



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Afonso Andrade Guedes Romão de Sousa

A PANDEMIA E A SAÚDE MENTAL DAS CRIANÇAS

PREPARAÇÃO DE UM ESTUDO

**Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado em Sociologia, orientado pelo
Professor Doutor Daniel Neves Costa, apresentado à Faculdade de Economia
da Universidade de Coimbra**

Julho de 2022

Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra

A PANDEMIA E SAÚDE MENTAL DAS CRIANÇAS

Preparação de um estudo

Afonso Andrade Guedes Romão de Sousa

*Relatório de Estágio Curricular de Mestrado em Sociologia orientado pelo Professor
Doutor Daniel Neves Costa, apresentado à Faculdade de Economia da Universidade de
Coimbra.*

Julho de 2022

1 2 9 0



UNIVERSIDADE DE
COIMBRA

Agradecimentos

Gostaria de agradecer à minha família – aquela em que nasci e aquela que escolhi – pelo seu apoio, amor e incentivo em todos os momentos, incluindo aqueles de maior incerteza, ao Professor Daniel Neves Costa pela sua ajuda constante e inexcedível trato pessoal, à Professora Paula Abreu pela sua paciência e confiança inesgotáveis, à Rede Europeia Anti-Pobreza (EAPN Portugal) pela diligência com que acolheu este estágio e o orientou na sua fase inicial. Finalmente, gostaria de agradecer a todos os funcionários que compõem a rede de Bibliotecas da Universidade de Coimbra.

Resumo

O presente relatório pretende dar conta de um estágio curricular realizado no âmbito de um estudo executado pela Rede Europeia Anti-Pobreza (EAPN Portugal). Este consistiu na documentação e análise das consequências da pandemia COVID-19, particularmente do confinamento vivido durante os primeiros meses do ano de 2020 na saúde das crianças em idade escolar, com ênfase na sua saúde mental. A realização deste estágio, nos primeiros meses do ano de 2021, foi condicionada pela situação vivida neste período, que o orientou para um trabalho teórico e bibliográfico.

O estudo pretendeu contribuir para a crescente literatura relativa aos impactos da pandemia de COVID-19 ao nível da saúde mental, privilegiando a análise de um setor demográfico que, embora menos afetado ao nível das complicações de saúde e de doença agravada, se encontra numa situação especial por sofrer as privações inerentes ao combate à pandemia numa época particularmente vulnerável das suas vidas: os seus anos formativos. Este estudo baseia-se em testemunhos de crianças em idade escolar, obtidos através da realização de focus groups pelo território nacional.

O presente trabalho apresenta uma síntese alargada da revisão da literatura sobre a temática do estudo. De seguida, apresenta e discute o contexto empírico de implementação do estudo. tal permitiu dar conta das dinâmicas de pesquisa nas ciências sociais, marcadas pela confrontação, no terreno empírico, com contingências variadas e a necessidade de encontrar soluções adequadas, que por vezes alteram elementos variados do desenho inicial dos projetos de pesquisa. O relatório conclui com uma reflexão sobre os contributos e aprendizagens realizadas no decorrer do estágio.

Os resultados do estudo deverão ser publicados no decorrer de 2022, encontrando-se em fase de redação e tratamento da informação à época da redação deste relatório.

Palavras-chave: *pandemia, saúde mental, confinamento, crianças*

Abstract

The document in hand is an account of a curricular internship carried out in the context of a study planned and developed by the EAPN Portugal network. This study consisted in documenting and analyzing the consequences of the COVID-19 pandemic, particularly as the lockdown experienced in the early months of the year 2020 is concerned, on school-aged children's health, emphasizing mental health. The completion of this internship was deeply conditioned by the pandemic situation in the first half of 2021, which oriented it toward a theoretical contribution to the study, as opposed to field work.

This study aims to contribute to the growing body of literature concerning the impact of the aforementioned pandemic on mental health, prioritizing a demographic which, despite being at a reduced risk of severe illness and health complications, is faced with the deprivations inherent to the preventative measures implemented in the struggle against the virus at a particularly vulnerable stage in its life: its formative years. This study was based on the testimonies of school-aged children, obtained through a series of groups conducted throughout the country.

This document presents, in synthetic form, the literature review conducted on this theme, whilst discussing the empirical context of the elaboration of the study. Such a context allowed for a deeper understanding of the dynamics of social science research as confronted by the various contingencies presented by the field itself, as well as the need to settle upon adequate solutions in response to these, sometimes radically altering several elements of the initial research project..

In closing, this report includes reflections on the skills acquired in the course of the internship. The results of this study, currently being prepared, will be published in 2022.

Keywords: *pandemic, mental health, lockdown, children*

Índice

Agradecimentos	i
Resumo	ii
Abstract.....	iii
Índice	iv
Introdução.....	1
2. A Rede Europeia Anti-Pobreza	3
2.1. Os objectivos fundamentais da EAPN.....	3
2.2. Principais atividades	4
2.2.1. Poverty Watch	4
2.2.2. Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza	7
3. Descrição do estudo.....	9
4. Plano de estágio	12
5. O contexto e o contributo do estudo da EAPN.....	16
5.1 A pandemia enquanto momento político.....	16
5.2. Os riscos representados pela pandemia para a saúde mental.....	19
5.3 Pandemia e saúde infantil	22
5.4. O contexto doméstico e a sua importância	24
5.5 O stress e a parentalidade	28
6. Análise crítica: contributos e aprendizagens	32
7. Bibliografia.....	38

Introdução

O estágio curricular a que este relatório se refere desenvolve-se no âmbito de um estudo planeado e executado pela Rede Europeia Anti-Pobreza (EAPN Portugal). Este consistiu na documentação e análise das consequências da pandemia COVID-19, particularmente do confinamento vivido durante os primeiros meses do ano de 2020 na saúde das crianças em idade escolar, com ênfase na sua saúde mental. O estudo pretendeu contribuir para a crescente literatura relativa aos impactos da pandemia de COVID-19 ao nível da saúde mental, privilegiando a análise de um setor demográfico que, embora menos afetado ao nível das complicações de saúde e de doença agravada, se encontra numa situação especial por sofrer as privações inerentes ao combate à pandemia numa época particularmente vulnerável das suas vidas: os seus anos formativos. Este estudo deverá ser publicado nos primeiros meses do ano de 2022, encontrando-se em fase de redação e tratamento da informação à época da redação deste relatório.

Num primeiro momento, procuraremos fazer uma breve caracterização da instituição anfitriã, a Rede Europeia Anti-Pobreza, referindo a sua estrutura, algumas características marcantes daquela que tem sido a sua atuação ao longo das últimas três décadas e algumas das suas atividades teóricas e práticas. Esta caracterização tem por objetivo clarificar a inserção do estagiário no âmbito do projeto desenvolvido e a forma como este se relaciona com os objetivos gerais da instituição.

No capítulo seguinte será feita uma descrição do estudo nas suas particularidades, nos seus objetivos e na concretização dos seus trabalhos, incluindo as alterações metodológicas a que se viu sujeito e algumas explicações relativas às escolhas efetuadas neste sentido. Este capítulo incluirá uma breve descrição dos procedimentos planeados durante o período de estágio, mas efetuados posteriormente, de forma a dar-lhe continuidade.

Posteriormente, descreveremos a forma como o estágio se relacionou com o desenvolvimento do próprio estudo, naquelas que foram as tarefas que lhe foram atribuídas e a forma como as alterações verificadas em relação ao esboço inicial do estágio refletiram

as alterações que afetaram o estudo na sua totalidade, reclamando outro tipo de participação, num contributo teórico e de pesquisa.

O quinto capítulo deste relatório apresentará uma revisão da literatura que contextualiza o estudo da EAPN ao apresentar um panorama bibliográfico do conhecimento disponibilizado sobre a pandemia, sobretudo ao nível das ciências sociais e, particularmente, das áreas da psicologia, tendo sido este o foco último da pesquisa da EAPN. Ao mesmo tempo, esta revisão da literatura explicitará partes fundamentais do contributo do estagiário na sua atividade de pesquisador.

Finalmente, o trabalho desenvolvido no âmbito do estágio e do estudo para que ele se destinou a contribuir, de que o relatório no seu conjunto pretenderá fornecer uma visão detalhada e compreensível, será sujeito a uma avaliação crítica. Esta avaliação será referente, por um lado, à forma como a participação do estagiário influenciou na elaboração do estudo e da sua pesquisa fundamental e, por outro, às aprendizagens retiradas desta experiência no seu propósito de estágio curricular referente a um Mestrado na área de Sociologia. Neste sentido, propomos uma breve reflexão sobre a invulgaridade do estágio empreendido e a forma como esta o dotou de potencialidades diversas.

2. A Rede Europeia Anti-Pobreza

Criada em 1990 após a observação do aumento do número de pessoas em situação de extrema pobreza na então Comunidade Económica Europeia, de 44 milhões de pessoas abaixo do limiar da pobreza em 1985 para 53 milhões em 1990, a Rede Europeia Anti-Pobreza nasce de uma iniciativa da Comissão Europeia. É uma coligação independente de organizações não-governamentais e grupos empenhados no combate à pobreza e exclusão social. É constituída por 31 redes nacionais e uma vasta gama de organizações europeias na qual se incluem a Caritas Europa, a Federação Europeia de Bancos Alimentares, a Eurochild, a Federação Europeia das Organizações Nacionais que trabalham com Sem-Abrigo (FEANTSA), a EURODIACONIA, a Rede Europeia Contra o Racismo, Federação Europeia para as Crianças de Rua e a Federação Internacional de Assistentes Sociais. Tem estatuto de Organização Não-Governamental para o Desenvolvimento (ONGD). A rede nacional portuguesa é constituída por 18 núcleos distritais e tem sede na cidade do Porto.

2.1. Os objectivos fundamentais da EAPN

A EAPN assume como objetivo essencial a construção de uma sociedade mais solidária e igualitária, quer no plano económico, quer no plano social, tomando a Declaração Universal dos Direitos Humanos como referência no que se refere ao direito a uma vida digna e à cidadania plena -"informada, participada e inclusiva" -, na qual se integram o exercício das liberdades políticas, culturais e pessoais, mas também o acesso à informação, à educação e aos cuidados médicos.

A EAPN Portugal dirige os seus esforços sobretudo ao estudo dos fenómenos de pobreza e exclusão social na realidade portuguesa, mantendo a articulação com o contexto europeu em que a organização atua. Através da sua produção analítica e da promoção de estratégias de desenvolvimento, a EAPN pretende contribuir para a valorização política do combate às desigualdades socioeconómicas e de erradicação da pobreza extrema (por exemplo, EAPN Portugal, 2017; EAPN, 2019; EAPN, 2020).

