas pessoas estão passando por situações semelhantes diante do isolamento social. Como não se trata oficialmente de uma síndrome ou patologia, é difícil encontrar um consenso científico acerca dos sintomas da *cabin fever*, mas alguns dos sinais são estresse, irritabilidade, baixo humor, cansaço, dificuldade de concentração, entre outros (Sng, 2020). Embora existam diferenças entre o isolamento decorrente de uma nevasca, em que o impedimento para sair de casa muitas vezes é físico pois a neve bloqueia as portas, e o isolamento como consequência da COVID-19, é possível dizer que as consequências para a saúde mental são bastante semelhantes.

Até o momento, vem sendo constatado que o público infantil parece ser menos suscetível às formas clínicas e biológicas mais severas da COVID-19, mas permanece igualmente vulnerável quando se trata de saúde mental. Um estudo preliminar realizado em fevereiro na Província de Shaanxi, na China, indicou que crianças mais jovens, de 3 a 6 anos de idade, tiveram chances aumentadas de desenvolver sintomas como “grudar” em pais ou cuidadores (*clinginess*) e sentir medo que membros da família contraíssem a doença. Já crianças e adolescentes entre 7 e 18 anos apontaram maior probabilidade de demonstrar desatenção e de fazer perguntas de forma persistente sobre a situação mundial. Os sintomas de “grude”, falta de atenção e irritabilidade foram os mais severos entre todas as faixas etárias (Jiao et al, 2020).

Barros e outros fizeram uma pesquisa sobre depressão, ansiedade e problemas de sono durante a pandemia da COVID-19, que contou com aproximadamente 45 mil respondentes. Destes, foi encontrado que 52,6%, ou seja, mais da metade, relataram sentir-se ansiosos ou nervosos sempre ou quase sempre (Barros et al, 2020). Embora o estudo não tenha abrangido o público infantil e a disponibilidade desse tipo de material para consulta ainda seja baixa, é difícil pensar que as crianças não estejam sofrendo com sentimentos de ansiedade e nervosismo durante este período.

Nesse sentido, cabe-se citar que a manifestação dos sintomas de ansiedade nas crianças tende a ser diferente daqueles apresentados por adultos. Estes segundos costumam relatar sensações de falta de ar, boca seca, tremores, sudorese, entre outros. Já as crianças costumam manifestar sua ansiedade na forma de dores de barriga, de cabeça e na forma de medos, como medo do escuro, medo de ficar sozinho, e assim por diante (Caíres & Shinohara, 2010) .

Uma reportagem da Revista Encontro mostra que esse momento de isolamento social fez com que a busca por atendimento psicológica crianças e adolescentes aumentasse (Castro, 2020).

Assim sendo, é possível dizer que a situação de pandemia teve efeitos na saúde mental infantil. Pensando mais especificamente no aspecto do confinamento e isolamento social, Linhares e Enumo (2020) levantaram alguns itens que podem afetar psicologicamente o público infantil, como a “convivência próxima por longos períodos de tempo; ausência da rotina de ir a escolas, creches, núcleos assistenciais, esporte e lazer; trabalho realizado à distância dos pais; rearranjo do ambiente físico para acomodar as demandas de trabalho, estudo e brincadeiras”.

Nesse sentido, não ir a escola é um aspecto que necessita ser destacado, pois as crianças têm tanto prejuízos no ensino formal quanto no contato social promovido nesse ambiente. Em relação ao ensino formal, sabe-se que o ensino a distância com crianças muito novas é bastante complexo de ser realizado, pois implica no aumento do tempo de uso de telas. Apesar do uso de telas interativas poder ser bastante cativante para crianças, seu uso excessivo pode trazer consequências negativas para o sono, obesidade e desenvolvimento das funções executivas,

como atenção e memória (Radesky & Christakis, 2016). Ainda, o ensino formal em casa exige que os pais estejam constantemente envolvidos nas tarefas de aprendizado dos filhos (Linhares e Enumo, 2020), porém nem todos os pais conseguem fazer isso, pois muitas vezes também precisam trabalhar, além de não serem treinados para esse tipo de ensino às crianças. Nesse sentido, é essencial atentar às diferentes condições familiares, sobretudo o nível socioeconômico, que implica em diferentes consequências frente o cuidado com as crianças. Conforme Guizzo, Marcello e Müller (2020, p. 8), as práticas que envolvem as questões do ensino a distância e o uso de tecnologias “parecem reafirmar uma lógica do mercado vinculada aos pressupostos meritocráticos”, o que produz novos modos de composição do cotidiano.

