



Estudos de Psicologia (Campinas)

ISSN: 0103-166X

ISSN: 1982-0275

Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia  
Universidade Católica de Campinas

Martins LINHARES, Maria Beatriz; Fiorim ENUMO, So#nia Regina  
Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil  
Estudos de Psicologia (Campinas), vol. 37, e200089, 2020  
Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Campinas

DOI: 10.1590/1982-0275202037e200089

Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=395364604019>

- Como citar este artigo
- Número completo
- Mais informações do artigo
- Site da revista em [redalyc.org](http://redalyc.org)

redalyc.org  
UAEM

Sistema de Informação Científica Redalyc

Rede de Revistas Científicas da América Latina e do Caribe, Espanha e Portugal

Sem fins lucrativos acadêmica projeto, desenvolvido no âmbito da iniciativa  
acesso aberto

SEÇÃO TEMÁTICA | THEMATIC SECTION  
CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19  
CONTRIBUTIONS OF PSYCHOLOGY IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC

# Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil

## *Reflections based on Psychology about the effects of COVID-19 pandemic on child development*

Maria Beatriz Martins **LINHARES<sup>1</sup>**  0000-0001-5958-9874

Sônia Regina Fiorim **ENUMO<sup>2</sup>**  0000-0001-9038-6151

### Resumo

De forma inquestionável, a pandemia da COVID-19 ameaça a saúde física e mental da população na contemporaneidade. Embora as crianças sejam menos contaminadas na forma sintomática e grave da COVID-19, essas podem ser mais afetadas no âmbito do desenvolvimento psicológico por serem uma população vulnerável. O presente artigo aborda aspectos conceituais da Teoria do Caos no desenvolvimento e do estresse tóxico, associados aos conceitos de autorregulação e enfrentamento do estresse (*coping*), visando subsidiar reflexões, do ponto de vista psicológico, sobre os efeitos potenciais da condição da adversidade da pandemia no desenvolvimento das crianças e na parentalidade. A fundamentação teórico-conceitual oferece suporte à compreensão dos tipos de enfrentamento adaptativo ou desadaptado frente a essa experiência adversa e potencialmente traumática da contemporaneidade.

**Palavras-chave:** Autorregulação; *Coping*; Criança; Estresse; Pandemias.

### Abstract

*Unquestionably, the COVID-19 pandemic threatens the physical and mental health of the population nowadays. In despite of the children are less contaminated in the symptomatic and severe way, these children could be more impacted in the psychological development, as they are a vulnerable population. The present paper addresses the conceptual aspects of Chaos Theory in development and toxic stress, associated with the concepts of self-regulation and coping of*

▼▼▼▼  
<sup>1</sup> Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Programa de Pós-Graduação em Saúde Mental. Av. Tenente Catão Roxo, 2650, Campus Monte Alegre, 14051140, Ribeirão Preto, SP, Brasil. Correspondência para/Correspondence to: M.B.M. LINHARES. E-mail: <linhares@fmrp.usp.br>.

<sup>2</sup> Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas), Centro de Ciências da Vida, Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Campinas, SP, Brasil.

▼▼▼▼  
Como citar este artigo/How to cite this article

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, e200089. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200089>



stress, aiming to support reflections, from the psychological point of view, about the potential effects of the condition of adversity arising from the pandemic on child development and parenting. The theoretical and conceptual framework supports the comprehension of the adaptive and not adaptive coping types facing the potentially traumatic adverse experience nowadays.

**Keywords:** Self-regulation; Coping; Children; Stress; Pandemics.

Desde o início do ano de 2020, o mundo enfrenta uma grave crise mundial com a pandemia devido à infecção pelo novo coronavírus denominado *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2, Síndrome Respiratória Aguda Grave 2), que provoca a *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19), detectado na China em dezembro de 2019 (Organização Pan-Americana de Saúde [OPAS], 2020). Trata-se de um problema de saúde que ainda não tem tratamento farmacológico comprovadamente eficaz, nem vacina como medida preventiva efetiva (Goodman & Borio, 2020). Nesse sentido, no cenário mundial, para o enfrentamento da pandemia adotou-se como medida não-farmacológica o distanciamento e isolamento social, sendo estratégias de controle da disseminação da contaminação na população pelo distanciamento físico e redução da mobilidade. Sabe-se que essas são as medidas possíveis no momento, porém não se deve perder de vista que o distanciamento social certamente poderá ter impactos negativos em diferentes níveis, a saber: de *forma particular*, nas pessoas; de *forma ampliada*, em seus diferentes contextos de desenvolvimento (desde o contexto familiar, comunidade local, cidades, estados e país); e de *forma globalizada*, nas relações internacionais (Liang, 2020).

De forma específica, o corpo de conhecimentos sobre os aspectos psicológicos das pessoas, no contexto da pandemia, precisa ser construído. Esses aspectos estão recebendo atenção concomitantemente ao avanço do curso natural da doença. O painel de especialistas convocado pela Academia Britânica de Ciências Médicas (*UK Academy of Medical Sciences*) e pela instituição de caridade de pesquisa em saúde mental MQ: *Transforming Mental Health* indica como prioridade a obtenção de dados de alta qualidade sobre os efeitos da pandemia na saúde mental de toda a população e de grupos vulneráveis, destacando-se os efeitos no cérebro, em termos de função, cognição e saúde mental de pacientes com COVID-19 (Holmes et al., 2020). Os efeitos diretos e indiretos psicológicos e sociais exigem intervenções integradas entre diversas áreas de conhecimento (Holmes et al., 2020; van Bavel et al., 2020).