Através da apresentação neste documento do trabalho desenvolvido pela EAPN Portugal, cremos ser possível uma apreciação geral da missão e objetivos da organização, e dos seus principais focos de atuação, bem como uma clarificação da forma como a sua

ambição interdisciplinar na produção documental-analítica torna pertinente a colaboração de um sociólogo, permitindo, por exemplo, uma maior consistência metodológica da literatura produzida.

No que se refere ao conteúdo da literatura produzida ou patrocinada pela instituição, procuraremos evidenciar os seus conceitos fundamentais, e destacar a visão multidimensional da pobreza enquanto fenómeno social, político e cultural para além da sua premissa diretamente económica, assim como as noções de inclusão e exclusão social como expressão de uma dinâmica social “dentro-fora” (contraposta à dinâmica “alto-baixo” relativa à pobreza material) cujas condições são elas mesmas multidimensionais.

2.2. Principais atividades

A EAPN faz e promove a monitorização da evolução dos fenómenos da pobreza e da exclusão social procurando, por um lado, oferecer visibilidade às manifestações destes fenómenos na realidade portuguesa e europeia e, por outro lado, fazer algumas recomendações políticas e estratégicas para a resolução de problemas centrais. Este capítulo dará conta, essencialmente, de dois focos da atividade da EAPN, o relatório anual *Poverty Watch* e o acervo constituído pelo *Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza*. Para além da literatura que produz, a EAPN tem uma longa e consistente atividade política, quer nos seus contributos para a formulação de uma estratégia nacional de combate à pobreza e à exclusão social, quer na colaboração que desenvolve com diversos organismos locais e cívicos na consciencialização e intervenção nos problemas socioeconómicos documentados.

2.2.1. Poverty Watch

A organização publica anualmente o relatório *Poverty Watch*, que serve a dupla função de representar crítica e analiticamente as situações de exclusão social e pobreza em

Portugal e de refletir sobre a eficácia de políticas implementadas, apresentando recomendações alternativas.

Uma particularidade do *Poverty Watch* reside no papel central que os testemunhos dos próprios sujeitos de análise assumem na elaboração do relatório. Os relatórios do *Poverty Watch* valorizam a voz das próprias pessoas em situação de pobreza e as suas perspetivas e experiências na formulação das recomendações políticas. Desse modo, o *Poverty Watch* assume uma função de sensibilização pública e de mobilização política, ao mesmo tempo que o seu carácter documental lhe permite apresentar dados objetivos, científicos acerca do fenómeno da pobreza.

O *Poverty Watch 2020*, o mais recente à data da redação deste documento, assumiu como objetivo o estudo aprofundado dos impactos da COVID-19, tanto numa dimensão mais imediata, como no que se refere àqueles que se estimam ser os efeitos mais prolongados da pandemia. O documento expressa igualmente uma preocupação com a projeção de caminhos de recuperação económica e social cuja intervenção privilegie a luta contra a pobreza da forma mais inclusiva possível.

É nesta edição do *Poverty Watch* que a discussão dos conceitos de pobreza e de exclusão social aparece discutida de forma mais direta. Para tal, retoma o conceito de pobreza numa formulação multidimensional e relaciona-a com um conjunto de privações pessoais e sociais que se manifestam para além do plano estritamente económico (EAPN, 2020:4). Esta publicação recupera a definição estabelecida nos EAPN Explainers (EAPN UK, 2019; EAPN, 2014), documentos de cariz explicativo e de referência conceptual, em que a noção de pobreza é retratada de forma mais completa enquanto fenómeno multidimensional.

Assim, a pobreza é experienciada não apenas como mera insuficiência monetária periódica ou prolongada, embora esta seja uma das suas condições materiais mais importantes, mas como um fenómeno caracterizado por um conjunto mais alargado de carências, tais como a privação de experiências, oportunidades ou serviços cujo usufruto é assumido como normal para a generalidade da sociedade, isto é, para todas os grupos sociais que não se encontram em situação de pobreza. Estas experiências surgem relacionadas com o desemprego e com a falta de recursos financeiros, mas igualmente com a falta de acesso a educação e cuidados de saúde adequados, a falta de condições de

habitação, a falta de apoio familiar (muitas vezes devida a uma estrutura familiar pouco robusta ou coesa) e, em última instância, à falta de integração social, efeito cumulativo de todas estas condições, assim como os fenómenos de estigmatização, discriminação e isolamento que daí advêm (EAPN, 2020: II). O efeito prolongado destas adversidades, em casos de pobreza profunda ou persistente, é por sua vez conducente a um enfraquecimento do bem-estar físico e mental das pessoas e do seu sentido de resiliência, acentuando as condições que perpetuam a pobreza e o isolamento. Uma abordagem multidimensional da pobreza permite uma descrição dos impactos diretos e indiretos da experiência da pobreza na vida das pessoas a diferentes níveis.

Por sua vez, o conceito de exclusão social encerra também um processo complexo e multidimensional que se relaciona com o fenómeno da pobreza, mas cujos processos contêm alguma especificidade, merecendo, portanto, ser examinados separadamente. Inicialmente utilizado para designar uma preocupação de carácter laboral—nomeadamente, a falta de proteção social oferecida a pessoas em situação de desemprego prolongado e situações de emprego informal, resultante de falhas observadas nos sistemas de segurança social de vários Estados-membros da União Europeia —, este conceito diz respeito à relação das pessoas entre si numa sociedade.

Aqui, como de resto acontece com a noção de pobreza, há uma diferenciação entre a exclusão absoluta e relativa: esta distinção passa pela fragilização gradual de laços sociais, do enfraquecimento à ruptura total (*idem*: II-III). Tal como é entendida pela EAPN, a exclusão social é criada por condições inseridas em três dimensões. São elas o Estado, a família/comunidade e o mercado. No que se refere ao Estado, estão em causa sobretudo as suas funções sociais, ou seja, a proteção e a assistência social. Por outro lado, a dimensão do mercado se centra no mercado de trabalho e na inserção dos indivíduos nele. Para além destas dimensões político-económicas, os vínculos familiares e a estrutura comunitária têm um papel fundamental enquanto pilares pessoais e sociais, constituindo o seu “esgotamento” também um risco significativo de exclusão. Trata-se de uma dinâmica “dentro-fora” que espelha o contraste “alto-baixo” da conceção de pobreza supracitada, referindo-se esta à posição relativa no seio de uma sociedade e aquela à inclusão ou exclusão na própria sociedade, planos inter-relacionadas, mas com implicações específicas.

Subjacente a toda a produção documental e ao próprio compromisso da instituição com a luta pela erradicação da pobreza está a ideia de que a pobreza não corresponde a

uma inevitabilidade, mas a uma consequência de opções políticas deliberadas com consequências também elas desiguais no seu impacto, destacando-se, pelo risco agravado que se lhes associa,

as crianças, as mulheres, as famílias monoparentais, as pessoas jovens com idades entre os 18-24; pessoas com baixas qualificações, pessoas portadoras de deficiência, alguns grupos étnicos minoritários em particular as pessoas ciganas, as pessoas refugiadas e requerentes de asilo, as pessoas migrantes de países fora da UE e as pessoas nacionais de um país da UE a viver noutra, pessoas reformadas com pensões baixas, trabalhadores com contratos precários ou com baixos salários (EAPN, 2020: 5).

A característica mais marcante do relatório de 2020 reside na centralidade assumida pelos impactos da crise pandémica COVID-19 nos problemas estruturais da pobreza, cujos impactos são abordados tanto naquilo que concerne os desafios que esta crise impõe às entidades de economia social—particularmente, as dificuldades a ter em conta na formulação de uma estratégia para o futuro—como no seu impacto direto sobre as pessoas em situação de pobreza.

Segundo os resultados de um inquérito circulado por investigadoras da EAPN junto das entidades ligadas à economia social, o impacto da pandemia tem-se feito sentir de forma assinalável sobretudo junto das mulheres e dos idosos. A área que reuniu maior consenso entre as organizações inquiridas foi a área do emprego e das condições materiais, assim como os fenómenos da solidão e da fragilização da saúde mental (EAPN, 2020: 13). Este inquérito foi, no entanto, alvo de críticas pelo enviesamento derivado da composição dos inquiridos e da falta de controlo na sua amostra (Diogo, 2020: 182).

2.2.2. Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza

Um projeto mais recente da EAPN foi a criação do Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza. Este observatório assume como objetivos fundamentais a compilação de dados científicos ou estatísticos relativos às diferentes dimensões da pobreza e da exclusão social na sociedade portuguesa. O observatório procura não apenas documentá-los, mas igualmente estudar os processos que originam a sua reprodução com vista a delinear uma visão crítica sobre as estratégias implementadas na luta contra a pobreza (Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza, 2020).

De entre as publicações disponibilizadas, destacamos o manual de metodologia relativo à produção das estatísticas comunitárias que figuram na documentação produzida pela EAPN de maneira geral.

É aqui que se apresenta a base científica-metodológica do conceito de pobreza utilizado na produção teórica da EAPN e do Observatório enquanto seu projeto filial, conceito não isento de alguma controvérsia e alvo de críticas por parte de cientistas sociais. No cálculo necessário para a determinação do número de pessoas em situação de pobreza, a EAPN serve-se do Agregado Doméstico Privado enquanto base de cálculo da taxa de pobreza. Este indicador, utilizado pelo INE, envolve a recolha de rendimentos do agregado e a sua subsequente individualização de acordo de acordo com a escala modificada da OCDE - Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (ONLCP, 2019: 5-6). Neste caso, gera-se a possibilidade de um indivíduo com um rendimento que o coloca acima do limiar da pobreza se encontrar na verdade, após a soma ao conjunto de rendimentos da sua família e consequentemente individualizado, numa situação de pobreza, apesar do seu ordenado. Para além disto, a própria base de cálculo do limiar da pobreza, correspondendo à mediana do rendimento nacional, leva a que esta não reflita sempre a amplitude do agravamento da pobreza, dado o facto de esta mediana descer em situações de crise económica e social (Diogo, 2020: 186-187).

3. Descrição do estudo

O estágio curricular a desenvolveu-se no âmbito de um estudo planeado e executado pela Rede Europeia Anti-Pobreza (EAPN Portugal). Este consistiu, fundamentalmente, na documentação e análise das consequências da pandemia COVID-19, no período de confinamento vivido entre 18 de março a 2 de maio de 2020, na saúde das crianças em idade escolar, com ênfase na sua saúde mental. A instituição tinha já versado o tema da pandemia em publicações anteriores, como o relatório Poverty Watch 2020 e algumas publicações do Observatório Nacional da Luta Contra a Pobreza. Todavia, neles prevaleceu a questão sócio-económica da pobreza e as suas consequências sobre o tecido social do país. Como procuraremos explicitar mais adiante, não era evidente, aquando do começo do estudo e do levantamento bibliográfico que lhe serve de base teórica, o tema da psicologia e da saúde mental das crianças enquanto elemento orientador. Numa primeira fase, as questões económicas e políticas foram discutidas enquanto elementos orientadores do estudo.

