



O bem-estar de crianças e adolescentes

Margarida Gaspar de Matos defende “necessidade urgente” de planear a educação no futuro

Maria João Lopes

A psicóloga clínica e da saúde, especializada em jovens, e catedrática na Universidade de Lisboa, Margarida Gaspar de Matos entende que é uma “necessidade urgente” planear a educação no futuro, bem como a protecção e a promoção do bem-estar em crianças e adolescentes. Para tal, defende ser preciso uma resposta organizada e estruturada do sistema de políticas públicas que garanta apoios suplementares, mas duradouros, a nível social, educativo, e da saúde, e que assegure que todas as necessidades das crianças e adolescentes são atendidas.

Margarida Gaspar de Matos foi uma das subscritoras da recente carta aberta intitulada *Prioridade à escola*, na qual um grupo de médicos, cientistas, académicos e profissionais de outras áreas apelou ao Governo para que reabrisse as escolas, com segurança e de forma contínua, a partir do início de Março, começando pelos mais novos. Na carta, defendem que “estudos em vários países, e a experiência clínica de alguns dos signatários desta carta, mostraram o aumento de problemas psicológicos e psiquiátricos das crianças e jovens associados ao confinamento e ao fecho das escolas (depressão, ansiedade, perturbação alimentar, autolesões, etc.)”. Ao PÚBLICO, Margarida Gaspar de Matos, também representante da Ordem dos

Psicólogos Portugueses no Conselho de Prevenção e Promoção da Federação Europeia das Associações de Psicologia, explica que está a preparar um relatório sobre o tema para este organismo internacional, referindo vários estudos que mostram a existência de “efeitos prejudiciais do isolamento social” em crianças e jovens. A psicóloga nota ainda que “surgiu uma espécie de esgotamento do ego, relacionado com a fadiga pandémica, à medida que os jovens avançavam pelas três vagas”.

Entre outras, a docente refere uma investigação de uma equipa do Instituto de Apoio à Criança que procurou perceber *O que pensam e o que sentem as famílias em isolamento social por causa da pandemia*, tendo participado 807 famílias com filhos entre os 4 e os 18 anos, através de um questionário feito entre Abril e Maio de 2020. Alguns dados mostram que crianças e adolescentes se sentiam preocupados com os avós (53,8%) e que 9,8% revelavam níveis de ansiedade acima do considerado funcional.

Um outro estudo (Universidade Miguel Hernández, Università degli Studi di Perugia e Universidade Católica Portuguesa), feito em Portugal, Itália e Espanha (inquérito online, com pais de 515 crianças e jovens entre os 3 e os 18 anos, dados recolhidos durante 15 dias, sete semanas depois do confinamento, e relativo aos efeitos da pandemia no primeiro



A psicóloga subscreveu a carta aberta *Prioridade à Escola*

Surgiu uma espécie de esgotamento do ego, relacionado com a fadiga pandémica

Margarida Gaspar de Matos
Psicóloga clínica

confinamento) mostrou que um quarto das crianças portuguesas sentiu ansiedade e 8,5% depressão. Um outro estudo, envolvendo estas universidades, e pais de 1480 crianças e adolescentes entre os 3 e os 18, que participaram através de inquérito online feito durante 15 dias, entre Março e Abril de 2020, revelou, por exemplo, que mais de 50% das crianças se sentiram aborrecidas e mais de 40% irritadas; além de estarem cerca de três vezes mais expostas a ecrãs. Vários especialistas e autores de estudos têm alertado para os impactos da pandemia na saúde mental dos mais jovens. Um estudo de uma equipa da

Universidade de Coimbra (UC), liderado por Ana Paula Matos e com colaboração de investigadores dos Estados Unidos e Islândia, concluiu que a pandemia teve “um significativo impacto negativo na saúde mental dos jovens portugueses, especialmente nos níveis de depressão e de ansiedade”. Resultados preliminares mostram que 14% dos adolescentes, entre os 13 e os 16 anos e média de idades de 14, apresentam “sintomatologia depressiva elevada (acima do percentil 90) durante a pandemia, uma percentagem superior à encontrada num estudo da mesma equipa durante a crise financeira portuguesa de 2009-2014, que era de 8%”, referiu a UC, em nota enviada à agência Lusa.

No estudo, diz a Lusa, os investigadores compararam os níveis de emocionalidade negativa e positiva vivenciados pelos jovens, antes e depois da pandemia, numa amostra com 206 adolescentes do 9.º ano de escolaridade (51% raparigas), tendo sido verificado “um aumento significativo da tristeza, do medo e da raiva e uma descida da felicidade”.

Na segunda vaga, em Novembro/Dezembro de 2020, parte da amostra (122 adolescentes) foi reavaliada, “tendo-se verificado nova subida dos níveis de medo, assim como um aumento significativo de sintomas de ansiedade, comparando os dois momentos da pandemia” (primeira e segunda vagas).

Área: 389cm² / 42%

Titragem: 72.253

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 7074654