Estudos de revisão da literatura têm contribuído para atualizar sobre esses efeitos, destacando haver sintomas de confusão mental, raiva e estresse pós-traumático (Brooks et al., 2020; Ornell, Schuch, Sordi, & Kessler, 2020). Contudo, no momento, os estudos empíricos sobre *outcomes* psicológicos são escassos (Maia & Dias, 2020; Qiu et al., 2020) e os estudos prospectivo-longitudinais, em especial os que tenham delineamento de coorte/2020, ainda são inexistentes. Diante desse quadro, a Organização Mundial da Saúde, por meio do seu diretor geral Tedros Ghebreyesus, em 2020, recomendou aos países: “*preparem-se, detectem-se, protejam, tratem, reduzam o ciclo de transmissão, inovem e aprendam*” para enfrentar a pandemia (OPAS, 2020). O aprendizado é fundamental não apenas para entender os diferentes aspectos da epidemia, especialmente dos dados epidemiológicos e do curso da COVID-19, assim como deve-se atentar para o aprendizado dos impactos psicológicos na área de saúde mental dos indivíduos.

A Psicologia destaca-se nesse contexto por reunir fundamentação teórica-conceitual e evidências científicas que podem ser aplicadas e generalizadas, contribuindo para uma compreensão dos aspectos psicológicos durante a grave crise contemporânea da pandemia da COVID-19. Os estudos atuais mostram influências dessa situação no comportamento das pessoas no cotidiano e causando ansiedade, medo, depressão e pânico (Holmes et al., 2020; Jiao et al., 2020). Contudo, ainda existem poucos dados sobre os impactos que esse período de transição caracterizado por insegurança e incertezas causará especificamente no funcionamento psicológico de crianças (Muratori & Ciacchini, 2020).

Até onde se sabe no momento, a saúde da criança é menos afetada pelo novo coronavírus em comparação a dos adultos (Zimmermann & Curtis, 2020). Porém, a saúde mental das crianças no contexto da pandemia com o distanciamento ou isolamento social deve ser um ponto de atenção, considerando-se que as crianças se constituem em uma população vulnerável. O estudo de Wang, Zhang, Zhao, Zhang e Jiang (2020) mostrou que o confinamento em casa de 220 milhões de crianças e adolescentes chineses, incluindo 180 milhões de estudantes de escolas primárias e secundárias e 47 milhões da pré-escola, provocará impactos psicológicos, na medida em que estão sujeitos a estressores, tais como duração prolongada, medo de infecção, frustração e tédio, informações inadequadas, falta de contato pessoal com colegas, amigos e professores, falta de espaço pessoal em casa e a perda financeira da família.

Considerando o contexto atual da pandemia da COVID-19, o presente artigo aborda aspectos conceituais da Teoria do Caos no desenvolvimento e do estresse tóxico, associados aos conceitos de autorregulação e enfrentamento do estresse (*coping*), visando subsidiar reflexões, do ponto de vista psicológico, sobre os efeitos potenciais da condição adversa da pandemia no desenvolvimento das crianças.

## **Teoria do Caos: contextos do desenvolvimento em condições adversas**

A Teoria do Caos no desenvolvimento (Evans & Wachs, 2010) apresenta uma releitura da Teoria Bioecológica de Bronfenbrenner (2011), em que os diferentes sistemas são compreendidos no contexto das adversidades. De acordo com Bronfenbrenner, o desenvolvimento humano tem quatro componentes: pessoa, processo, contexto e tempo. As características da pessoa, tais como genética, fisiologia, gênero, temperamento, nível de atividade, entre outras, se relacionam com o contexto proximal de desenvolvimento humano, representado por cuidadores familiares, em especial os pais e os professores no ambiente educacional. Os processos proximais, que envolvem as interações diretas do organismo com outras pessoas, objetos e símbolos, impulsionam sobremaneira o desenvolvimento humano. Além dos processos proximais, os distais também afetam o desenvolvimento de forma indireta, como por exemplo as condições de emprego dos pais ou mesmo valores e crenças de uma determinada cultura. Esses processos impulsionam o desenvolvimento por meio de participação ativa da interação entre pessoa e contextos, de forma a ser progressivamente mais complexa e prolongada no tempo.

A Teoria Bioecológica (Bronfenbrenner, 2011) concebe o desenvolvimento humano ocorrendo em diferentes sistemas interrelacionados, a saber: microssistema (onde ocorrem as relações proximais realizadas face a face); mesossistema (envolve as interrelações entre dois ou mais contextos nos quais a criança participa ativamente); exossistema (a criança pode não ter relação direta com determinado contexto, mas eventos que ocorram nesse ambiente podem afetar indiretamente seu ambiente); e macrossistema (engloba todos os outros contextos ambientais, estabelecendo interconexões complexas).

O contexto familiar consiste no primeiro microssistema em que se constroem as interações proximais face a face significativas entre os cuidadores principais e as crianças em desenvolvimento (Bronfenbrenner, 2011). Nesse microcontexto, os pais desenvolvem a função parental de cuidar e educar as crianças, conduzindo-as até a maturidade para atingir sua autonomia, independência e comportamento adaptativo. De acordo com Barroso e Machado (2015), a parentalidade representa o cuidado parental que inclui aspectos físico, emocional e social que visam atingir desenvolvimento saudável das crianças. Os pais precisam ter comportamentos e atitudes promotores de segurança e autonomia das crianças, a fim de desenvolver a capacidade de tomar decisões, assim como assegurar o desenvolvimento de habilidades sociais. A parentalidade positiva promove o cuidado físico (alimentação, higiene, vestuário para proteger), emocional (comportamento parental para promover apego, segurança e autonomia para tomadas de decisão) e social (estimulação das relações interpessoais ampliadas) (Linhares, 2015).

No microcontexto familiar, as figuras parentais são centrais no desenvolvimento da criança, especialmente na primeira infância (zero a seis anos), para se atingir o desenvolvimento saudável e adaptativo de um indivíduo. É nesse período que os pais atuam como correguladores e modelos de como lidar com as demandas e eventos estressores que ocorrem durante a infância e adolescência (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2016). Os cuidados parentais de suporte às crianças para o desenvolvimento e aprendizagem em sua trajetória, caracterizado por afetividade, reciprocidade, responsividade, calorosidade, encorajamento, ensino e comunicação positiva, constitui-se na parentalidade positiva ou pró-desenvolvimento, especialmente relevante no contexto da pandemia da COVID-19 (Moratori & Ciacchini, 2020).