Na senda do trabalho já desenvolvido pela EAPN, e em conformidade com os objetivos declarados pela instituição, o estudo tinha como propósito, para além da produção e compilação de conhecimento relevante acerca do fenómeno, a formulação de recomendações de carácter político a inserir na estratégia de combate à pandemia no que diz respeito aos aspetos socioeconómicos, educativos, laborais, familiares e comunitários, privilegiando esta perspetiva sobre aquela que de algum modo dominava, e domina ainda, o discurso produzido em torno do fenómeno pandémico, onde primavam as preocupações económicas e institucionais. Desta literatura destaca-se, no entanto, a documentação dos impactos e implicações futuras da crise económica desencadeada pelas restrições impostas pelo plano de contingência. Esta preocupação surge destacada, enquanto tema relevante, na medida em que permitia observar as consequências últimas destas conjunturas excecionais sobre as comunidades, as famílias e o tecido social

A literatura científica publicada desde o início da pandemia, em que se assistiu a uma espantosa profusão quantitativa e qualitativa, constituiu um contributo inestimável para o levantamento bibliográfico do estudo, sobretudo pela clarificação que permitiu naquilo que respeita às questões médicas associadas. Estas encontram-se na base de uma grande quantidade de fenómenos que, difundidos, se constituem em problemas sociais de

grande relevo e pertinência, como é o caso da generalização de quadros clínicos depressivos entre as crianças ou do fenómeno do burnout parental. Deste modo, permitiram um enquadramento social destes fenómenos e da sua significação política e, em última instância, humanística, enriquecendo de forma substancial o retrato sociológico da pandemia COVID-19

O estágio oferecido pela EAPN Portugal num primeiro contacto com a Faculdade de Economia surge através da solicitação da colaboração de um mestrando em Sociologia com o objetivo de auxiliar na construção bibliográfica e no enquadramento teórico do estudo a empreender. Tratava-se de um contacto direto com a Rede Nacional sediada na cidade do Porto, sendo este o local indicado para o cumprimento do estágio, pressupondo ainda a possibilidade da participação em trabalho de campo quando possível e da recolha de informação *in loco*. No entanto, o evoluir da situação pandémica e o decretar de um novo período de confinamento em janeiro de 2021, pouco após o contacto inicial entre estagiário e instituição, bem como as alterações cronológicas que este período impôs ao esquema inicial do estudo, conduziram à não realização do trabalho do estagiário no regime acordado e à alteração substancial do estágio na instituição. Tal iremos discutir com maior detalhe mais adiante.

Dado este contacto com a instituição, e tendo a cidade do Porto sido designada como o local de estágio, os contactos essenciais do estagiário com a instituição realizaram-se através da Dra Paula Cruz e Dra Fátima Veiga, do Departamento de Investigação e Projetos, e da Dra Elizabeth Santos e Dra Cátia Santos, do Observatório Nacional da Luta Contra a Pobreza, pertencentes à equipa da EAPN Porto (Sede) e investigadoras responsáveis pela condução do estudo. A realização do estudo pressupôs desde o início, no entanto, a colaboração da totalidade dos núcleos que compõem a Rede Nacional, isto é, os dezoito núcleos distritais relativos a Portugal Continental e o núcleo da região autónoma da Madeira, tendo o percurso do estágio permitido a observação da preparação, não só do próprio estudo, dos primeiros passos para a coordenação de atividades entre os diversos núcleos, bem como as opções metodológicas para a recolha e tratamento de informação ao longo das suas fases. Entre os objetivos iniciais do trabalho contava-se igualmente a contratação de um consultor, cuja colaboração foi efetivamente garantida.

A fase inicial do estudo, bem como da estabilização dos seus elementos fundamentais, é marcada por uma grande incerteza no que respeita à exequibilidade de

alguns procedimentos tidos como indispensáveis para o projeto. Deles, destacamos os procedimentos técnicos de método para a recolha de informação como os *focus groups* planeados com o objetivo da recolha dos depoimentos das crianças em idade escolar, componente central, como explicitaremos, do projeto. A incerteza era de natureza dupla: se, por um lado, se punha a questão da disponibilidade física e da mobilidade, severamente limitadas pelo dever de recolhimento domiciliário refletido no estado de emergência em que se encontrava o território nacional neste período, o problema do planeamento temporal ou cronológico impunha também uma série de constrangimentos, dificultando o recrutamento das crianças para as entrevistas. O recrutamento seria feito preferencialmente através das escolas públicas. No entanto, dado o atraso a que as atividades foram necessariamente sujeitas, as escolas encontrar-se-iam encerradas e os seus alunos a usufruir de férias escolares na altura em que se punha a possibilidade do levantamento das restrições do plano de contingência, como de facto se verificou ao serem estas gradualmente afrouxadas a partir de Maio de 2021. Tal afrouxamento permitiu a realização dos mesmos.

Finalmente, os *focus groups* contaram com a participação de crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 12 anos. Esta escolha foi motivada, por um lado, pela existência relativamente abundante de trabalhos, concluídos ou em curso, focados nas faixas etárias mais elevadas em detrimento das crianças desta faixa etária e, por outro, pela impossibilidade de abranger as crianças até aos 18 anos pelos constrangimentos temporais e logísticos impostos ao trabalho. No recrutamento das crianças participantes, a EAPN utilizou-se das suas relações de proximidade e cooperação com diferentes entidades, quer do Terceiro Sector - isto é, do conjunto constituído por organizações e associações cívicas sem fins lucrativos -, quer do sector público, o que permitiu uma identificação eficaz e abrangente dos intervenientes. Foram considerados fatores relevantes para a composição da amostra a clivagem rural-urbano, a igualdade género, a diversidade étnica e cultural e a desigual distribuição dos efeitos da pandemia pautada por estes fatores e, em menor grau, a situação socioeconómica - problema posto em discussão, mas não tomado como princípio orientador da identificação dos participantes. De resto, a presença territorial da EAPN em parceria com organizações interventivas a este nível permitiu-lhe alcançar as crianças nesta situação sem que para isso fosse necessário um esforço adicional. Foram realizados, portanto, 44 *focus groups* e 2 entrevistas.

4. Plano de estágio

Descrever a experiência de estágio, especialmente nos seus aspetos quotidianos, tendo este sido desempenhado nos moldes impostos pela crise pandémica da COVID-19 dos anos de 2020 e 2021 afigura-se-nos uma tarefa desafiante. As limitações conhecidas sobre a atividade social, com destaque para a vida académica e laboral, conferiram a este estágio particularmente devido ao seu carácter investigativo aliado à modalidade prática do trabalho de campo, uma série de particularidades que procuraremos explicitar. Assim, iremos recapitular alguns elementos e relacioná-los com o trabalho empreendido.

No que diz respeito à opção pelo regime de estágio enquanto via de conclusão do Mestrado em Sociologia, será porventura oportuna uma breve explicação, de que a posterior enumeração das aprendizagens efetuadas durante esta experiência dará testemunho. Em primeiro lugar, esta escolha foi motivada pelo desejo de uma aprendizagem prática da sociologia e da investigação sociológica enquanto processo concreto. Por outro lado, o contacto direto com o mundo profissional proporcionado ao estagiário por esta via de conclusão do Mestrado apresenta-se como a opção mais adequada tendo em conta que o conhecimento sociológico adquirido se vê inserido num projeto em curso para cuja colaboração se deve orientar. Também neste sentido são visíveis as vantagens da opção prática ou da via profissionalizante escolhida, uma vez que as diversas situações com que o estagiário se deparou lhe suscitaram respostas variadas e a aquisição de competências pela experiência diferentes daquelas que lhe seriam solicitadas num âmbito puramente teórico ou de investigação .

A situação pandémica vivida durante os primeiros meses de 2021, e as medidas impostas de recolher domiciliário ou confinamento, representaram um conjunto de contingências que impuseram à experiência de estágio características de certo modo peculiares, para além das mudanças verificadas ao nível do cronograma do próprio estudo no qual o estágio se insere.

Impossibilitado de desenvolver presencialmente o trabalho requerido e, dada a incerteza temporal gerada pelo contexto epidemiológico, de participar de forma próxima no trabalho de campo, as tarefas de que fui encarregado consistiram no levantamento, revisão e seleção de material bibliográfico. O objetivo destas tarefas seria a contribuição para o enquadramento teórico do estudo dos impactos da pandemia na saúde mental das crianças portuguesas, fornecendo, material bibliográfico útil à interpretação dos dados recolhidos e à sua inserção na crescente literatura produzida em torno deste tema, quer a nível nacional quer internacional.

O regime de trabalho adotado caracterizou-se pela flexibilidade horária conferida ao estagiário, reunindo semanalmente com as investigadoras responsáveis pela coordenação do trabalho para a discussão e seleção de textos no que se referia à sua pertinência, enquadramento, utilidade bibliográfica, etc. A literatura consultada acompanhou a direção geral pretendida para o estudo que, ao longo de algum tempo, se consolidou na centralidade atribuída às questões do stress/neuroinflamação, da parentalidade e da psicologia infantil, bem como às suas eventuais consequências sociais, complementando assim as fases iniciais da recolha bibliográfica, em que a literatura discutida abrangia as temáticas das desigualdades socioeconómicas, questões laborais, impactos económicos e consequências políticas, sem que a área da psicologia e da psiquiatria assumissem ainda primazia ou unificassem estes contributos em seu torno. Estas distintas perspetivas foram sempre incluídas nas análises científicas selecionadas, indicando a impossibilidade de discutir a pandemia, problema epidemiológico mas inerentemente social, na ausência de uma lúcida e abrangente contextualização sociológica.

Para além das reuniões semanais com as investigadoras, foi-me facilitado o contacto com as várias secções constituintes da Rede Nacional através da participação em reuniões virtuais em que se apresentavam todos os núcleos distritais de Portugal Continental, assim como o Núcleo da Região Autónoma da Madeira na pessoa da Dra Licínia Freitas. As reuniões permitiram a definição de uma estratégia global para o trabalho a realizar, o esclarecimento dos objetivos do estudo, fazer face às incertezas relativas ao cronograma inicialmente esboçado e entretanto alterado pela imposição dos confinamentos e as dificuldades de coordenação do trabalho a realizar. A incerteza que permeou todo o período aqui discutido revelou-se particularmente limitadora neste âmbito, impossibilitando os vários núcleos de assumirem um plano de ação concreto durante um período considerável. No entanto, a metodologia do estudo foi definida com sucesso, estabelecendo-se, ainda que sob a indefinição cronológica da sua realização, as técnicas a adotar na recolha e tratamento de dados para a elaboração posterior do estudo.

