

Impactos do Isolamento Social na Juventude Durante a Pandemia de COVID-19

Impacts of Social Isolation on Youth During the COVID-19 Pandemic

Elivaine Aparecida Borges Junqueira¹
Alba Maria Mensonza Cantero²

138

Resumo: A pandemia de COVID-19 trouxe desafios únicos para os adolescentes, alterando drasticamente suas interações sociais e rotinas diárias. Este estudo explorou as repercussões do isolamento social nos adolescentes, com foco em mudanças nas relações interpessoais, saúde mental e adaptações educacionais. Utilizando uma abordagem qualitativa, o estudo engajou adolescentes através de entrevistas profundas e grupos focais para captar suas experiências e percepções durante a pandemia. Os resultados indicam que o isolamento exacerbou questões de saúde mental, como ansiedade e depressão, e impôs desafios significativos ao desenvolvimento social e acadêmico devido à falta de interação presencial e acesso desigual a recursos educacionais. As conclusões sugerem que as experiências de isolamento variaram amplamente entre diferentes contextos socioeconômicos, destacando a necessidade de políticas públicas que considerem essas disparidades. O estudo reforça a importância de estratégias de suporte adaptadas para ajudar os adolescentes a navegar crises futuras, garantindo suporte adequado para sua saúde mental e educação.

Palavras-chave: COVID-19, adolescentes, saúde mental, isolamento social

Abstract: The COVID-19 pandemic has presented unique challenges to adolescents, drastically altering their social interactions and daily routines. This study explored the repercussions of social isolation on adolescents, focusing on changes in interpersonal relationships, mental health, and educational adaptations. Using a qualitative approach, the study engaged adolescents through in-depth interviews and focus groups to capture their experiences and perceptions during the pandemic. The findings indicate that isolation exacerbated mental health issues, such as anxiety and depression, and posed significant challenges to social and academic development due to the lack of face-to-face interaction and unequal access to educational resources. The conclusions suggest that the experiences of isolation varied widely across

¹ Mestranda em Ciências da Educação pela Universidad Del Sol – UNADES – Paraguai – PY; elivainembj@gmail.com

² Orientadora pela Universidad Del Sol – UNADES – Paraguai – PY; albamendonza0508@gmail.com

Recebido em 24/03/2024

Aprovado em 02/05/2024

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*



different socioeconomic contexts, highlighting the need for public policies that consider these disparities. The study emphasizes the importance of tailored support strategies to help adolescents navigate future crises, ensuring adequate support for their mental health and education.

Keywords: COVID-19, adolescents, mental health, social isolation,

1. Introdução

A pandemia de COVID-19 desencadeou uma crise global sem precedentes, afetando profundamente as estruturas sociais, econômicas e de saúde pública em todo o mundo. A emergência de saúde pública provocada pelo novo coronavírus impôs a necessidade de medidas extremas de contenção para limitar sua disseminação, entre as quais o isolamento social se destaca como uma das mais impactantes. Esta medida, embora necessária, alterou drasticamente a vida cotidiana das populações, sendo os adolescentes particularmente vulneráveis a tais mudanças abruptas. Este estudo foca especificamente nas repercussões do isolamento social sobre este grupo, cujas rotinas diárias e interações sociais foram transformadas de maneira significativa (Malta, 2020).

Com o fechamento das escolas e a interação face a face drasticamente reduzida devido às medidas de isolamento social impostas pela pandemia, os adolescentes foram abruptamente introduzidos em uma nova realidade. Neste cenário, a educação à distância e as interações sociais virtuais passaram a substituir o contato humano direto, configurando uma dinâmica educacional e social completamente alterada. Este isolamento, conforme discutido por Sousa et al. (2020), impôs desafios únicos para o desenvolvimento social e emocional dos adolescentes, impactando não apenas suas rotinas diárias, mas também afetando significativamente seu bem-estar psicológico e comportamental.