No entanto, observa-se que, em determinados ambientes familiares, estão presentes múltiplos fatores de risco que ameaçam o desenvolvimento saudável e adaptativo das crianças, tais 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, entre outros. Nesse sentido, esses ambientes familiares em condições adversas permeados por fatores de risco são caracterizados como um “microcontexto caótico”, de acordo com a Teoria do Caos no desenvolvimento, que são contextos em que as crianças vivem em ambiente barulhento, com alta densidade habitacional e com falta de estrutura e regularidade temporal e física (Evans & Wachs, 2010). Embora o contexto caótico seja altamente correlacionado com o baixo nível socioeconômico familiar, o impacto negativo do caos no desenvolvimento humano pode ocorrer independentemente do fator nível socioeconômico, portanto, podendo afetar diversas camadas sociais. A perspectiva do caos no ambiente familiar ressalta a atividade frenética, a falta de estrutura (pouca regularidade, rotinas ou rituais e nada tem hora e lugar), previsão e controle e o alto nível de estimulação, sendo que existe um impacto diferencial nas crianças dependendo da interação com características das crianças. No caos, existe a escassez crônica de recursos, a inabilidade de ajustar a rotinas da família aos recursos disponíveis, conflito continuado.

Segundo Bronfenbrenner (2011), eventos históricos podem alterar positiva ou negativamente o curso do desenvolvimento humano, tanto do ponto de vista individual quanto populacional. No momento histórico atual, em 2020, destaca-se que a população mundial está enfrentando uma experiência adversa devido à grave ameaça à sobrevivência provocada pela pandemia da COVID-19, que vem testando os recursos e limites do ser humano. Pode-se entender que esse evento adverso, de potencial contaminação em larga escala, sem descoberta de medidas farmacológicas efetivas para deter essa epidemia, provoca um contexto caótico e altamente estressor, que se reflete sobremaneira no sistema familiar e no desenvolvimento das crianças.

A determinação do distanciamento social, que leva ao confinamento no contexto doméstico, como única forma de prescrição disponível para o enfrentamento dessa adversidade, trouxe novos e grandes desafios para as famílias, tais como: 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; sobrecarga de trabalho doméstico; instabilidade no emprego, desemprego e problemas financeiros; falta ou irregularidade do suporte regular dos serviços de saúde e assistência social e comunitária à família, separação de familiares, entre outros.

Deve-se lembrar que a morte ou ameaça da morte passa a ser um assunto em muitos momentos ao vivo ou via mídia, que se associa a uma hipervigilância das crianças (Holmes et al., 2020). Pode-se destacar o fato de que uma situação imprevisível no seu desfecho, com pouco poder de controle por parte do indivíduo, constitui-se em um evento desencadeador de ansiedade, medos e desamparo (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2016). Nesse sentido, o ambiente doméstico passou a ser um “nicho de desenvolvimento” contaminado

com incertezas e falta de previsão de como será o retorno para normalização dos relacionamentos sociais fora do âmbito doméstico, o que parece ser um agravante ansiogênico em relação às epidemias anteriores.

Pode-se observar que esses novos desafios estão muitas vezes potencializando os problemas existentes previamente no contexto familiar, especialmente naquelas que apresentam maior vulnerabilidade psicossocial por viverem em condições adversas com múltiplos fatores de risco. A violência intrafamiliar pode ser um exemplo de adversidade que se agravou nesse período de distanciamento social (Fórum Brasileiro de Saúde Pública, 2020), mostrando que o confinamento no lar pode aumentar um dos tipos de adversidade mais preocupantes no microcontexto familiar, ou seja, a violência, que tem impacto negativo no desenvolvimento das crianças. Destaca-se que a transmissão intergeracional da violência na família, que começa nas experiências adversas na infância, forma o ciclo vicioso da violência com consequências deletérias ao desenvolvimento humano (Madigan et al., 2019).

Paralelamente, devido ao distanciamento social, as crianças não estão frequentando a escola, que é um segundo microssistema essencial ao desenvolvimento e aprendizagem. Além das grandes perdas do processo de aprendizagem formal, as crianças estão sendo privadas da necessária socialização com os pares, em que ocorrem aprendizados significativos para o desenvolvimento humano, tais como: experiências lúdicas compartilhadas, que implica em interações proximais face a face; cooperação; convivência com as diferenças; compartilhamento de decisões; enfrentamento de desafios; negociação de conflitos; adiamento de gratificações; espera da sua vez; exercício controle de impulsos; entre outras habilidades. No caso da Educação Infantil, tem-se a grande limitação de não poder ser realizada à distância e, no caso do Ensino Fundamental, o fato de o aprendizado ser realizado exclusivamente à distância gera um excesso do uso de telas, o que pode ser prejudicial ao desenvolvimento e saúde das crianças (Holmes et al., 2020; Sociedade Brasileira de Pediatria, 2020). A educação feita à distância requer adaptações da estrutura e do currículo com incorporação de recursos tecnológicos e de comunicação. No caso da Educação Infantil, a educação à distância priva a criança de experiências concretas em um espaço coletivo compartilhado e de relações proximais. Pode-se verificar que a ausência do suporte educacional ou a realização do ensino fragmentado feito à distância, sem prévia estruturação e organização adequada, pode se constituir em um fator de risco ao desenvolvimento das crianças que merece ter os seus efeitos adequadamente investigados (Holmes et al., 2020).