Já em relação privações na socialização, Linhares e Enumo (2020) destacam destacam prejuízos no que diz respeito às interações face a face, como privações de experiências lúdicas compartilhadas e convivência com as diferenças, assim como na área de estabelecimento de regras, como na espera da vez da criança e no controle de impulsos.

Para além da educação formal, a escola possui um papel social, de desenvolvimento psicológico e da cidadania. O ambiente escolar favorece a construção social da criança e a prepara para sua inserção na sociedade (Oliveira, 2000), uma vez que promove o contato com diferentes pessoas, regras e formas de pensar. Além disso, a escola também tem o papel de estimular no aluno, através de atividades curriculares e sociais, o desenvolvimento das funções psicológicas superiores, como criatividade, memória seletiva e associação de ideias (Oliveira, 2000).

Diante disso, é possível entender que a escola vai além de um local de aprendizagem formal e de conteúdos, mas se trata também de um ambiente de construção e formação psicológica, social e cidadã. Assim sendo, a falta do “ir à escola” pode trazer consequências negativas para o desenvolvimento infantil.

Cabe-se também citar que durante o percurso da pandemia, alguns serviços de assistência à saúde foram temporariamente interrompidos, como alguns programas de visita domiciliar, Puericultura, o Programa Criança Feliz, entre outros (Linhares e Enumo, 2020), fator que afeta principalmente famílias em situação de vulnerabilidade social.

Considerando todos esses aspectos, no que se refere a consequências da pandemia e do isolamento social, as crianças podem apresentar o que se denomina de estresse tóxico, ou seja, um nível muito forte e frequente de estresse que ativa o organismo de modo prolongado, em que o indivíduo não possui mecanismos de proteção para diminuir os efeitos negativos. (Linhares e Enumo, 2020). No atual momento, as pessoas estão lidando com situações altamente estressoras, o que também ameaçam a capacidade de enfrentamento adaptativo das crianças. De acordo com Guizzo, Marcello e Müller (2020), a quarentena faz com que haja um deslocamento, tanto da criança como do adulto diante da criança. Uma reportagem da Revista Brasil (2020) mostra um pouco disso ao relatar a preocupação dos especialistas em relação ao aumento de casos de estresse entre crianças “Segundo psiquiatra do Hospital São Camilo, de São Paulo, entre os sintomas que mais chegam ao pronto-socorro estão dores abdominais e de cabeça, além de crises de ansiedade”

Considerações Finais

Tendo em vista tudo o que já foi mencionado, percebe-se que as crianças podem apresentar diferentes modos de lidar com todas as implicações e mudanças causadas pela pandemia do COVID-19 e o distanciamento social.

Nesse sentido, algumas crianças podem desenvolver formas de enfrentamento mal adaptativas de modo a fugir e desengajar de ambientes e situações desagradáveis e estressantes, como “afastamento mental, negação, evitação e pensamento mágico”. (Linhares & Enumo, 2020, p.7). Essas estratégias aumentam a vulnerabilidade ao estresse pois dependem da

capacidade de autorregulação durante a infância. A autorregulação é fundamental para compreender as reações diante das disrupturas que ocorrem em ambientes imprevisíveis, desorganizados e estressantes (Linhares & Martins, 2015).

Alguns estudos da atual pandemia e de outras recentes, têm demonstrado ainda que algumas crianças podem ter reações mais intensas frente ao contexto da pandemia, desenvolvendo até mesmo estresse pós-traumático e depressão, por exemplo. (Holmes et al., 202; Sprang & Silman, 2013; RNETI, 2010).

Frente à essas formas de enfrentamento, quais são as possibilidades que pais, responsáveis e profissionais da saúde mental têm para auxiliar as crianças a passar por essa situação de modo menos desagradável?