Nesse contexto, torna-se crucial investigar as consequências a longo prazo dessas mudanças impostas pela pandemia. É fundamental entender como a interrupção das interações sociais convencionais e a transição abrupta para um ambiente virtual afetam a saúde mental e o desenvolvimento emocional dos adolescentes. Além disso, é essencial avaliar os impactos dessas alterações nas habilidades de aprendizado e na capacidade de adaptação a novas formas de comunicação e interação social.

Dada a importância dessa fase de desenvolvimento, as instituições educacionais, os formuladores de políticas e os profissionais de saúde mental precisam desenvolver e

implementar estratégias que não apenas abordem os desafios imediatos, mas também preparem os adolescentes para superar as potenciais repercussões a longo prazo dessas experiências. Isso pode incluir a criação de programas de suporte psicológico adaptados, o desenvolvimento de metodologias de ensino que fomentem a interação e o engajamento, e a garantia de que todos os jovens tenham acesso equitativo às tecnologias necessárias para participar efetivamente do ensino à distância. Estas medidas são vitais para assegurar que os adolescentes possam emergir desta crise global com as ferramentas necessárias para prosperar em um mundo cada vez mais digital e interconectado (Sousa, et. al. 2020).

A relevância deste estudo é amplificada pela necessidade de entender as transformações no comportamento e na saúde mental dos adolescentes, causadas pelo isolamento prolongado. Observa-se um aumento nos relatos de ansiedade, depressão e outros distúrbios emocionais entre jovens durante a pandemia, destacando a importância de investigar esses efeitos de forma sistemática. Este estudo justifica-se pela necessidade de dados empíricos que possam informar políticas públicas e práticas de suporte adaptadas às necessidades dos jovens nesta e em futuras crises sanitárias (Torres, 2020).

Neste contexto, o objetivo geral deste trabalho é compreender as repercussões do isolamento social nas vidas dos adolescentes durante a pandemia de COVID-19. Para alcançar este objetivo, o estudo foi estruturado em torno de várias questões específicas: primeiramente, analisar como as mudanças nas relações interpessoais afetaram os adolescentes, dado que o distanciamento social restringiu significativamente seu contato com amigos e familiares. Além disso, este trabalho busca investigar os efeitos do isolamento na saúde mental dos adolescentes, identificando manifestações de estresse, ansiedade e depressão (Torres, 2020).

A metodologia deste estudo envolve uma abordagem qualitativa (Gonçalves, 2007), utilizando técnicas como entrevistas profundas e grupos focais para coletar dados ricos e detalhados sobre as experiências dos adolescentes. Essas técnicas permitirão uma compreensão mais profunda das percepções e vivências dos jovens durante o período de isolamento, oferecendo insights valiosos sobre as estratégias que podem ser usadas para mitigar os efeitos negativos de crises futuras em sua saúde mental e bem-estar (Minayo, 2008).

Ao final, espera-se que este estudo contribua significativamente para o entendimento das necessidades específicas dos adolescentes em tempos de crise, orientando o desenvolvimento de políticas e práticas mais eficazes para apoiar esse grupo. As descobertas poderão servir como base para iniciativas educacionais, psicológicas e sociais que visam

promover a resiliência e o bem-estar dos jovens, garantindo que eles tenham o apoio necessário para enfrentar desafios futuros de maneira efetiva e empática.

2. Mudanças nas relações interpessoais afetaram os adolescentes com a pandemia de COVID-19

A pandemia de COVID-19 desencadeou uma série de desafios e transformações significativas na vida de adolescentes em todo o mundo, impactando especialmente suas relações interpessoais. As medidas de isolamento social. Segundo Loades et al. (2020), o isolamento social exacerbou consideravelmente os sentimentos de ansiedade e depressão entre os adolescentes, influenciando suas rotinas diárias e interações sociais de forma significativa. A privação do contato físico com amigos, que é fundamental para o desenvolvimento social nesta fase crucial da vida, emergiu como um dos efeitos mais marcantes dessa situação. Em um estudo paralelo, Guessoum et al. (2020) observaram que a pandemia também afetou profundamente as relações familiares. Muitos adolescentes relataram uma sensação de sufocamento, que eles atribuíram à falta de privacidade e ao espaço pessoal limitado dentro de suas próprias casas.