No que se refere ao mesossistema, verificam-se impactos negativos no provimento de suporte à saúde e assistência social das crianças e da família, constituindo-se em um contexto caótico pela falta de estrutura, organização e regularidade. No cenário do distanciamento social, ocorreu a interrupção de serviços regulares de assistência à saúde, com impacto especial para as crianças, seja na assistência básica quanto na especializada, como, por exemplo, os programas de visitação domiciliar dos Programas de Saúde da Família na Assistência Primária à Saúde, Puericultura, ambulatórios especializados de Saúde Mental, Programa Criança Feliz da assistência social, entre outros.

Não se pode perder de vista também a influência do macrocontexto na vida das pessoas que é permeado por valores, crenças e tomadas de decisões (Bronfenbrenner, 2011), que no caso da pandemia, considerando os diferentes níveis governamentais, pode ser protetora ao desenvolvimento das crianças e da família ou constituir-se em fator de risco agravante da situação. Quanto mais divergências nas decisões, diretrizes e recomendações e clima de insegurança e conflitos na forma de enfrentamento da pandemia no macrocontexto, mais caótico, conflitivo e estressor para os indivíduos no seu microcontexto. Nota-se, portanto, que os diferentes sistemas são estreitamente interrelacionados impactando de diversas formas no desenvolvimento humano. Em todos esses contextos, as condições adversas podem impactar o desenvolvimento das crianças em decorrência dos processos de estresse, que serão analisados a seguir.

## Estresse tóxico: identificação de sinais em situação de adversidade

Nos ambientes caóticos, ocorre a presença do “estresse tóxico”, identificado na Teoria do Ecobiodesenvolvimento (Branco & Linhares, 2018; Shonkoff et al., 2012a). Diferentemente do estresse positivo e do estresse tolerável, o estresse tóxico se refere a um nível de estresse forte, frequente e com ativação prolongada do organismo, sem a presença de mecanismos de proteção que possam amenizar os efeitos negativos dos eventos estressores, podendo gerar hipervigilância e exaustão nos indivíduos que vivem nesses contextos.

De acordo com Shonkoff (2012a), o “estresse positivo” se refere a estados psicológicos com curta duração leve a moderada, que pode ser positivamente manejada com adequado suporte social. O “estresse tolerável”, por sua vez, se apresenta em experiências está associado a experiências que apresentam alto nível de adversidade e ameaça ao indivíduo, porém com a presença mecanismos de proteção psicossocial; o “estresse tóxico” envolve a reatividade intensa e prolongada frente a adversidades, com diversas consequências deletérias ao desenvolvimento e saúde (Branco & Linhares, 2018; Shonkoff et al., 2012a).

As crianças expostas a contextos estressores mostram alto nível de cortisol, hormônio regulador do estresse, em comparação a crianças que não vivem nesse contexto (Slopen, McLaughlin, & Shonkoff, 2014). As alterações do cortisol relacionam-se com o sistema imunológico e sistema nervoso que se relaciona à emoção, memória e aprendizagem (Shonkoff, Richter, van der Gaag, & Bhutta, 2012b). O estresse tóxico pode causar hiperatividade nos circuitos neuronais que controlam as respostas de medo, provocando uma interpretação no cérebro de ameaça, que pode levar a respostas de agressão como defesa (Branco & Linhares, 2018). No contexto da pandemia do COVID-19, as crianças e os pais estão lidando com situações altamente estressoras que ameaçam a capacidade de enfrentamento adaptativo.

## Processos de enfrentamento do estresse

Diante da pandemia de COVID-19, o estresse pós-traumático e a depressão podem ocorrer, requerendo intervenções psicossociais (Holmes et al., 2020). Os desfechos na saúde dependem dos recursos de enfrentamento, pois a pandemia da COVID-19 exige do indivíduo a mobilização das estratégias de enfrentamento do estresse (*coping*) de forma adaptativa. O modelo de enfrentamento do estresse percebido como evento ameaçador preconiza que se reestabeleça o atendimento a três necessidades psicológicas básicas, inatas, universais, com valor evolutivo adaptativo para o ser humano, a saber: (a) “relacionamento” ou pertença, ao sentir-se aceito e compreendido pelos outros, ter relações próximas estáveis, seguras e duradouras (apoiada nas teorias de attachment/vínculo afetivo); (b) “competência”, ao sentir que mantém o controle da situação de forma eficaz para gerenciar desafios e cumprir metas e objetivos (apoiada na literatura sobre percepção de controle); e (c) “autonomia”, ao ter ações ou crenças, de ser capaz de realizar tarefas ou tomar decisões, assumindo as consequências do seu próprio comportamento (apoiada na literatura sobre autodeterminação) (Ryan & Deci, 2017).

Verifica-se que, no contexto contemporâneo da pandemia, essas três necessidades estão diretamente afetadas. O medo da contaminação e o distanciamento social podem afetar os relacionamentos, senso de competência para agir e senso de autonomia para tomar decisões. A percepção de ameaça a essas três necessidades psicológicas é fonte de estresse, levando a desfechos mal adaptativos ou adaptativos no médio e longo prazo, dependendo do tipo de enfrentamento adotado.

De acordo com a Teoria Motivacional do Coping (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2016), as seguintes estratégias negativas ou positivas podem ocorrer: (a) quanto à percepção de “ameaça ao relacionamento”,

pode ocorrer em um ambiente inseguro e de abandono, a “delegação” (comportamentos de reclamar, autoculpar-se, lamentar-se, depender do outro) e o “isolamento” (com afastamento das pessoas, evitação do outro, dissimulação, congelamento/parálisia) e, em um ambiente caloroso e acolhedor, a “autoconfiança” (com regulação emocional e comportamental, expressão e aproximação emocional) e a busca de suporte social; (b) quanto à percepção de “ameaça à competência”, podem ocorrer, em um ambiente caótico e imprevisível, o “desamparo” (associado à passividade, desânimo, confusão, interferência e exaustão cognitiva) e a “fuga” (com afastamento mental, negação, evitação e pensamento mágico ou fantasioso) e, em contexto estruturado e previsível, a resolução de problemas (com planejamento de estratégias, ação instrumental, domínio) e a “busca de informações”; e (c) quanto à percepção de “ameaça à autonomia”, em contexto de coerção, a “submissão” (com ruminação, pensamentos intrusivos e perseveração rígida) e a “oposição” (com comportamentos agressivos e desafiadores, como culpar os outros, projetar no outro) e, em um contexto de promoção da autonomia, a “acomodação” (aceitação, ressignificação, reestruturação cognitiva, distração cognitiva) e a “negociação” (por meio de barganha, persuasão e estabelecimento de prioridades).