A metodologia adotada para o tratamento da informação recolhida e elaboração do estudo foi definida como qualitativa, opção que se refletiu nos procedimentos adotados e que se relaciona com o teor da produção científica da EAPN, patente, por exemplo, nos relatórios anuais *Poverty Watch*. No entanto, a opção pela metodologia adotada, no que diz respeito às suas particularidades técnicas, sofreu uma evolução ou maturação. Em conformidade com trabalho já desenvolvido pela EAPN relativo à pandemia na sua fase primordial, as fases iniciais do planeamento deste estudo estipulavam, quanto às suas ferramentas metodológicas, a elaboração de um questionário elucidativo e abrangente. Este procedimento pressupunha a colaboração e orientação dos pais na transmissão de um relato

indireto das condições e impactos da pandemia nas crianças ao nível da saúde mental e do seu quotidiano. De resto, esta via encontra precedentes no trabalho já mencionado, embora para dar conta, sobretudo, do aspecto da pobreza, das desigualdades económicas e do seu agravamento (EAPN, 2020). No entanto, esta orientação rapidamente se mostrou insuficiente para a natureza do relatório que se pretendia coligir. De facto, a natureza documental aliada à natureza dos factos a documentar, isto é, dos malefícios da pandemia tal como estes se manifestaram na vida das crianças, nas suas ansiedades e medos de carácter mais pessoal, explica a necessidade de, obter um testemunho direto das próprias crianças, sujeitos centrais do estudo da EAPN, facilitando um tipo de expressão que um questionário, apesar da sua abrangência ou robustez metodológica, impeliria a minimizar.

Igualmente visada nas reuniões foi a questão do recrutamento das crianças entrevistadas e a melhor forma de obter uma amostra representativa, reduzindo o viés e aumentando a abrangência do estudo. Um problema central foi a imprevisibilidade associada às medidas de segurança impostas pelo combate à pandemia, designadamente os seus impactos sobre o cronograma do trabalho, que, por sua vez, teve consequências na definição da amostra pretendida, uma vez que influenciava os públicos “alcançáveis” e disponíveis (neste caso, punha-se a questão das escolas vs os ATLS e instituições semelhantes). Também aqui se manifestou uma preocupação relativa à possibilidade de realização dos *focus groups* em regime presencial.

No que se refere à contemplação da situação específica das crianças com necessidades educativas especiais no próprio estudo, esta foi considerada durante as fases iniciais de planeamento, tendo sido posteriormente descartada enquanto opção inviável. Dois fatores explicam esta inviabilidade e correspondem à dificuldade do estudo deste grupo no contexto mais geral pela sua especificidade e, por outro lado, ao facto de esta mesma especificidade poder obrigar, em última instância, ao recrutamento de ajuda especializada. Estes fatores complicariam a condução do estudo, não só nas fases de recolha de informação, como também nas fases posteriores de tratamento da mesma, do seu enquadramento com uma qualidade teórica satisfatória, etc. Assim, a população infantil com necessidades educativas especiais não foi destacada da população infantil visada, tendo os seus desafios particulares no contexto do confinamento, no entanto, sido referidos em diversos pontos da bibliografia analisada enquanto segmento demográfico particularmente vulnerável¹.

1 Esta vulnerabilidade está, de resto, articulada com os desafios colocados às estruturas de apoio de âmbito psiquiátrico e psicológico, cujas deficiências infra-estruturais se refletem diretamente na experiência das populações dependentes delas em maior grau.

Durante a tarefa de revisão da literatura para consolidação do enquadramento teórico, e segundo a sugestão das próprias investigadoras, passei a elaborar recensões e fichas de leitura do material visado, partilhadas com a instituição num depósito digital por forma a constituir um repositório de fácil utilização, consulta ou edição. Por este meio me foram igualmente facultados materiais encontrados pela EAPN ao longo das pesquisas das próprias investigadoras e das suas reuniões com outros membros da organização. No que se refere à forma e ao conteúdo destas fichas de leitura, será suficiente dizer que estas almejavam a reprodução do essencial dos textos a que se referiam, procurando, no entanto, aduzir notas críticas aos argumentos veiculados pelos mesmos e sua sintetização num texto facilmente utilizável para o propósito designado, isto é, a sua fruição enquanto material bibliográfico capaz de facilitar o enquadramento teórico do estudo da EAPN.

5. O contexto e o contributo do estudo da EAPN

Para entendermos o principal contributo oferecido por este estudo, será conveniente reportarmo-nos, por um lado, à literatura produzida pela própria EAPN Portugal e, por outro, à literatura existente acerca dos impactos sociais da pandemia COVID-19, e particularmente do regime de obrigatoriedade de recolher domiciliário, ou dever de confinamento, decretado não só em Portugal, como pela generalidade dos países europeus e um pouco por todo o mundo. É importante relembrar que, dada a proximidade temporal ao início da pandemia enquanto fenómeno internacional, e tendo em conta a sua persistência à data da redação deste relatório, a literatura disponível consultada sobre o tema refletirá, naturalmente, um inevitável grau de incerteza e, no caso das publicações descritivas de determinada conjuntura política ou social, a fugacidade inerente a uma análise de um fenómeno ainda em decorrência, cujas consequências mais remotas só ainda vagamente se permitem conhecer.

Esta salvaguarda explica a escassez de estudos longitudinais que abordem o tema dos impactos específicos ao confinamento imposto pela pandemia COVID-19. As circunstâncias concretas da realização deste estudo, menos de dois anos decorridos sobre o acontecimento, assim como o acesso a uma informação que demora ela mesma a revelar-se, como é o caso dos potenciais malefícios prolongados da situação pandémica e do isolamento na saúde mental das crianças, conhecidos talvez apenas na idade adulta, ditam a escassa e pouco consolidada produção científica sobre o fenómeno. É justamente neste sentido que o estudo em discussão procura influir, compilando os testemunhos da própria população infantil como ponto de partida para uma discussão que se apresente, para além do propósito estratégico e normativo, como um documento pertinente a inserir-se na literatura relevante sobre a pandemia.

5.1 A pandemia enquanto momento político

De facto, como já foi esboçado, a literatura existente à data da planificação deste estudo permitia já a recolha de uma quantidade satisfatória de informação em relação a diversos pontos relevantes da experiência comunitária do confinamento e da pandemia em sentido lato. Dela destaca-se, por exemplo, a literatura relativamente extensa em torno das questões laborais e da forma como a situação pandémica agudizou vários problemas nas

relações de trabalho; no que respeita às medidas de segurança e às formas de reinvenção de um ativismo sindical vulnerável² tratando, igualmente, as temáticas ambientais na medida em que se relacionam com a clivagem internacional Norte-Sul (Santos, 2020) e, portanto, com a problemática das desigualdades sociais a nível global. Algumas destas considerações, no entanto, extravasam o momento imediato da sua escrita e vêm a revelar-se relevantes a partir do momento em que o problema mundial da vacinação torna esta discrepância novamente manifesta.

Também a questão da pobreza, na sua dimensão social mais do que estritamente económico, foi alvo de considerável reflexão, (Diogo, 2020; Costa, 2020; EAPN, 2020), exprimindo valiosas linhas orientadoras para a investigação, pese embora o teor especulativo a que este tipo de reflexão, pelas circunstâncias da sua elaboração, não se consegue furtar. A força do seu contributo reside sobretudo na reflexão em torno dos diversos fatores de vulnerabilidade particulares a grupos etários ou sociais distintos, influenciando na construção das subjectividades que os compõem. Entre estes grupos, Firmino da Costa (2020: 7-9) destaca os trabalhadores de baixas remunerações e baixas qualificações, os jovens adultos, os trabalhadores independentes, os idosos, as crianças e jovens em idade escolar e as mulheres.

Frequentemente, em situações contratuais precárias ou, em alguns casos, totalmente informais, os trabalhadores de baixas remunerações e baixas qualificações ocupam a posição mais desfavorável na escala de desigualdades sociais. Estes estão mais expostos e em posição de maior vulnerabilidade e sofrem, portanto, a atual crise pandémica de forma mais acentuada, diretamente no que respeita ao perigo de propagação e contágio e indiretamente nos efeitos económicos das medidas de contenção à pandemia. O seu perfil profissional geral corresponde ao sector secundário - operários, trabalhadores dos transportes ou construção civil - mal remunerados e frequentemente precários. Uma parte particularmente vulnerável são os imigrantes, de grupos étnicos minoritários e por isso alvo de marginalização e até violência racial. É de salientar que a exploração económica, ou seja, a posição de classe, se articula com a questão racial enquanto potenciadores da estigmatização e vulnerabilidade. Afetados pelo desemprego, subemprego, trabalho temporário e risco de pobreza, muitos destes trabalhadores são, ao mesmo tempo, responsáveis pelo funcionamento de estruturas, abastecimentos, cuidados de base. Veem-se frequentemente impossibilitados, pela natureza da sua ocupação, de transitar para um regime de teletrabalho.

2 Esta literatura compreende discussões de aspetos mais momentâneos e específicos da questão laboral (Roque, 2020), assim como considerações mais extensas, ocupando-se das implicações mais duradouras da pandemia sobre a mesma (Roque, 2021)

Os jovens adultos veem a sua autonomia pessoal em risco, afetados sobretudo no que diz respeito ao emprego e rendimentos, assim como no seu acesso ao ensino superior potencialmente comprometido e que, em última instância. Os jovens adultos são as maiores vítimas de desemprego e precariedade laboral em todo o mundo; tomemos como exemplo o caso dos trabalhadores independentes, cuja perda de rendimentos na sequência do confinamento, frequentemente sem qualquer apoio disponível, coloca em situação de pobreza instantânea.

Os idosos são um grupo particularmente vulnerável à própria doença e às suas consequências mais graves, cujas condições socioeconómicas correspondem em muitos casos a baixos rendimentos e cujos laços sociais se encontram fragilizados, conduzindo à dependência ou ao isolamento.

Entre as crianças e jovens em idade escolar salientam-se, enquanto fatores de vulnerabilidade, as dificuldades na aprendizagem escolar, a socialização interpares comprometida ou totalmente impossibilitada, e a desigualdade educativa em relação aos seus antecessores. A transição para um regime de aprendizagem virtual e o afastamento físico da escola aprofundam as desigualdades no acesso à educação e no aproveitamento escolar, pela necessidade de equipamentos por vezes inacessíveis a famílias mais carenciadas, agravando também as desigualdades no acesso a oportunidades futuras entre este grupo.

As mulheres distinguem-se enquanto grupo vulnerável pelo encerramento de atividades económicas tradicionalmente com uma forte presença feminina (como é o caso da hotelaria e do sector da restauração) e pelas atividades profissionais associadas ao cuidado, e de risco agravado, em contexto pandémico, como são os serviços de saúde, lares e apoio doméstico. Também no que se refere ao trabalho doméstico se verifica uma sobrecarga das mulheres, sendo pertinente salientar a associação da desigualdade de género com a dimensão de classe, mas também a questão racial no caso das mulheres trabalhadoras pertencentes a comunidades imigrantes ou minorias étnicas, o que se conjuga numa tripla vulnerabilidade numa clara intersecção entre sistemas de opressão social.