O ensino remoto, discutido por Lee et al. (2021), emergiu como um desafio particularmente difícil, criando barreiras ao aprendizado e reduzindo ainda mais a interação social, o que potencializou o isolamento entre os adolescentes e afetou seu desempenho acadêmico. Além disso, Qi et al. (2020) destacaram que o suporte social reduzido durante este período está diretamente associado ao aumento de sintomas depressivos e de ansiedade, sugerindo que a falta de interações físicas regulares tem um efeito profundo no bem-estar mental dos adolescentes.

Malta et al. (2020) analisaram como as mudanças nas rotinas diárias afetaram o estilo de vida dos adolescentes, observando alterações nos padrões de sono e atividade física, que têm implicações significativas para a saúde física e mental. Essas mudanças no estilo de vida, conforme observado por Pietrobelli et al. (2020), também incluíram alterações significativas nos hábitos alimentares e na atividade física, contribuindo para um risco aumentado de obesidade, o que pode afetar negativamente a autoestima e as relações sociais dos adolescentes.

Em resposta a esses desafios, estudos como os de Loades et al. (2020) em uma análise subsequente, e Lee et al. (2021) enfatizaram a importância de estratégias adaptativas e o papel vital das escolas em oferecer suporte psicossocial durante crises. Qi et al. (2020) também

discutiram a importância do apoio familiar, indicando que o ambiente doméstico se torna um fator crucial na modulação da saúde mental dos adolescentes durante o isolamento.

Nissen et al. (2020) e Aquino (2020), apontam que essa conjuntura sublinha a necessidade urgente de estratégias adaptativas e de suporte abrangente. É essencial que as instituições de ensino, juntamente com as famílias e comunidades, desenvolvam e implementem programas de apoio psicológico e emocional que sejam sensíveis às necessidades específicas dos adolescentes neste período desafiador. Tais programas devem incluir acesso a serviços de aconselhamento, atividades que promovam a interação social segura e recursos que facilitam a educação remota. Além disso, é crucial que haja um esforço contínuo para garantir que todos os jovens, independentemente de sua situação socioeconômica, tenham acesso às tecnologias necessárias para participar plenamente da vida escolar e social.

A adoção de tais medidas não apenas ajudará os adolescentes a navegar pelos desafios presentes, mas também garantirá que eles possam emergir desta crise global com uma maior resiliência e capacidade adaptativa, estando melhor preparados para enfrentar futuros desafios em suas vidas adultas.

3. Metodologia

Este estudo adotou uma abordagem qualitativa (Gonçalves, 2007) para explorar em profundidade as experiências e percepções dos adolescentes durante o isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19. A escolha deste método é justificada pela sua capacidade de capturar as nuances e complexidades das experiências humanas, permitindo uma compreensão mais rica e detalhada dos fenômenos sociais e psicológicos (Flick, 2004). Além disso, o método qualitativo facilita a exploração de contextos e perspectivas individuais, essenciais para entender as respostas emocionais e comportamentais dos adolescentes às circunstâncias únicas enfrentadas durante a pandemia (Turato, 2005).

Os participantes foram adolescentes entre 12 e 17 anos, recrutados através de uma estratégia de amostragem não probabilística conhecida como "bola de neve". Esse método foi escolhido devido às restrições de contato físico durante a pandemia, facilitando o recrutamento de participantes dentro de redes sociais existentes. Os critérios de inclusão foram: estar na faixa etária mencionada e ter experienciado o ensino remoto e o isolamento social. Os critérios de exclusão incluíram adolescentes que não tiveram acesso a recursos online, garantindo que todos

os participantes pudessem contribuir com experiências relacionadas ao contexto de estudo (Manzini, 2004).