No contexto de estresse extremo, como na pandemia de COVID-19, as pessoas podem apresentar estratégias mal adaptativas, como o afastamento mental, a negação, a evitação e o pensamento mágico, todos entendidos funcionalmente como uma fuga de ambientes não contingentes. Essas são formas de desengajamento da situação estressora. De acordo com a Teoria Motivacional do *Coping* (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2016), esta condição ocorre quando a pessoa avalia que é incompetente para lidar com os problemas. A busca de informações confiáveis e baseadas em evidências, o planejamento das ações visando lidar com as contingências disponíveis, resolvendo os problemas, são estratégias de enfrentamento mais adaptativas, promovem o senso de autoeficácia e evitam o desamparo, com as emoções que o acompanham - medo, pessimismo, pânico. Essas decorrem da percepção de se ter atingido o limite da ação, de ser impotente para lidar com o problema, levando à procrastinação na tomada de decisões e a sentimentos de desânimo, chegando a um quadro de depressão se perdurar por muito tempo. Decisões erráticas ou busca de apoios inadequados também caracterizam esse padrão de respostas de se perceber como incompetente ou inefetivo ou para lidar com os problemas.

Outra estratégia de enfrentamento mal adaptativa relacionada à percepção de ameaça à NBP de competência, comum no contexto de eventos críticos como a pandemia em curso, é a “catastrofização”. Esta é uma forma de pensamento repetitivo negativo, intrusivo e difícil de interromper. É uma estratégia de enfrentamento que dificulta o processamento e a regulação de emoções e respostas. Como se observa, a questão da autorregulação sob estresse (*coping*) é central para compreender como o indivíduo procura manter, recuperar, reabastecer e reparar a satisfação das necessidades psicológicas básicas em face das constantes agressões e ameaças a essas necessidades (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2016).

Essas respostas de enfrentamento menos adaptativas aumentam a vulnerabilidade ao estresse no adulto e, em especial, em crianças por depender do desenvolvimento da sua capacidade de autorregulação durante a infância. De forma crescente, a criança passa a utilizar ações diretas, voluntárias, incluindo a participação de parceiros sociais, conseguindo integrar o uso de estratégias de resolução de problemas e de regulação das emoções. Nesse período, algumas estratégias de enfrentamento são mais comuns, como a busca por apoio, a solução de problema e ação instrumental, a fuga e, quando esta não é possível, a distração. Nesse processo de desenvolvimento do *coping*, a promoção da autonomia por parte dos cuidadores permitirá à criança ganhar autoconfiança para lidar com os problemas. Estes influenciam esse processo, tanto de forma direta, ao fornecer modelos, pelo ensino e pelo treinamento, quanto implicitamente, ao confortar, acalmar e ajudar (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2016).

O papel dos cuidadores é crucial para grupos que estão em maior vulnerabilidade ao estresse, como bebês e crianças, idosos, pessoas com incapacidades físicas e mentais, e doenças crônicas. Nesses grupos

de risco em particular, a capacidade autorregulatória é incipiente ou debilitada. Assim, no enfrentamento do estresse, desde sua própria definição, o conceito de autorregulação é fundamental na compreensão dos processos de reatividade e regulação frente às disrupturas causadas por ambientes imprevisíveis, desorganizados e estressantes (Linhares & Martins, 2015).

A autorregulação está associada à função executiva, a qual consiste em processos relacionados à capacidade de planejar, focalizar a atenção, lembrar instruções e realizar múltiplas tarefas (Linhares & Martins, 2015). Este funcionamento mental orquestrado é fundamental para realizar diversas atividades cognitivas para atingir objetivos, fazer escolhas, tomar decisões e controlar impulsos, portanto, sendo essenciais para aprendizagem. De acordo com Diamond (2013), a função executiva inclui componentes que operam de forma interrelacionada, a saber: memória de trabalho (habilidade de reter e manipular informações por curta duração; envolve memória verbal e visoespacial), controle inibitório (inibição cognitiva de pensamentos e memórias; controle da atenção, seletiva e focal; inibição do comportamento por meio de autocontrole e disciplina). Além disso, a autora inclui, no modelo da função executiva, a flexibilidade cognitiva, que envolve a criatividade, lidar com diferentes perspectivas e estabelecer relações entre tarefa, as seguintes funções cognitivas superiores: planejamento, raciocínio e resolução de problemas.

Destaca-se que o controle inibitório apresenta uma intersecção com o conceito do controle com esforço/voluntário, que é um fator relevante do temperamento, de acordo com a abordagem de Rothbart, Sheese e Posner (2007). Em conjunto com os fatores afeto negativo e extroversão, o controle com esforço é um fator que estabelece prioridades e resiste a impulsos, suprime uma resposta dominante em função de resposta a um estímulo subdominante. Maior dificuldade de controle inibitório em conjunto com maior extroversão pode levar a problemas de comportamento (Rothbart et al., 2007), o que leva a dificuldades de enfrentamento adaptativo frente às condições de adversidade. No caso das crianças com temperamento com maior dificuldade de controle inibitório de impulsos, necessitará do relevante papel dos cuidadores para corregular seu comportamento (Linhares & Martins, 2015).