Firmino da Costa (2020) destaca o papel e as dificuldades de três elementos da esfera pública que, a seu ver, apresentam possibilidades de resposta à crise social e económica, não estando, contudo, livres dos seus próprios desafios nem de ambiguidades na sua instrumentalização. São elas o Estado social, a transformação digital e a ciência. Quanto ao Estado Social, o autor alude ao processo extenso de tentativa de descredibilização e desmantelamento das funções sociais do Estado pela via de restrições e desinvestimento, ressaltando a sua importância inestimável no combate à pandemia e na provisão de medidas de resposta à crise: SNS no combate à doença; escola pública no plano

educativo enquanto programa universal e os diversos instrumentos de proteção social. O sociólogo define prioridades: reforço do sistema de provisão pública e reforço do seu carácter universal. Quanto à tecnologia e a transformação digital, as soluções digitais constituíram em larga medida uma resposta imediata à crise, particularmente no plano educativo e na transição para um regime de trabalho à distância. Esta teve impacto no plano das relações familiares, constituindo uma alternativa ou um prolongamento do contacto social impossibilitado pelo dever de isolamento, assim como no funcionamento dos serviços de saúde. No entanto, geram-se novas desigualdades, como acontece com a nova concentração de dados em poucas empresas tecnológicas ou a impregnação dos algoritmos por critérios de carácter discriminatório e os impactos perversos da sua introdução na sociedade e nas organizações.

5.2. Os riscos representados pela pandemia para a saúde mental

Entre a literatura produzida em torno das questões associadas à saúde mental, há uma considerável variedade de escopo ou abrangência. Desde um plano de análise mais geral, evidenciando a multiplicidade de problemas criados ou, na maior parte dos casos, exacerbados pela pandemia e as suas implicações, frequentemente através da revisão integrativa (Aydogdu, 2020; Canuto *et al.*, 2020), procurando explorar uma visão global do problema, a uma outra literatura mais restrita e de âmbito mais específico, almejando a exploração de aspetos particulares da pandemia. Iremos primeiramente analisar os estudos de âmbito mais geral, para depois nos debruçarmos sobre a literatura especializada em aspectos particulares.

No que se refere à saúde mental, os estudos recolhidos indicam níveis elevados de ansiedade e stress em indivíduos isolados, revelando também uma baixa qualidade de sono, factos que põem em evidência o lugar central que deve ocupar a preocupação com a saúde mental num contexto pandémico e de quarentena. O capital social é igualmente um fator crucial, dada a forma como a pandemia implica necessariamente uma queda acentuada de toda a atividade económica. Neste ponto, é importante ter em conta as medidas provisórias adotadas por vários governos do mundo, que facilitaram a flexibilização de leis laborais, redução salarial ou suspensão provisória de contratos de trabalho (por exemplo, a medida provisória n. 936 da Presidência da República Brasileira). Estas medidas revelaram-se causadoras de instabilidade social e económica dado terem sido os apoios financeiros

governamentais, em vários casos, manifestamente insuficientes para a provisão de bens essenciais a várias famílias (idem). No contexto europeu, as medidas governamentais manifestaram uma opção pelo regime de lay-off simplificado como forma de proteção de rendimentos e manutenção de contratos de trabalho.

Uma outra consequência significativa das medidas de distanciamento social foi o aumento registado na incidência de violência doméstica. Na China as denúncias de violência contra mulheres triplicaram durante a pandemia, enquanto que no Brasil se verificou um crescimento de 18% nas denúncias registadas apenas durante o mês Março. A literatura associa este fenómeno a fatores como o stress, fatores extrínsecos, a falta de uma divisão adequada de trabalhos e o próprio regime de teletrabalho, considerados como potenciadores da exposição ou agravamento de tensões no seio familiar (Ayoagdu, 2020: 9). Também os moradores de rua e sem-abrigo representam um grupo particularmente vulnerável neste contexto, tanto pela impossibilidade de adoção total de medidas de confinamento adequadas como pela vulnerabilidade associada a esta condição.

O impacto da pandemia nos idosos foi também um tema considerado relevante pela literatura, sendo possível observar entre esta população um aumento do risco de depressão e da incidência de ideação suicida, sendo a primeira, no entanto, um fenómeno observado ainda antes do aparecimento deste vírus. Por este motivo, urge a facilitação do contacto com este grupo, em muitos casos afetado pela solidão ou abandono familiar, por forma a combater a tendência e as consequências do isolamento. A literatura existente aponta, no entanto, para um impacto universal a todas as faixas etárias no sentido da restrição de toda a atividade ao contexto doméstico e à transposição de toda a interação social para o plano virtual ou remoto, com consequências para todos os grupos observados.

Também a informação coligida por Singh (2020) evidencia que, embora a incidência de infeção por COVID-19 seja menor entre as crianças mais novas e os adolescentes, o stress e ansiedade de que padecem torna a sua condição bastante vulnerável. A natureza e alcance do impacto da pandemia e do confinamento nos jovens depende, assim, de diversos fatores de vulnerabilidade tais como a idade e desenvolvimento, escolaridade, condições mentais pré-existentes e escalão socioeconómico. Os estudos existentes demonstram maior dependência/apego excessivo (*clinginess*), distúrbios de sono, pesadelos, falta de apetite e desatenção junto das crianças mais novas. Crianças com necessidades de terapia e outros tipos de acompanhamento profissional são confrontadas com o risco de comprometimento ou impedimento no acesso aos tratamentos, o que se poderá manifestar negativamente na sua capacidade funcional no dia-a-dia. É igualmente evidente a vulnerabilidade associada a crianças economicamente mais desfavorecidas, particularmente expostas situações de exploração e abuso. A situação pandémica põe,

portanto, em evidência a necessidade do robustecimento das redes de apoio e serviços profissionais de saúde, o que implicará necessariamente a coordenação dos serviços de saúde presenciais e das plataformas digitais, que se revestem de uma importância redobrada neste cenário, e cuja acessibilidade ao público em geral é ainda insatisfatória.

Singh (Idem) aponta ainda as condições das crianças em idade escolar, notando que os confinamentos nacionais afetaram 91% da população estudantil mundial. Associada ao confinamento surgem a incerteza e a ansiedade devidas à interrupção da sua educação, das atividades físicas e oportunidades de socialização centrais nas suas rotinas quotidianas e para o seu desenvolvimento sociopsicológico. A falta de um contexto escolar estruturado conduz à destruição de rotinas, ao tédio e à falta de criatividade participativa, o que se traduz na redução do empenho dos estudantes nas atividades escolares. A dificuldade em dinamizar um regime de ensino inevitavelmente impessoal e mais distanciado dos alunos acaba por reproduzir esta dinâmica. Neste contexto, as crianças manifestam um apego emocional consideravelmente maior, requerendo, portanto, mais atenção dos pais e consolidando assim uma dependência agravada dos mesmos. O uso acrescido da internet predispõe as crianças à visualização de conteúdo desaconselhável e comporta um risco acrescido de cyberbullying, perseguição ou abuso. O problema da falta de filtragem de conteúdo na internet torna, portanto, mais crucial o acompanhamento ou supervisão parental.

Este fenómeno poderá ter consequências futuras sobre a capacidade de autonomização das crianças, por exemplo, ao nível da maturação ou desenvolvimento emocional. Prevêm-se dificuldades futuras no regresso à escola, particularmente no que se refere à reconstrução de relações interpessoais—com colegas, amigos e professores—e na retoma do processo de socialização. Verificam-se nos adolescentes comportamentos obsessivos de acumulação (hoarding), o que se pode revelar prejudicial à sua higiene e saúde ou ser sintomático de complicações ao nível da saúde mental. Para além disto, adolescentes e jovens manifestam ansiedade em relação ao cancelamento das avaliações e programas académicos, temendo que esta venha a comprometer o seu sucesso a médio e a longo prazo. Acresce, finalmente, que a diminuição ou, em alguns casos, suspensão de serviços legais e preventivos de apoio à vítima torna mais difícil a denúncia de situações de abuso ou de violência doméstica.

Do segundo grupo da literatura mencionada, isto é, daquela literatura que se ocupa de questões específicas da saúde mental, aparentemente de âmbito mais restrito, mas motivadas por uma contextualização social pertinente, destacaremos, a título exemplificativo, alguns textos representativos que se revelaram particularmente úteis para o estudo empreendido.

5.3 Pandemia e saúde infantil

O afastamento da escola num sentido físico reveste-se de grande significação se considerarmos a sua centralidade na vida das crianças, não apenas enquanto espaço de aprendizagem curricular, mas sobretudo na sua qualidade de ambiente de socialização e de aprendizagem interpessoal. Por este motivo, será relevante referir alguma da literatura produzida em torno deste problema e das suas eventuais consequências, contributo, de resto, indispensável para um estudo que visa justamente as crianças em idade escolar. Dutra, Carvalho e Saraiva (2020) recolhem, assim, depoimentos das próprias crianças estudadas, já capazes de produzir um discurso revelador em diversos sentidos, não apenas no que trata da ansiedade inerente a uma situação deste tipo, como à forma como o afastamento da escola é sentido enquanto privação social e pedagógica.

Para este efeito, as autoras fundamentam através na psicologia sócio-histórica de Vygotsky e na teoria de educação crítica de Paulo Freire uma visão do processo de construção da subjetividade inerentemente social em que a escola, complementando a relação familiar, primeira relação social humana, adquire uma importância que em muito excede o seu valor programático. Esta reside, em última instância, nas oportunidades de socialização que possibilita, através da criação de laços afetivos e respondendo à necessidade da mediação cultural de um terceiro que forneça à criança um estímulo criativo e intelectual (papel que, de resto, não se esgota nos professores, mas que pode ser desempenhado igualmente por colegas e amigos). De resto, a condução destas entrevistas com as próprias crianças, corresponde, apesar das diferenças metodológicas, ao tipo de testemunho que o âmbito documental do estudo projetado pela EAPN pretendia alcançar, ainda que em maior detalhe e ocupando um lugar central na própria redação do documento.

Da mesma forma, o texto produzido por Mariana Poppe (2021) relaciona-se com o propósito do estudo projetado pela EAPN pela sua base fundamentalmente discursiva e documental, tratando-se, todavia, dos depoimentos dos pais no respeitante às alterações comportamentais e à conduta dos seus filhos e não de uma reflexão levada a cabo pelas próprias crianças sobre os impactos sofridos durante o período de confinamento através de entrevistas estruturadas.