As entrevistas foram realizadas online, utilizando plataformas de videoconferência, uma adaptação necessária para manter a segurança de todos os envolvidos e para cumprir com as diretrizes de distanciamento social impostas pela situação de pandemia, conforme descrito por Manzini (2004). Essa modalidade de entrevista não apenas garantiu a continuidade segura do projeto de pesquisa durante um período de restrições significativas, mas também proporcionou uma maneira flexível e acessível de engajar os participantes, independentemente de suas localizações geográficas.

Essa combinação de métodos qualitativos e quantitativos enriqueceu significativamente o escopo e a profundidade da análise, permitindo uma compreensão abrangente e multifacetada das implicações do isolamento social na vida dos adolescentes, tanto em termos de impactos psicológicos quanto de alterações comportamentais.

O processo de coleta de dados foi dividido em várias fases. Inicialmente, os participantes e seus responsáveis foram informados sobre os objetivos da pesquisa e os procedimentos de confidencialidade através de um Termo de Consentimento. Após o consentimento, as entrevistas individuais foram agendadas e realizadas online. Cada entrevista foi gravada, transcrita e submetida a uma análise temática para identificar padrões e temas recorrentes relacionados ao impacto do isolamento na saúde mental dos adolescentes (Minayo, 2008).

A análise dos dados coletados neste estudo foi meticulosamente realizada através da abordagem de análise temática, um método robusto e amplamente utilizado em pesquisas qualitativas. Esta técnica envolve uma cuidadosa codificação dos dados em categorias ou temas que emergem diretamente das narrativas fornecidas pelos participantes, permitindo uma compreensão profunda das variadas formas como o isolamento impactou a saúde mental e o desenvolvimento social dos adolescentes envolvido (Minayo, 2008).

Além disso, essa abordagem permitiu destacar a diversidade das respostas emocionais e sociais ao isolamento, oferecendo insights valiosos sobre os diferentes mecanismos de enfrentamento adotados pelos adolescentes. A análise temática, portanto, não apenas facilitou a organização dos dados coletados, mas também enriqueceu a interpretação dos mesmos, proporcionando uma visão clara e detalhada sobre como o isolamento afetou a saúde mental e o desenvolvimento social desses jovens, refletindo as diversas realidades enfrentadas por eles durante a pandemia.

4. Análise e Discussão

O isolamento social, imposto como uma medida essencial para conter a disseminação do COVID-19, teve um impacto profundo nas relações interpessoais dos adolescentes, particularmente em suas interações com amigos e familiares. Essa restrição ao contato físico estabeleceu uma nova dinâmica nas interações sociais, que, embora tenha incrementado a convivência familiar, frequentemente culminou em conflitos derivados da coabitação prolongada e das tensões contínuas. A transição abrupta para uma vida mais restrita trouxe desafios significativos para os adolescentes, que atribuem grande valor às interações sociais como elementos fundamentais de seu desenvolvimento e formação de identidade, conforme destacado por Nissen et al. (2020).

As restrições às atividades de lazer não apenas limitaram as oportunidades de socialização entre os adolescentes, mas também tiveram impactos profundos em seu desenvolvimento social e emocional. A redução das atividades físicas e sociais contribuiu para o aumento do sentimento de isolamento e da saúde mental precária nesta população. Estudos mostram que o engajamento em atividades prazerosas é fundamental para o bem-estar emocional e psicológico durante a adolescência (Stein, et al., 2021).

As disparidades nas experiências de isolamento social vivenciadas por adolescentes de distintas faixas etárias e diferentes contextos socioeconômicos são marcantes e reveladores. Os adolescentes oriundos de contextos socioeconômicos menos favorecidos encontraram obstáculos substancialmente maiores durante o período de isolamento imposto pela pandemia. Esses desafios incluíram, mas não se limitaram a, um acesso restrito a recursos educacionais adequados e a serviços de suporte à saúde mental. A falta de recursos tecnológicos, como computadores e conexão estável à internet, também se destacou como um impedimento sério para a continuidade do aprendizado online, exacerbando as dificuldades acadêmicas já enfrentadas por esse grupo (Demo, 2020).