No contexto de adversidades, consideramos que os recursos da função executiva ajudam sobremaneira ter controle inibitório de pensamentos indesejáveis e comportamentos impulsivos, focalizar a atenção, ter flexibilidade cognitiva, analisando diferentes perspectivas, planejar, raciocinar e resolver problemas de forma criativa. Os cuidadores podem promover nas crianças o desenvolvimento das funções executivas quando estabelecem e organizam rotinas e tarefas com regras e flexibilidade, com autonomia para escolhas e tomadas de decisão dentro de uma margem de alternativas viáveis pré-estabelecidas. As relações interpessoais proporcionam oportunidades de estimular e modelar as funções executivas de forma adaptativa, a fim de criar oportunidades de incrementar o processo de autorregulação, melhorando controle interno das crianças para maior autonomia e direcionamento das próprias ações, ao mesmo tempo em que se reduz o controle externo dos adultos (Linhares & Martins, 2015). A autorregulação fica alterada em condições de adversidade e estresse tóxico, como verificado a seguir.

## **Potenciais efeitos psicológicos do estresse tóxico nas crianças, baseando-se em estudos anteriores à pandemia**

A situação atual da pandemia não apresenta evento precedente com características semelhantes, considerando-se não só a questão de ser evento estressor prolongado, mas também bastante restritivo com a medida de distanciamento social e interrupção de mecanismos de proteção ampliado ao indivíduo. Nesse sentido, ainda se tem dificuldade de avaliação dos impactos psicológicos especificamente no desenvolvimento das crianças.

No entanto, pode-se também proceder a uma análise de estudos anteriores sobre eventos estressores tóxicos que afetam de forma ampliada pessoas, família, comunidades, cidades e até países, a exemplo dos desastres naturais, ataques de terrorismo, conflitos armados e guerras. No entanto, deve-se ter cautela na generalização dos resultados desses estudos considerando-se que, no Brasil, são raros esses tipos específicos de eventos estressores em larga escala, embora tenhamos as experiências adversas de violência e pobreza crônica, desabamentos por temporais e, recentemente, os desastres ambientais de quedas de barragens em Minas Gerais. Além disso, o Brasil é país com grande amplitude territorial, com grandes diferenças regionais, em termos de dificuldades ou recursos, o que vai exigir estudos que atendam aos contrastes regionais e culturais da população.

A ciência se baseia em levantamento de hipóteses e questões norteadoras para promover delineamentos de novos estudos e exercício de reflexão abstrata sobre situações concretas. Portanto, frente aos poucos estudos sobre os impactos psicológicos da COVID-19, podem ser apresentados alguns estudos como base para estudos futuros sobre seus impactos no desenvolvimento das crianças. Um conjunto de estudos de um grupo de trabalho de pediatras na Província de Shaanxi (China) foi analisado considerando as estratégias promotoras da resiliência em crianças e adolescentes para enfrentar as consequências psicológicas da pandemia da COVID-19 (Jiao et al., 2020). O estudo mostrou que, em uma amostra de 320 crianças e adolescentes, de ambos os sexos, de três a 18 anos de idade, os problemas emocionais e comportamentais prevalentes foram os seguintes: distração, irritabilidade, agitação, medo de fazer perguntas sobre a epidemia, querer ficar agarrados aos familiares. Esses problemas se associaram a pesadelos, falta de apetite e desconforto físico. Na subamostra de crianças de três a seis anos, prevaleceu excesso de apego aos pais e medo de os familiares ficarem doentes, enquanto nas mais velhas apareceram mais os indicadores de desatenção e questionamentos recorrentes. As estratégias sugeridas de enfrentamento do medo e estresse envolviam comunicação sobre os medos e preocupações, jogos colaborativos, atividades físicas, música como forma de terapia, por exemplo, além de os pais prestarem atenção às dificuldades de sono.

Estudos sobre desastres naturais, como por exemplo terremotos e furacões, demonstram que as crianças se tornam mais vulneráveis após eventos estressores, mostrando impactos na saúde física e mental e no âmbito educacional e de desempenho (Kousky, 2016). O estudo de Klein, Devoe e Miranda-Julian (2009) teve por objetivo avaliar o impacto psicológico nas crianças após o ataque terrorista de 11 de setembro em Nova York, realizando um grupo focal com pais de crianças de até cinco anos de idade. Os resultados mostraram que, após este evento altamente estressor, houve problemas disfuncionais do tipo ansiedade, novos medos, sinais de depressão, irritabilidade, apego excessivo e problemas de regulação do sono e alimentação.

Destaca-se que as equipes de Saúde Mental são recomendadas no enfrentamento de pandemias e desastres em larga escala, tanto pelo Center for Disease Control and Prevention (2020), quanto pela OMS. As crianças, como grupo especial, precisam receber uma atenção para explicar os fenômenos, permitir as expressões de sentimentos, estabelecer rotinas e responder questões, assim como compreender a irritabilidade e algumas regressões no comportamento que demandam atenção por parte dos cuidadores. A COVID-19 mudou a vida da família em vários países, exigindo cuidados de segurança das crianças, que demandam criatividade para manejar o estresse e promover diversões, ao mesmo tempo em que se deve cuidar do estresse parental, abuso e violência contra crianças (Cluver et al., 2020). Deve-se entender que a COVID-19 não é a única epidemia que ameaça à humanidade e não será a última, portanto deve-se utilizar estratégias efetivas para a família responder, cuidar e proteger o futuro das crianças (Clark et al., 2020).

As experiências desafiadoras são oportunidades para o ser humano aprender novas respostas adaptativas no enfrentamento de adversidades e ativar processos de resiliência. De acordo com Garner et al. (2012), os processos de resiliência incluem “7 Cs”, que são componentes essenciais e significativos para a promoção do desenvolvimento humano, a saber: *competence/competência, confidence/confiança, connection/conexão,*

*character/características particulares, contribution/contribuição, coping/enfrentamento e control/controle.* Finalmente, espera-se que haja o fortalecimento desses “7 Cs” para o enfrentamento adaptativo desse grande desafio da atualidade, adotando escolhas individuais acertadas a fim de minimizar as consequências negativas coletivas futuras.