Do estudo supracitado será conveniente destacar alguns resultados, não apenas no que se refere à perceção direta de pais e crianças relativamente ao vírus e dos seus perigos (como o risco de infeção, de transmissão ou de doença grave), mas igualmente pela informação pertinente que veicula no plano dos impactos indiretos da pandemia e dos riscos que estes podem produzir na saúde pediátrica. No primeiro caso, 49,6% dos pais disseram estar extremamente preocupados (5 Likert) com a possibilidade de infeção dos seus filhos, sendo que apenas 1,4% declararam não estar preocupados de todo (1 Likert)

(idem: 3,8). 18,1% das crianças participantes do estudo estavam incluídas em pelo menos um grupo de alto risco: principalmente pela asma (9,6%), prematuridade (5,1%) e por serem recém-nascidas (1,8%). As crianças pertencentes a grupos de alto risco apresentaram sintomas com maior frequência do que as restantes crianças, mas não recorreram aos serviços de urgência com frequência significativamente maior (idem: 2-3).

Verificou-se também uma correlação entre a inserção num grupo de alto risco e maior grau de preocupação por parte dos pais em relação à possibilidade de infeção. Já no segundo ponto, 22,2% (perfazendo 2747) das crianças incluídas no estudo tinham uma vacina agendada para o período em questão; enquanto 78,4% destas foram vacinadas, 21,6% falhou a vacinação (11,6% por opção familiar e 10% por adiamento ou cancelamento por parte da instituição). 47% dos pais discordaram fortemente (1 Likert) de que o distanciamento social tivesse um impacto negativo sobre a saúde dos seus filhos, onde apenas 4,4% concordaram fortemente (5 Likert) com a existência desse impacto negativo. Os testemunhos de 2517 pais acerca dessas consequências dão conta de consequências psicológicas (47,2%), como é o caso da ansiedade (417 crianças) e de mudanças comportamentais e emocionais. As consequências sociais (33,6%) relacionam-se com o isolamento, o tempo reduzido no exterior e o aumento do tempo de utilização de computadores e outros ecrãs. Finalmente, relativamente às consequências para a saúde, os pais descrevem a falta de consultas médicas e acompanhamento terapêutico essencial, assim como o impacto da redução da atividade física, alterações na dieta e no peso e as alterações nos padrões de sono sobre a saúde física (20,6%) (idem: 3-4).

A relação entre a redução das visitas aos serviços de urgência e a deflagração da pandemia é complexa. Por um lado, o confinamento diminuiu significativamente as infeções graves e o risco de lesões traumáticas em comparação com anos anteriores. Por outro lado, a quantidade elevada de pais que expressaram um grau extremo de preocupação face ao risco de infeção dos seus filhos deve ser vista como um fator explicativo da sua relutância em recorrer aos serviços médicos. O estudo não revelou uma correlação entre a escolha de adiamento ou não recurso aos serviços de urgência e um aumento de hospitalizações, consequências mortais ou intervenções invasivas. Estes dados apontam para uma utilização excessiva dos serviços de urgência fora do contexto pandémico, em detrimento de outros canais não-urgentes mais adequados, como é o caso dos cuidados primários. éscimo verificado nas taxas vacinação é uma das consequências mais importantes para a saúde infantil, representando um fator de potenciais surtos de doenças preveníveis. Também como preocupante é assinalada a diminuição do número de consultas de acompanhamento pré-natal.

O encerramento das escolas é origem de desafios complexos para a saúde infantil, para além de representar um importante fator de agravamento de desigualdades socioeconómicas no que se refere ao acesso à educação, à alimentação ou higiene, principalmente no caso de crianças de grupo sociais mais vulneráveis que dependem da infraestrutura escolar para suprir estas necessidades. Entre os grupos mais vulneráveis contam-se as crianças com necessidades educativas especiais e portadoras de deficiência, particularmente afetadas pela perturbação das suas rotinas e pela falta de estímulos adequados, em conjugação com a perda de consultas e sessões de terapia.

Outras consequências da pandemia relacionam-se com a redução da atividade física, as alterações na dieta e nos hábitos de sono, assim como o aumento do tempo de utilização de ecrãs e o sedentarismo em geral, facto que se pode revelar favorecedor de um aumento da obesidade infantil e da fragilização da saúde cardiovascular a longo prazo. No que se refere à saúde mental, a ansiedade apresenta-se como a preocupação mais relatada, o que se deve provavelmente ao medo da infeção, frustração e aborrecimento causados pelo isolamento e pela falta de interação com amigos e familiares—há também o risco de agravamento da incidência de violência doméstica, abuso infantil e negligência parental.

5.4. O contexto doméstico e a sua importância

A literatura permitiu identificar diversos contributos de relevo na análise da influência das condições de habitação nos impactos sentidos pelas crianças e jovens durante o confinamento (Amerio *et al.*, 2020). Um exemplo é o caso do estudo conduzido por Khansa Ahmad (2020) que apesar de se cingir à análise da realidade americana, tem o mérito de demonstrar a relação entre as condições de habitação precárias e o risco acrescido de infeção e morte por COVID-19. A relação entre as variáveis é explorada naquilo que se refere a uma higienização deficiente, associada a um risco agravado de doença respiratória, por sua vez associada igualmente à precariedade socioeconómica.

No entanto, o estudo conduzido por investigadores da Universidade Católica Portuguesa em colaboração com a Universidade Miguel Hernández e com a Università deli Studi di Perugia (Francisco *et al.*, 2020) distingue-se por fornecer, enquanto estudo comparativo, o tratamento mais instrutivo da influência das condições de habitação nos impactos sentidos pelas crianças e jovens durante o confinamento. Este estudo incide sobre

os impactos ao nível da saúde mental, por isso mais adequado ao estudo projectado pela EAPN enquanto material bibliográfico, pondo em comparação a vivência de crianças de três países europeus - Portugal, Espanha e Itália -, e procura descrever as diferenças entre elas na forma como a pandemia e o confinamento foram sentidos ao nível do seu quotidiano. Entre as conclusões mais relevantes apresentadas pelo estudo, conta-se a existência de uma proporção inversa entre o número de elementos do agregado familiar e os sintomas relativos ao humor, revelando-se também uma associação entre a idade da criança e a prevalência de sintomas respeitantes ao sono e às alterações comportamentais. Neste ponto, pode ser elucidativo o facto de as crianças se verem privadas da interação social, particularmente entre pares, revestindo-se as relações familiares de uma importância redobrada enquanto oportunidade de contacto social e mecanismo de defesa do stress causado pela quarentena, particularmente se dirigido a atividades construtivas ou lúdicas de lazer, mitigando as alterações de humor.

Ainda segundo o mesmo estudo, a utilização diária de ecrãs aumentou nitidamente durante a quarentena: dos anteriores 30 a 60 minutos diários (35,7%) para mais de 3 horas durante a quarentena (30,1%), padrão verificado de forma semelhante em todos os países. No entanto verificam-se diferenças: as crianças italianas usam menos (<30 min ou 30 a 60 min) os ecrãs, ao passo que as espanholas os utilizam consideravelmente mais (entre 120 e 180 minutos). Igualmente importantes são os dados acerca da atividade física, cujos efeitos são observáveis em toda a amostra, assim como em cada—dos 30 a 60 minutos diários praticados pela maioria das crianças (33,1%), verificou-se um decréscimo para menos de 30 minutos diários (53%). As diferenças entre países revelaram-se também aqui, com as crianças espanholas a praticar entre 120 e 180 minutos de atividade física antes da quarentena e as crianças portuguesas a praticar com menos frequência 30 minutos diários durante a quarentena.

Quanto aos sintomas psicológicos imediatos experienciados pelas crianças, os relatos dos pais dão conta de que mais de metade das crianças se sentem aborrecidas, 40% expressam irritabilidade e cerca de 1/3 sente maiores níveis de solidão, inquietude, nervos, ansiedade e preocupação em comparação com o período anterior ao confinamento. Os pais reportaram igualmente um aumento da incidência do conflito familiar e discussões, noção corroborada pelas evidências de efeitos psicológicos adversos da quarentena sobre a saúde mental dos adultos, que incluem a depressão, o aborrecimento e o stress, assim como do aumento de tensão doméstica em períodos de confinamento domiciliário. Estes factos ajudam a explicar o aumento da sintomatologia dos jovens pela potencial indisponibilidade emocional e hostilidade dos pais sob as adversidades psicológicas da quarentena. Um outro fator explicativo é a alteração ou desagregação de rotinas domésticas, contribuindo assim

para um aumento das alterações comportamentais, o que associa ao aumento do tempo de utilização diária de ecrãs, que alguns estudos associam ao decréscimo do bem-estar psicológico. O aumento das horas de sono, por outro lado, representa uma alteração positiva, que se aproxima das recomendações da OMS em comparação com os padrões pré-pandémicos. Igualmente pertinente é a conclusão de que a falta de acesso ao exterior (jardim ou terraço) resultou numa maior probabilidade de ansiedade e alterações de sono, comportamentais e cognitivas em comparação com as crianças que beneficiavam de tal acesso.

As conclusões apresentadas pelo estudo no que se refere à influência das condições de habitação são consistentes com a literatura já existente (Evans, Wells, Moch, 2003; Ma, 2018) que relaciona as características habitacionais com o bem-estar e saúde mental em geral, desenvolvimento e saúde psicológica em particular. A existência de um acesso ao exterior poderá significar um espaço mais amplo para o lazer e a brincadeira no dentro de casa ou até o contacto direto com a natureza em ambiente controlado, aumento o estímulo visual e o contacto social seguro com vizinhos, oferecendo ainda a oportunidade para as interações parentais lúdicas e positivas, facilitando as funções parentais ao contrariar as restrições espaciais. Aqui se denuncia, por outro lado, a pertinência do conceito da classe social, ainda pouco focado nesta literatura se tomarmos em consideração a sua importância determinante na experiência pandémica e sucessivamente diluída através de um viés demográfico dificilmente contrariado.

Mais reveladoras neste aspeto são as considerações desenvolvidas por Linhares e Enumo (2020), que colocam, inspirados teoricamente a partir da Teoria do Caos, a questão da influência dos vários ambientes ou sistemas inter-relacionados que dão conta dos vários níveis de interação cultural e interpessoal, ativa e passiva, que compõem a existência social da criança. São estes o i) microsistema, palco das relações proximais face a face; ii) mesossistema, que corresponde às interpelações entre vários contextos em que a criança intervém; iii) exossistema, correspondente aos eventos ocorridos num contexto em que a criança não intervém diretamente, mas que a afetam; e iv) macrossistema, que engloba todos os outros contextos ambientais e as conexões que eles estabelecem.