Essas descobertas enfatizam a necessidade de abordagens direcionadas para apoiar os adolescentes em futuras crises, considerando suas necessidades de desenvolvimento social e emocional, bem como as desigualdades ampliadas por eventos disruptivos globais.

5. Conclusões

No estudo atual, explorou-se a maneira como as vidas e rotinas dos adolescentes foram impactadas durante a pandemia de Covid-19. Foi realizada uma análise qualitativa baseada nas vozes de jovens entre 12 e 17 anos.

Além da crítica aos comportamentos individuais que potencialmente colocam a comunidade em risco, a pesquisa também trouxe à tona a percepção dos adolescentes sobre as desigualdades sociais, que foram notadamente exacerbadas durante a pandemia. Os jovens expressaram uma preocupação crescente com as disparidades em termos de acesso a recursos básicos de saúde, educação e bem-estar social, identificando essas questões como manifestações de iniquidade significativas. Esta sensibilidade para com as questões de equidade social sugere uma maturidade impressionante e um entendimento aprofundado das complexidades sociais que foram intensificadas pela crise da COVID-19.

Portanto, é essencial que educadores e formuladores de políticas considerem essas expressões de consciência cívica e preocupação social como indicativos da capacidade dos adolescentes para contribuir de maneira significativa para discussões sobre saúde pública e justiça social. Isso implica na necessidade de incluir os jovens nas conversações e decisões que afetam suas vidas e a comunidade mais ampla, reconhecendo-os como atores importantes no processo de enfrentamento das crises e na formulação de estratégias para um futuro mais equitativo e sustentável.

Os achados deste trabalho incentivam discussões críticas para enfrentar a realidade imposta pela pandemia e preparar-se para futuras crises de saúde, sublinhando a importância de estudos adicionais que considerem as particularidades dos adolescentes em situações de mudança e adaptação, com um foco especial nas desigualdades sociais e seu impacto sobre os mais vulneráveis.

Para pesquisas futuras, recomenda-se uma exploração mais aprofundada das estratégias de resiliência que os adolescentes desenvolveram durante a pandemia. Investigar como essas estratégias variam em diferentes contextos culturais e socioeconômicos pode fornecer insights valiosos para o desenvolvimento de programas de apoio mais eficazes. Além disso, estudos longitudinais poderiam avaliar os efeitos a longo prazo do isolamento social na geração jovem, oferecendo uma compreensão mais completa das repercussões duradouras dessa experiência global sem precedentes.

REFERENCIAS

- AQUINO, E. M. L. et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de Covid-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciênc. Saúde Coletiva**. 2020; 25 (suple.1) 2423-2446. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/csc/2020.v25suppl1/2423-2446/pt/>>. Acesso em 6 de abril de 2023.
- BARROS, A. J. D. et al. Padrões de distanciamento social em nove municípios do Rio Grande do Sul, Brasil: o estudo Epicovid19/ RS. *Rev Saúde Pública*. 2020; 54: 75. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.ez27.periodicos.capes.gov.br/pmc/articles/PMC7373222/>>. Acesso em 12 de abril de 2023.
- 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 16 (96). Disponível em; <<https://globalizationandhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12992-020-00627-7#citeas>>. Acesso em 28 de março de 2023.
- DA SILVA GONCALVES, Maria Célia. O uso da metodologia qualitativa na construção do conhecimento científico. **Ciênc. cogn.**, Rio de Janeiro , v. 10, p. 199-203, mar. 2007 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212007000100018&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 5 abr. 2024.
- DEMO, Pedro. Aprender com suporte digital-Atividades autorais digitais. **HUMANIDADES E TECNOLOGIA (FINOM)**, v. 25, n. 1, p. 10-94, 2020. Disponível em: https://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/view/1284. Acesso em 01 de março de 2024.
- FLICK, U. **Uma introdução à pesquisa qualitativa**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2004. 312 p.
- GUESSOUM, S. B. et al. Adolescent psychiatric disorders during the Covid-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Res*. 2020; 291: 113264. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7323662/>> Acesso em 29 de março de 2023.
- LEE J. et al. Determinants of Behavioral Changes Since COVID-19 between Middle School Students. *Saúde (Basel)*. 2021; 9 (1): 75. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7829766/>>. Acesso em 30 de março de 2023.
- LOADES, M. E. 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. *Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2020; 59 (11): 1218-1239. Disponível em: <[https://jaacap.org/article/S0890-8567\(20\)30337-3/fulltext](https://jaacap.org/article/S0890-8567(20)30337-3/fulltext)>. Acesso em 26 de março de 2023.