## Considerações Finais

O isolamento no ambiente familiar causa perda de referências externas do contexto ampliado, representado por exemplo pela escola e ambiente de trabalho, o que requer vigilância redobrada da organização interna, tanto no sentido de estruturação do ambiente doméstico, quanto do fortalecimento dos recursos pessoais e da rede familiar. Nesse sentido, além das medidas fundamentais de apoio à saúde recomendadas pela Organização Mundial de Saúde para o combate à COVID-19, as famílias podem ser auxiliadas no enfrentamento das adversidades recobrando e fortalecendo os relacionamentos, a autonomia e seu senso de competência. A iniciativa Parenting for Lifelong Healthy (2020) propôs um conjunto útil de dicas e atividades para todas as idades, para auxiliar às famílias durante pandemia da COVID-19 e do distanciamento social necessário.

Medidas simples podem ser adotadas para manter a estabilidade, estruturação e organização do ambiente doméstico, a fim de evitar o ambiente caótico e estressor e oferecer suporte e segurança às crianças, como por exemplo: estabelecer e manter horários, rotinas e tarefas no ambiente doméstico; dividir tarefas e responsabilidades entre os familiares; organizar os espaços possíveis em cômodos ou cantos com os materiais para as diferentes finalidades de atividades de trabalho, estudo e lazer; manter ativo o exercício da autonomia e controle realizando escolhas e tomadas de decisão no contexto do grupo familiar, sempre mediante a análise de alternativas possíveis; preservar os horários prazerosos de brincadeiras, conversas e leituras dirigidas para as crianças da casa; estabelecer comunicação positiva com as crianças atendendo às suas dúvidas e ouvindo com atenção comentários e expressão de sentimentos; conversar com as crianças sobre as limitações e restrições necessárias do momento; evitar os excessos de notícias e comentários negativos sobre o atual momento; compreender que nas crianças, por serem mais vulneráveis e dependentes, podem surgir ou acentuar-se algumas dificuldades funcionais (sono, alimentação e controle dos esfíncteres) ou comportamentais (agitação, birras, agressividade, isolamento e timidez), ou mesmo podem regredir em algumas aquisições previamente adquiridas (fala “infantilizada”, relaxamento do controle dos esfíncteres, dificuldades de autocuidado e higiene), o que vai exigir maior tolerância e ajuda por parte dos cuidadores, sem punições verbais ou físicas contra as crianças.

Deve-se evitar, de um lado, a negação da realidade ou o enfrentamento mágico e fantasioso, e, de outro lado, o pensamento negativo catastrófico que leva à dramatização, que são estratégias de enfrentamentos emocionais mal adaptativas, de fuga dos problemas, que minam a competência e a percepção de autoeficácia da pessoa para lidar com a situação, levando ao desamparo, à depressão. Caso os familiares percebam dificuldades de controle da situação, eles devem recorrer a um suporte social ou especializado possível de forma remota. Os familiares devem procurar manter a regulação fisiológica, emocional e comportamental para atingir a superação de um momento de grande desafio ao desenvolvimento humano, que exige planejamento, raciocínio e flexibilidade. Além disso, a manutenção dos alicerces de competência, relacionamento e autonomia do indivíduo são fundamentais para o enfrentamento adaptativo.

Certamente os estudos empíricos na área da Psicologia serão necessários para avaliar os impactos a curto, médio e longo prazo. Estudos futuros prospectivo- longitudinais, e especialmente estudos do coorte de 2020 e intergeracionais, serão essenciais para entender de forma aprofundada os impactos em diferentes áreas do desenvolvimento das crianças expostas ao momento histórico da pandemia do COVID-19. Esta se

caracteriza por ser grande evento estressor que desencadeia caos nos ambientes, especialmente em famílias vulneráveis cujos nichos desenvolvimentais previamente já apresentavam nível elevado de adversidades. Nesse sentido, analisar as variáveis moderadoras, considerando como exemplo variáveis sociodemográficas, temperamento da criança e dos cuidadores e saúde mental materna, serão necessárias para entender o efeito diferencial do evento estressor da pandemia nos desfechos de saúde mental das crianças. Será necessário avaliar os impactos na saúde física e mental, associado a uma análise criteriosa do contexto de funcionamento dos serviços de suporte educacional, de saúde, de assistência social e apoio ao exercício da cidadania, no momento da pandemia. Finalizando, a epidemia passará, porém, o desenvolvimento da criança continua e precisa ser protegido. Portanto, será preciso avaliar os impactos da pandemia no desenvolvimento das crianças e de medidas preventivas para mitigar os potenciais efeitos negativos e sequelas no desenvolvimento.

### Contribuição

Ambas as autoras participaram da concepção do artigo, redação e revisão da versão final do artigo.