O estudo de Linhares e Enumo (*Idem*) dá conta dos fatores de risco que ameaçam ambientes familiares e por consequência, o desenvolvimento da criança, como é o caso da violência doméstica e negligência, desnutrição, baixa escolaridade, condições de habitação inadequadas e instabilidade financeira. Estes impactos relacionam-se com a convivência próxima durante períodos alargados, a desagregação de rotinas relacionadas com o ensino, o desporto e o lazer, a transição para um regime de trabalho domiciliário e a reestruturação do ambiente familiar para fazer face aos desafios do trabalho assim como à sobrecarga de

trabalho doméstico. Acrescem a estes problemas os aspetos já mencionados da instabilidade financeira e desemprego, bem como a falta de serviços de saúde e assistência social ou comunitária. Há ainda o aspeto do medo da morte, trazido para o primeiro plano pelo retrato da doença na comunicação social ou através das relações pessoais, e que se relaciona com uma vigilância acrescida às crianças, facto que, em última instância, pode contribuir para um excessivo apego emocional face aos pais. A impotência individual e a imprevisibilidade da situação conjugam-se num sentimento de desamparo e de ansiedade, contaminando o ambiente doméstico enquanto “nicho de desenvolvimento”.

A Teoria do Caos no desenvolvimento categoriza estes ambientes como microcontextos caóticos, marcados por um ambiente barulhento, pela alta densidade habitacional e pela falta de estrutura temporal e física e, - embora correlacionados com o baixo nível socioeconómico familiar, os seus impactos podem ocorrer em diversas camadas sociais. O contexto caótico caracteriza-se, nesta abordagem teórica, pela escassez crónica de recursos, o conflito continuado e a incapacidade de ajustar as rotinas aos recursos disponíveis. É ao nível do microsistema que se localiza o contexto familiar, em que se desenvolvem as relações proximais entre os cuidadores e as crianças. Nele, os pais desempenham o papel de cuidar e educar as crianças no sentido da obtenção da autonomia e capacidades adaptativas. A parentalidade inclui aspetos físicos (satisfação das necessidades materiais), emocionais (promoção do afeto e da segurança) e sociais (incentivo às relações interpessoais alargadas) que se conjugam para obter o desenvolvimento saudável, impondo aos pais a necessidade de promover a segurança, a transmissão da capacidade de tomar decisões e o auxílio no desenvolvimento das habilidades sociais da criança. Particularmente, a atuação dos pais passa pela sua função de modelos e correguladores na gestão de eventos e fatores de stress, especialmente na primeira infância (0-6 anos). O conceito de parentalidade positiva surge como a súpula destas funções e constitui-se pela afetividade, reciprocidade, encorajamento e ensino através da comunicação positiva e reveste-se de especial importância no contexto da pandemia COVID-19.

Esta noção descritiva do contexto caótico deve ser confrontada com o fenómeno do stress e da ansiedade tal como eles são entendidos na literatura científica. Neste sentido será proveitoso consultar o estudo coordenado por C.S. de Figueiredo (2020), que se ocupa precisamente da formulação de uma definição concreta do stress enquanto fenómeno bioquímico, assim como a descrição das eventuais consequências da sua vivência prolongada sobre o sistema nervoso central e alguns dos principais fatores agravantes destas respostas psicológicas ao nível das relações familiares, da instabilidade financeira ou económica e da exclusão sociocultural, de que tentaremos reproduzir aqui o essencial.

5.5 O stress e a parentalidade

Em termos médicos, Figueiredo (2021), o stress é gerado por estímulos internos ou externos adversos e tem como consequência danos fisiológicos ou psicológicos ao organismo, sendo, portanto, essencial uma resposta adequada do corpo, no sentido de atingir a alostasia, que permite a estabilidade em resposta à mudança e a situações variáveis. No entanto, as respostas descontroladas ou crónicas ao stress podem comportar riscos de saúde, existindo já indicações da vulnerabilidade acrescida da população infantil e adolescente em quarentena a doenças psiquiátricas a longo prazo, o que se deve aos impactos psicológicos do contexto pandémico, particularmente no que respeita aos fatores de stress ligados ao isolamento social.

A gestão adequada de estímulos ligados ao stress agudo pressupõe a ativação do eixo hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA), conduzindo à descarga de glucocorticóides (cortisol) na corrente sanguínea, que regula o nível de moléculas pró e anti-inflamatórias, que por sua vez a secreção destas hormonas pelo HPA. No entanto, a ocorrência persistente e agravada de eventos stressantes durante a infância e a adolescência pode conduzir a respostas dos sistemas imunitário, endócrino e nervoso através da disfunção do eixo HPA e a alterações ao nível dos mediadores inflamatórios no cérebro. Neste sentido, põe-se a possibilidade de uma predisposição sistémica dos indivíduos afetados a psicopatologias na vida adulta (Figueiredo et al, 2021: 2-3). O stress tem sido apontado como causa possível da neuroinflamação, termo que designa um desequilíbrio ou exacerbação dos sinalizadores imunitários no cérebro, associado a distúrbios como a psicose, a depressão e ansiedade. A infância e a adolescência representam períodos de vulnerabilidade no desenvolvimento do sistema nervoso central (SNC), em que a ocorrência de episódios de stress agravado pode comportar consequências fisiológicas, cognitivas e comportamentais a curto e longo prazos. De facto, estudos longitudinais revelam uma correlação entre a presença de fatores psicossociais de stress, como é o caso do isolamento social na adolescência e na infância e níveis elevados da proteína C reactiva, um biomarcador de inflamação, na vida adulta, assim como uma associação positiva entre o isolamento social na infância e o risco agravado de depressão em etapas posteriores da vida. Dadas estas correlações amplamente documentadas, torna-se relevante assumir como prioridade da saúde pública a investigação e tratamento dos danos psicológicos e fisiológicos das alterações inflamatórias sofridas pelas crianças expostas aos efeitos negativos da situação pandémica de COVID-19.

Um outro aspeto pertinente é a questão do medo, reportado pelas crianças abordadas em vários estudos e que respeita sobretudo a preocupações financeiras, o medo de exposição ao vírus e a possibilidade de infeção de outros. A adolescência é uma fase

sensível também ao stress na regulação do medo, sendo o stress crónico portador de grande impacto sobre a conectividade amígdalas-córtex pré-frontal, impactando as capacidades de condicionamento.

Igualmente destacado por Figueiredo (2021) é o elemento da dieta e a forma como as alterações verificadas no seu âmbito se relacionam com um contexto de stress intensificado como é o caso da pandemia COVID-19. A possível relação entre o stress do isolamento social na infância e o consumo de dietas ricas em gordura poderá envolver a ativação do eixo HPA, possivelmente reduzido pela descarga de leptina causada por este tipo de dieta, inibindo a síntese e libertação do neuropéptido Y no hipotálamo causada pelo stress, atenuando assim os efeitos do isolamento (Kuo et al *apud* idem: 3-4). Este mecanismo requer, no entanto, um estudo mais aprofundado naquilo que se refere à duração e localização no cérebro dos efeitos anti-stress do consumo calórico elevado, pondo-se também a possibilidade da alteração da composição da flora intestinal (através do consumo calórico bem como a exposição a fatores sociais de stress), conduzindo a alterações no cérebro, cujas funções sofrem influência dos produtos metabólicos da flora intestinal.

Não obstante as diferenças entre humanos e animais que tornam a extrapolação excessiva desaconselhável, estes estudos produzem conhecimento molecular útil e põem em evidência a importância central da nutrição no desenvolvimento neurológico, necessitando de uma adequação de forma a servir o sistema imunitário e oferecer proteção contra possíveis doenças e as suas consequências. A distorção da relação com a alimentação encorajada pelo isolamento social torna focal a importância de uma dieta adequada durante a quarentena.

No que respeita às questões da parentalidade, nomeadamente no que se refere ao efeito continuado do stress sobre as relações parentais contemporâneas, pode ser consultado com proveito o recente estudo internacional sobre o fenómeno do *burnout*, conduzido por Maria Gaspar (2021). Este estudo, apesar de não tratar, dada a data em que se processou a recolha da informação tratada, da pandemia de COVID-19 e dos problemas a ela associados, representa um contributo importante para a compreensão do stress tóxico enquanto fenómeno social de grande relevância em si, fenómeno marcante da especialidade da parentalidade contemporânea. No entanto, o fenómeno do *burnout* parental associado ao confinamento enquanto parte integrante do plano de combate à pandemia encontra já alguma expressão na literatura produzida (Aguiar et al, 2021; Le Vigouroux, 2021), com particular influência sobre as consequências sentidas pelas crianças ao nível da saúde mental.

Em face desta recapitulação, ilustrativa do “estado da arte” à época da preparação teórica e bibliográfica do estudo pretendido pela EAPN, a pertinência e o contributo deste estudo será mais facilmente entendido em função das lacunas que se propôs colmatar. Com efeito, a maioria da literatura representada, não obstante a sua pertinência no plano geral do conhecimento científico relativo ao período em discussão, diz respeito à população adulta e aos grupos mais vulneráveis dentro desta. Constatamos que a discussão relativa à condição das crianças e da sua saúde mental emerge de forma breve, quer em termos de extensão textual quer em desenvolvimento teórico. Por outro lado, aquela literatura que se ocupa essencialmente da população infantil ou pediátrica parte frequentemente de uma discussão altamente abstrata ou, em casos pontuais, dos depoimentos dos pais ou cuidadores da mesma, só raramente surgindo o discurso das próprias crianças enquanto elemento central da elaboração do texto. Inserindo-se o estudo da EAPN no âmbito da investigação sociológica, esta vertente discursiva contrasta também com o tipo de literatura produzida no âmbito das ciências biomédicas, mais preocupada com a exploração de problemas do que ao retrato mais alargado da realidade social neste período. Esta literatura, contudo, oferece um contributo indispensável à compreensão de muitos dos fenómenos discutidos, particularmente as consequências do confinamento sobre a saúde mental, como são o stress tóxico, a generalização de quadros clínicos depressivos, a ansiedade e as alterações de humor.

Há ainda que destacar um outro aspeto deste estudo, que é o seu carácter politizante ou normativo. De facto, este projeto, tal como acontece com as publicações da instituição já apresentadas, nomeadamente o relatório *Poverty Watch*, não se esgota no seu propósito documental ou analítico, tendo o mesmo um papel determinante na sua elaboração. Pelo contrário orienta-se pelo objetivo derradeiro da formulação de recomendações estratégicas, políticas e institucionais, conducentes e, em última instância, à elaboração de um plano específico de combate aos problemas ali retratados. É também aqui que o relatório se demarca tanto da produção científica puramente analítica ou descritiva, como daquela literatura normativa de âmbito restrito (quer em termos temporais, quer temáticos) de que apresentámos alguns exemplos. Da primeira justamente pelo seu carácter fundamentalmente interventivo, suplementado, todavia, de uma sólida bagagem teórica e bibliográfica propícia à clarificação dos obstáculos encontrados. Da segunda, pela abrangência situacional e cronológica a que se propõe responder, de alguma forma intrínseco aos problemas retratados e discutidos, cujas consequências, como anteriormente dito, se apresentam ainda de forma bastante indefinida, situação que se pode manter durante um período alargado. Desta forma, cremos ter explicitado tanto o contexto em que este estudo se veio inserir, no que diz respeito à sua génese intelectual, como, de alguma forma,

o seu contributo para o enriquecimento da literatura relativa à realidade social que se destina a conhecer.

