



UDC: 613.86-053.2:[616.98:578.834.1-036.21]

SĂNĂTATEA MINTALĂ A COPIILOR ÎN CONTEXTUL PANDEMIEI COVID-19

Olga Cara^{1,2}

¹ Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”, Republica Moldova

² Institutul Oncologic, Republica Moldova

Rezumat

Introducere. Urgențele de sănătate publică, cum ar fi pandemiile, afectează sănătatea fizică și mintală. Copiii sunt mai vulnerabili decât populația adultă din cauza înțelegerii limitate a evenimentului. Ei au strategii limitate de coping, astfel nu sunt capabili să scape de răul situației din punct de vedere fizic și mintal. Scopul cercetării a fost identificarea tulburărilor și manifestărilor mintale la copii în contextul pandemiei COVID-19.

Material și metode. Prezenta cercetare include un studiu descriptiv. Revizuirea bibliografică a fost efectuată prin preluarea datelor esențiale, folosind articole de pe site-urile Science, Scopus, PubMed. Au fost analizate publicațiile științifice despre impactul COVID-19 asupra sănătății mintale a populației.

Rezultate. Anxietatea, depresia, tulburările de somn și de apetit, precum și afectarea interacțiunilor sociale sunt manifestările clinice a unei amenințări de sănătate. Un studiu efectuat în China, în perioada pandemică, a examinat copiii pentru a determina dificultățile comportamentale și emoționale din cauza pandemiei de COVID-19, astfel au identificat cele mai frecvente tulburări de comportament: distragerea atenției, iritabilitatea și teama că membrii familiei pot contracta boala mortală. Studiile anterioare sugerează că frica, frustrarea, tulburările de anxietate, depresia, abuzul de substanțe, tendințele suicidare crescute urmează de obicei crize economice majore sau dezastre naturale. Pe lângă fenomenul de izolare impusă de autorități, abuzul și dependența de gadgeturi, suprasolicitarea nervoasă, lipsa activităților fizice, plictiseala și abuzul de alimente, acestea au dus la o epuizare psihică, simptome de stres posttraumatic de lungă durată. O analiză recentă a rezultatelor carantinei și strategiilor similare de prevenire a sănătății mintale a constatat că depresia, tulburările de anxietate, tulburările de dispoziție, tulburările de somn, panică, stigmatizarea, stima de sine scăzută, lipsa autocontrolului sunt foarte răspândite în rândul persoanelor afectate de izolarea fizică. Copiii mici simt stresul părinților și manifestă aceleași frici, interpretări și comportament neadecvat, comportament de opoziție și furie. Copiii cu vârsta 12-18 ani au o energie amplificată, motivație, curiozitate și entuziasm, schimbările hormonale, îi fac greu de izolat acasă, astfel în timpul pandemiei COVID-19, s-a observat că ei s-au simțit frustrați, nervoși, deconectați, nostalgici și plictisiți din cauza distanțării sociale.

Concluzii. Intervențiile psihologice trebuie să se concentreze pe creșterea rezilienței la copii printr-o mai bună comunicare pentru a le aborda temerile și preocupările, încurajând rutinele și activitățile fizice și luând măsuri pentru a atenua singurătatea. Părinții trebuie să aibă grijă de propria lor sănătate mintală, strategii de coping și să modeleze o atitudine psihologică pozitivă pentru a sprijini copiii să treacă peste diferite provocări stresogene și urgențe de sănătate publică.

Cuvinte-cheie: COVID-19, pandemie, sănătate mintală, particularități, copii