### Referências

- Barroso, R. G., & Machado, C. (2015). Definições, dimensões e determinantes da parentalidade. In G. A. Pluciennik, M. C. Lazzari, & M. F. Chicaro (Orgs.), *Fundamentos da família como promotora do desenvolvimento infantil: parentalidade em foco* (pp.6-32). São Paulo: FMCSV.
- Branco, M. S. S., & Linhares, M. B. M. (2018). The toxic stress and its impact on development in the Shonkoff's Ecobiodevelopmental theoretical approach. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 35(1), 89-98. <http://doi.org/10.1590/1982-02752018000100009>
- Bronfenbrenner, U. (2011). *Bioecologia do desenvolvimento humano: tornando os seres humanos mais humanos*. Porto Alegre: Artmed
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., S 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*, 395, 912-20. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Center for Disease Control and Prevention. (2020). *Mental health and coping during COVID-19*. Atlanta: Author. Retrieved from <http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>
- Clark, H., Coll-Seck, A. M., Banerjee, A., Peterson, S., Dalglish, S. L., Ameratunga, S. ... Costello, A. (2020). A future for the world's children? A WHO-UNICEF-Lancet Commission. *The Lancet*, 395, 605-658. [http://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)32540-1](http://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)32540-1)
- Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., ... McDonald, K. (2020). Parenting in a time of COVID-19. *The Lancet*, 395(11), e64. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30736-4](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30736-4)
- Diamond, A. (2013). Executive function. *Annual Review of Psychology*, 64, 135-168. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Evans, G. W., & Wachs, T. D. (2010) *Chaos and its influence on children's development: an ecological perspective*. Washington: American Psychological Association.
- Fórum Brasileiro de Segurança Pública. (2020). *Violência doméstica durante pandemia de COVID-19*. São Paulo: Autor. Recuperado de [http://forumseguranca.org.br/publicacoes\\_posts/violencia-domestica-durante-pandemia-de-covid-19/](http://forumseguranca.org.br/publicacoes_posts/violencia-domestica-durante-pandemia-de-covid-19/)
- Garner, A. S., Shonkoff, J. P., Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., McGuinn, L., ... Wood, D. L. (2012). Early childhood adversity, toxic stress, and the role of the pediatrician: translating science into lifelong health. *Pediatrics*, 129(1), 224-231. <http://doi.org/10.1542/peds.2011-2662>
- Goodman, J. L., & Borio, L. (2020). Finding effective treatments for COVID-19 scientific integrity and public confidence in a time of crisis. *Journal of American Medical Association*, 16(4), e1-e2. <http://doi.org/10.1001/jama.2020.6434>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., .... Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 15, 1-14. [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, 264-266 <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- Klein, T. P., Devoe, E. R., & Miranda-Julian, C. (2009). Young children's responses to september 11th: the New York city experience. *Infant Mental Health Journal*, 30(1), 1-22. <http://dx.doi.org/10.1002/imhj.20200>
- Kousky, C. (2016). Impacts of natural disasters on children. *Future of Children*, 26(1), 73-92. Retrieved from <http://www.futureofchildren.org>
- Liang, T. (2020). *Zhejiang University School of Medicine. Handbook of COVID-19: prevention and treatment*. Paris: UNESCO. Retrieved from <http://www.zju.edu.cn/english/2020/0323/c19573a1987520/page.htm>
- Linhares, M. B. M. (2015). Família e desenvolvimento na primeira infância: processo de autorregulação, resiliência e socialização de crianças pequenas. In G. A. Pluciennik, M. C. Lazzari, & M. F. Chicaro (Orgs.), *Fundamentos da família como promotora do desenvolvimento infantil: parentalidade em foco* (pp.70-82). São Paulo: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal.
- 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. <http://doi.org/10.1590/0103-166X2015000200012>
- Madigan, S., Cyr, C., Eirich, R., Fearon, R. M. P., Ly, A., Rash, C., ... Alink, L. R. A. (2019). Testing the cycle of maltreatment hypothesis: meta-analytic evidence of the intergenerational transmission of child maltreatment. *Developmental Psychopathology*, 31, 23-51. <http://doi.org/10.1017/S0954579418001700>
- Maia, B. M. M. R., & Dias, P. C. A. (2020). Ansiedade, depressão e stress em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 37, e200067. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Moratori, P., & Ciacchini, R. (2020). Children and the COVID-19 transition: psychological reflections and suggestions on adapting to the emergency. *Clinical Neuropsychiatry*, 17(2), 131-134. <https://doi.org/10.36131/CN20200219>
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2020, 11 de março). *OMS afirma que COVID-19 é agora caracterizada como pandemia*. Washington: Author. Recuperado de [http://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6120:oms-afirma-que-covid-19-e-agora-caracterizada-como-pandemia&Itemid=812](http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6120:oms-afirma-que-covid-19-e-agora-caracterizada-como-pandemia&Itemid=812)
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235. <http://dx.doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Parenting for Lifelong Healthy. (2020). *COVID-19 24/7 parenting: proven tips and activities for all ages*. Oxford: Author. Retreived from <http://www.covid19parenting.com/home-1>
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33, e100213. <http://dx.doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Rothbart, M. K., Sheese, B., & Posner, M. I. (2007). Executive attention and effortful control: Linking temperament, brain networks, and genes. *Child Development Perspectives*, 1, 2-7. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00002.x>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York: The Guilford Press.
- Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., McGuinn, L., ... Wood, D. L. (2012a). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), 232-246. <http://dx.doi.org/10.1542/peds.2011-2663>
- Shonkoff, J. P., Richter, L., van der Gaag, J., & Bhutta, Z. A. (2012b). An integrated scientific framework for child survival and early childhood development. *Pediatrics*, 129(2), 460-472. <http://doi.org/10.1542/peds.2011-0366>
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2016). *The development of coping: stress, neurophysiology, social relationships, and resilience during childhood and adolescence*. New York: Springer.
- Slopen, N., McLaughlin, K. A., & Shonkoff, J. P. (2014). Interventions to improve cortisol regulation in children: a systematic review. *Pediatrics*, 133(2), 312-326. <http://doi.org/10.1542/peds.2013-1632>
- Sociedade Brasileira de Pediatria (2020, 11 de fevereiro). *SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital*. Rio de Janeiro: Autor. Recuperado de <http://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/>
- van Bavel, J. J., Boggio, P. S., Capraro, V., Cichocka, A., Cikara, M., Crockett, M. J., ... Willer, R. (2020). Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response. *Nature Human Behavior*, 4, 460-471. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z>



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. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)

Zimmermann, P., & Curtis, N. (2020). Coronavirus infections in children including COVID-19: an overview of the epidemiology, clinical features, diagnosis, treatment and prevention options in children. *Pediatric Infectious Disease Journal*, 39, 355-368. <http://dx.doi.org/10.1097/INF.0000000000002660>

Recebido: abril 30, 2020

Versão Final: maio 21, 2020

Aprovado: maio 22, 2020