MALTA, D. C. et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. **Saúde em debate**. 2020. PrePrint. A

MANZINI, E.J. Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL SOBRE PESQUISA E ESTUDOS QUALITATIVOS, 2, 2004, Bauru. A pesquisa qualitativa em debate. **Anais...** Bauru: USC, 2004. CD-ROOM. ISBN:85-98623-01-6. 10p.

MILIAUSKAS, C. R. FAUS, D. P. Saúde Mental de adolescentes em tempos de Covid-19: desafios e possibilidades de enfrentamento. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*. 2020: 30 (4). Disponível em: < https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312020000400301>. Acesso em: 25 de março de 2023.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 11 ed. São Paulo: Hucitec, 2008.

NISSEN, J. B.; HOJGAARD, D. R. M. A.; THOMSEN, P. H. O efeito imediato da pandemia de Covid-19 em crianças e adolescentes com transtornos obsessivo-compulsivo. *PMC Psychiatry*. 2020; 20: 511.

PIETROBELLI, et al. Effects of Covid-19 lockdown on lifestyle behaviors in children with obesity living in Verona, Italy: A longitudinal Study. *Obesity*. 2020; 28: 1382-85. Disponível em: < <https://onlinelibrary-wiley.ez27.periodicos.capes.gov.br/doi/full/10.1002/oby.22861>>. Acesso em 10 de março de 2023.

QI, M. et al. The effect of social support on mental health in chinese adolescents during the outbreak of Covid-19. *J Adolesc Health*. 2020; 67 (4): 514-518. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7395830/> >. Acesso em: 29 de março de 2023.

SANTOS, Ana Rachel Pires Cantarelli; DA SILVA GONÇALVES, Maria Célia. Profissão Docente: múltiplas facetas e desafios na mobilização e valorização dos saberes. **ALTUS CIÊNCIA**, v. 17, n. 17, p. 423-438, 2023.

SOUSA, G. C. de. et al. A pandemia de COVID-19 e suas repercussões na epidemia da obesidade de crianças e adolescentes. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, 2020. V.12(12). Disponível em: < <https://doi.org/10.25248/reas.e4743.2020> >. Acesso em 22 de Agosto de 2023.

STEIN, C. et al. A pandemia da Covid-19 no Brasil: a série de projeções do Institute for Health Metrics and Evaluation e a evolução observada, maio a agosto de 2020. *Epidemiol. Serv. Saude*, Brasília, 2021; 30(1): e2020680. Disponível em: < <https://www.scielo.org/article/ress/2021.v30n1/e2020680/> >. Acesso em 06 de abril de 2023.

TORRES, R. A. M. Saúde mental das juventudes e Covid-19: discursos produtores de webcuidado educativo mediados na webrádio. *Saúde Mental*. 2020; 23 (270): 4887-4981.

TURATO, E. R. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. **Revista de Saúde Pública**. v.39, n.3, p.507- 514, jun. 2005.