Os cuidadores podem realizar diversas ações simples que podem beneficiar as crianças. Por exemplo, em relação à auto regulação mencionada anteriormente, estabelecer e organizar rotinas e tarefas com regras, porém também permitindo a flexibilidade e autonomia dentro dessas alternativas pré-estabelecidas, podem promover essas habilidades nas crianças. (Linhares & Enumo, 2020)

Além disso, a comunicação sobre medos e preocupações, jogos colaborativos, atividades físicas e música também auxiliam as crianças a enfrentar o medo e estresse. Pois, as crianças necessitam que os adultos expliquem o que está acontecendo de modo atencioso, permitindo que elas expressem seus sentimentos. Jiao et al (2020) Por outro lado, salienta-se que os cuidadores não devem negar a realidade ou enfrentar de maneira mágica e fantasiosa, nem apresentar um pensamento negativo catastrófico. (Linhares & Enumo, 2020)

Caso a situação e as diferentes formas de enfrentamento estejam para além do que as crianças e os cuidadores conseguem manejar, deve-se buscar auxílio de profissionais especializados em saúde mental. Nesse âmbito, os psicólogos devem atentar tanto para intervenções com as crianças quanto com os cuidadores, porém, destaca-se a relevância de atender os pais, pois ao sustentá-los, estes podem fazer o mesmo com os filhos. (Bate & Malbergue, 2020). Para isso, o profissional precisa auxiliar os pais a entender que além de tolerar os sentimentos e comportamentos, eles também devem ouvir as experiências das crianças sobre tudo isso.

Em relação às intervenções,, destaca-se a modalidade de atendimento conhecida como Orientação a Pais. Esse tipo de serviço tem como enfoque principal a ideia de ajudar os pais a ajudarem seus filhos, com a intenção de promover saúde no ambiente familiar e também como medida preventiva, com a compreensão de que o trabalho preventivo na infância poupa o indivíduo de futuras intervenções, mais invasivas, na vida adulta (Motta, 2006). Ainda de acordo com Motta, esse tipo de intervenção “tem como aspecto essencial tentar preparar a família, os pais, para que, no desempenho de suas funções parentais, tenham melhores condições de promover a saúde, propiciando o desenvolvimento psicológico do filho” (Motta, p. 36).

O trabalho de Orientação a Pais visa também auxiliar os pais a aprenderem certas competências que podem ser úteis no manejo da relação com seus filhos. Olivares, Mendez e Ros (2007), ao relatar o desenvolvimento de um programa de treinamento de pais, definem que o objetivo desse tipo de intervenção é alterar os padrões de trocas entre pais e filhos, de forma que sejam reforçadas condutas pró-sociais, além de proporcionar aos pais uma oportunidade de desenvolvimento de habilidades de comunicação, resolução de problemas, manejo de estresse, entre outros. De forma resumida, o trabalho de Orientação a Pais é uma forma de ensinar aos pais formas de lidar com o comportamento de seus filhos dentro de seu ambiente natural, de sua casa, para que isto ocorra da forma mais orgânica possível.

Bate e Malbergue (2020) salientam que os terapeutas infantis têm explorado como apoiar as famílias. Tendo isso em vista, é importante que os psicólogos possam adaptar as abordagens terapêuticas ao atendimento online, envolvendo as crianças através de vídeo,

brincando mesmo não estando juntos fisicamente e envolvendo os pais para manter uma intervenção adequada e efetiva.

Ainda destaca-se a possibilidade de utilização de materiais que auxiliem os pais a entender melhor algumas questões que envolvem a saúde mental das crianças, como por exemplo as folhetos informativos produzidas pelo Centro de Excelência para o Desenvolvimento na Primeira Infância, um entre quatro Centros de Excelência para o Bem-Estar da Criança. Os Centros de Excelência para o Bem-Estar da Criança (2020) em parceria com a Public Health Agency (Agência de Saúde Pública) do Canadá que foram traduzidos para português pela CONASS.

Assim, a intervenção realizada com pais visa preparar a família, para que sejam propiciadas melhores condições de desenvolvimento para a criança em seu ambiente natural da criança (Motta,2006). Nessa perspectiva, abrem-se caminhos para que outros percursos possam ser trilhados, fazendo com que crianças e infâncias sejam constituintes, transformadoras e possíveis e não invisibilizadas (Pastore, 2020).

Referências

Barros, M. B. A. et al. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde [online]*, 29(4). Recuperado de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-96222020000400311&tlng=pt

Bate, J., & Malberg, N. (2020). Containing the anxieties of children, parents and families from a distance during the coronavirus pandemic. *Journal of contemporary psychotherapy*, 50(4), 285–294. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/s10879-020-09466-4>

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. Recuperado de [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

Caíres, M. C. & Shinohara, H. (2010). Transtornos de ansiedade na criança: um olhar nas comunidades. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 6(1), 62-84. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872010000100005&lng=pt&tlng=pt.

Castro, M. 2020. Pandemia tem levado crianças e adolescentes a atendimento psicológico. Recuperado de <https://www.revistaencontro.com.br/canal/revista/2020/10/pandemia-tem-levado-criancas-e-adolescentes-a-atendimento-psicologico.html>

Costa, F. 2020. Longe da escola, crianças vítimas de violência podem não ter para quem pedir ajuda durante isolamento social. *UFRGS - Jornal da Universidade*. Recuperado de <https://www.ufrgs.br/jornal/longe-da-escola-criancas-vitimas-de-violencia-podem-nao-ter-para-quem-longe-da-escola-criancas-vitimas-de-violencia-podem-nao-ter-para-quem-pedir-ajuda-no-periodo-de-isolamento-social/>

- G1 Itapetininga e Região. 2020. Denúncias de violência contra crianças e adolescentes aumentam durante isolamento social em Tatuí. Recuperado de <https://g1.globo.com/sp/itapetininga-regiao/noticia/2020/10/16/denuncias-de-violencia-contra-criancas-e-adolescentes-aumentam-durante-isolamento-social-em-tatui.ghtml>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., et al. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547-560. Recuperado de [http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic. *The journal of Pediatrics*, 221, 264. Recuperado de <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- Linhares, M. B. M., & Enumo, S. R. F. (2020). Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37. Recuperado de <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200089>
- Linhares, M. B. M., & Martins, C. B. S. (2015). O processo da autorregulação no desenvolvimento de crianças. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 32(2), 281-293. Recuperado de <http://doi.org/10.1590/0103-166X2015000200012>
- Shorer, M. & Leibovich, L. (2020): Young children's emotional stress reactions during the COVID-19 outbreak and their associations with parental emotion regulation and parental playfulness. *Early Child Development and Care*. Recuperado de <https://doi.org/10.1080/03004430.2020.1806830>
- Miranda, H. (2020). Como fazer pesquisa com/sobre/para as crianças em tempos de pandemia do Covid-19? Seminário Virtual. Canal: prioridade absoluta. Junho de 2020.
- Motta, I. D. (2006). *Orientação de pais: novas perspectivas no desenvolvimento de crianças e adolescentes*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP. "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Olivares, J., Mendez, F. X., & Ros, M. C. (2007). El entrenamiento de padres en contextos clínicos y de la salud. Em Caballo, V. E. & Simón, M. A. (Eds.), *Manual de Psicología Clínica Infantil y del Adolescente: trastornos específicos*, pp. 365 - 384. Madrid, ES: Ediciones Pirámide.
- Oliveira, Z. M. R. (2000). Interações sociais e desenvolvimento: A perspectiva sociohistórica. *Caderno do CEDES*, 20, 62-77.

- Pastore, M. N. (2020) Infâncias, crianças e pandemia: em que barco navegamos? *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*. Recuperado de <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/919/1285>
- Radesky J. S. & Christakis D. A. (2016). Increased Screen Time: implications for early childhood development and behavior. *Pediatric Clinics of North America*, 63(5), 827 - 839. Recuperado de <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2016.06.006>
- Rede Nacional de Estresse Traumático Infantil (2010). Age-related reactions to a traumatic event. Recuperado de: <https://www.nctsn.org/resources/age-related-reactions-traumatic-event>
- Revista Brasil. 2020. Aumento de casos de estresse entre crianças preocupa especialistas. Recuperado de <https://radios.ebc.com.br/revista-brasil/2020/10/aumento-de-casos-de-estresse-entre-criancas-preocupa-especialistas>
- Sng, A. (2020). Cabin Fever 101: Are you feeling it? Recuperado de <https://www.gov.sg/article/cabin-fever-101-are-you-feeling-it#:~:text=Some%20of%20the%20symptoms%20of,cravings%20and%20even%20weight%20changes>.
- Sprang, G. & Silman, M. (2013). Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 7(1), 105-110. Recuperado de <https://doi.org/10.1017/dmp.2013.22>
- UNICEF & World Bank Group. 2016. Ending Extreme Poverty: a Focus on Children. Disponível em https://www.unicef.org/publications/files/Ending_Extreme_Poverty_A_Focus_on_Children_Oct_2016.pdf
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947. Recuperado de [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)
- Zhou, X. (2020). Managing psychological distress in children and adolescents following the COVID-19 epidemic: A cooperative approach. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S76-S78. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000754>