6. Análise crítica: contributos e aprendizagens

A experiência concreta do estágio relatado divergiu determinadamente das usuais expectativas associadas a este regime de conclusão de um Mestrado. Os motivos desta singularidade, que derivam da situação pandémica vivida aquando da sua realização, foram já suficientemente explorados, mas será porventura oportuno registar de esta se ter manifestado, por um lado, numa acentuação do trabalho teórico ou bibliográfico da investigação em curso e, por outro, numa necessária diminuição do domínio prático e quotidiano do trabalho desenvolvido, que se encontrava, de resto, paralisado indefinidamente e que foi retomado apenas após a conclusão curricular do estágio. Tais características resultaram assim num estágio de carácter híbrido teórico-prático, com ênfase no primeiro elemento, num regime em que, habitualmente, o segundo é privilegiado. Contudo, este facto não nulificou a inserção do estágio no trabalho prático, tendo, ao invés disso, estimulado aprendizagens que em muito favoreceram a compreensão do fenómeno em questão no estudo e que constituíram, para além da sua utilidade prática imediata—isto é, enquanto material bibliográfico para o projeto—, um fator de desenvolvimento pessoal e de aquisição de competências. Não pretendendo reiterar tudo quanto foi explorado na tentativa de contextualizar o estudo da EAPN e demonstrar a sua pertinência, recapitularemos algum do conhecimento adquirido no decorrer destas pesquisas, naquilo que se nos afiguram os seus dados centrais.

A inserção de um sociólogo ou, de forma mais lata, de um cientista social numa instituição enquanto estagiário ou colaborador transporta consigo uma série de preocupações de ordem ética e metodológica com necessárias implicações sobre a atuação do mesmo face ao contexto profissional em que se pretende inserir. No entanto, a prática da sociologia aplicada merece ela mesma uma clarificação dos seus propósitos e da acentuação da sua distinção daquilo que poderíamos denominar a sociologia puramente teórica.

Não cultivando uma dicotomia entre a teoria e a prática sociológica, dado o facto de esta não ser possível sem aquela, isto é, o facto de uma prática informada e frutífera depender em grande medida de uma sólida base teórica e de uma compreensão analítica dos problemas em questão, a sociologia aplicada poderá ser entendida como o uso prático da perspectiva teórica sociológica na intervenção direta sobre a realidade social humana, no sentido do seu esclarecimento ou de uma contribuição para a sua transformação e melhoria. O plano prático da sociologia comporta, necessariamente, contingências, obstáculos e imperfeições mais ou menos impeditivas ao trabalho sociológico (Steele e Price, 2007: 4), consequência natural da decorrência deste trabalho num ambiente não-laboratorial e,

portanto, não otimizado à recolha de informação ou a uma aplicação imediatamente aparente das bases teóricas da perspetiva sociológica. Como exemplo, podemos considerar o trabalho de campo no tempo presente, afetado pelas restrições impostas pelo combate à pandemia COVID-19, que decorre em condições necessariamente adversas, como a remoção física do investigador em relação ao contexto e aos sujeitos da sua investigação.

Por outro lado, existe a possibilidade de um enviesamento teórico que, em última instância, se torna contraproducente e dificulta assim uma observação e participação produtivas no trabalho de campo. Trata-se de uma dificuldade de transpor o plano teórico e de se adaptar a uma realidade que não corresponde inteiramente aos modelos teóricos sociológicos tal como são estudados num plano abstrato. Esta dificuldade reside no facto de se partir dos conceitos sociológicos e procurar observar a maneira como a realidade em estudo se conforma a eles, ao invés de tomar, pelo contrário, a realidade social em si como ponto de partida e fazer uso dos conceitos e da base teórica das ciências sociais enquanto conjunto de ferramentas com um potencial esclarecedor acerca dos fenómenos em causa (Becker, 1973: 190-191).

No que se refere à actuação do estagiário em relação à instituição que o acolhe, esta deve pautar-se por uma atitude de respeito e compreensão da sua função. Daqui se depreende a necessidade de uma posição adequada face à hierarquia e à cultura da instituição, bem como o reconhecimento do mérito alheio e a capacidade de reconhecimento dos próprios erros, bem como a disponibilidade para a sua correção e função dos propósitos da organização.

Destacamos, por outro lado, a forma como o próprio trabalho desenvolvido durante o estágio e as opções metodológicas nele empreendidas se apresentam como elementos esclarecedores de debates que opõem diferentes perspetivas teóricas, nomeadamente no que se refere na escolha de um ou outro caminho técnico ou metodológico e da sua adequação ao trabalho pretendido. Por outro lado, foram reveladoras dos necessários processos de escolha e adaptação de forma a acomodar e responder às contingências, desafios e problemas que o campo e a realidade social vão apresentando e que chocam ademais das vezes com o projetado inicialmente no plano teórico e metodológico das nossas pesquisas.

Neste sentido, não só a opção pelos *focus groups* sobre a perspetiva inicial de inquérito por questionário se mostra relevante e demonstrativa das dinâmicas de pesquisa em sociologia, como o próprio processamento dessas entrevistas focalizadas revela opções deliberadas tendo em conta tanto as suas valências metodológicas como a sua exequibilidade no contexto largamente limitado pela pandemia COVID-19 em que estas viriam a decorrer. No primeiro caso, tendo já mencionado brevemente as considerações

que motivaram esta mudança, não será redundante referir a forma como esta se constituiu numa aprendizagem pessoal no que se refere à ductilidade ou à flexibilidade metodológica. Em face da necessidade que se rapidamente se evidenciava de obter um tipo de testemunho ou de relato que dificilmente se poderia restringir à constituição formal de um questionário, esta técnica foi sujeita a uma análise que lhe revelou as insuficiências para a tarefa em questão.

Quanto aos fatores que motivaram a escolha desta entrevista de grupo em detrimento da entrevista individual com uma amostra adequada das crianças em estudo, bastará referir duas questões fundamentais do fenómeno em apreço: em primeiro lugar, põe-se o aspeto do alcance e diversidade da experiência individual e, em segundo lugar, a proficuidade dos resultados obtidos numa e noutra modalidade. Relativamente à primeira questão, relembramos a insuficiência da perspectiva individual em si, especialmente se tivermos em conta a enorme variação na experiência pessoal das crianças entrevistadas, tendo o confinamento domiciliário e as suas consequências afetando, indiscriminadamente, quase toda a população infantil. No entanto, e como já tivemos oportunidade de expor com base na bibliografia analisada, as desigualdades socioeconómicas (nomeadamente no que se refere à classe social, às condições de habitação e de trabalho, ao género e à etnia) revelaram-se fatores determinantes na própria vivência da pandemia, resultando em experiências contrastantes dentro da própria população infantil. Assim, será pertinente considerar que o confronto de perspectivas preconizado pela interação em grupo revela uma capacidade singular de estimular a discussão de aspectos específicos que dificilmente surgiriam no âmbito da entrevista individual pela natureza monológica em contraste com a matriz dialógica daquela.

No que diz respeito aos resultados obtidos, e na sequência do que vimos dizendo sobre o estímulo representado pela entrevista interativa, estes revelar-se-ão, enquanto produto de uma discussão mais abrangente e mais detalhada, eles mesmos mais abrangentes e conducentes a uma compreensão bastante mais alargada e profunda da temática visada. O espaço interativo concedido aos entrevistados materializa-se numa discussão consideravelmente mais orgânica e fiável da questão tratada, concretizando-se em resultados mais pertinentes e por isso mesmo mais úteis. Por este motivo, a entrevista em grupo revelou-se, no caso presente, mais proveitosa para as crianças e para os investigadores.

No que se refere às diferentes modalidades de *focus group* e àquela de que a equipa destacada se veio a servir para a recolha de informação, é conhecido o confronto que opõe os *focus groups* presenciais àqueles realizados através da internet, destacando, para cada uma destas situações, as suas vantagens e desvantagens em determinada conjuntura. Assim,

pude, no decurso das reuniões de estágio, assistir à retoma deste debate orientado pela necessidade de uma resposta prática a uma situação concreta. Constatados todos estes fatores, podemos aqui assinalar uma aprendizagem significativa naquilo que se refere à necessária flexibilidade metodológica de um investigador ou de um cientista social inserido num projeto prático e, portanto, sujeito às mais variadas contingências concretas que afetam a ordem de trabalhos planeada no domínio abstrato e pressupondo uma exatidão laboratorial que a prática corrente, quotidiana, do próprio trabalho a empreender frequentemente perverte. No caso do estudo da EAPN, a situação pandémica representa sem dúvida o fator central de influência sobre o curso dos trabalhos, não apenas pelo seu impacto imediato - impeditivo do ponto de vista da mobilidade e do contacto presencial -, mas também pela forma como veio a influenciar o cronograma do trabalho através das dificuldades já discutidas. Em face destas agravantes e lembrando as soluções encontradas para as contornar (onde se insere a acentuação da matriz teórica e bibliográfica do estudo, por exemplo), esta experiência foi igualmente ilustrativa da forma como a alteração em maior ou menor grau do projecto pretendido pode não se revelar estritamente impeditiva de qualquer trabalho frutífero, mas, pelo contrário, condicionar o trabalho no sentido da exploração de características à partida minorizadas, mas potenciadoras de uma pesquisa igual e diversamente pertinente.

Igualmente importante será referir as competências adquiridas aos níveis da pesquisa, da análise e da leitura crítica. De facto, as tarefas associadas ao estágio incidiram fundamentalmente sobre a revisão bibliográfica e a elaboração do enquadramento teórico do estudo. Assim, o trabalho de pesquisa, a seleção de material pertinente e, posteriormente, da sua leitura e análise crítica - concretizada sob a forma de recensão ou ficha de leitura para uso da equipa de investigação responsável pelo estudo - reclamaram o desenvolvimento das capacidades do estagiário no domínio da investigação. Estas capacidades referem-se não apenas aos procedimentos técnicos da pesquisa, como também, pela falta de uma estrutura horária rigidamente definida, à necessidade de autonomia na gestão temporal e na busca de canais de pesquisa em face da indisponibilidade da maior parte das estruturas físicas adequadas a este propósito (centros de investigação, bibliotecas, arquivos etc.). Assim, a pesquisa efetuada estimulou, por uma questão de necessidade prática, o recurso às diferentes bases de dados bibliográficos online enquanto fonte principal acesso à literatura científica especializada, o que impôs compreensíveis dificuldades técnicas por um lado e promoveu, por outro lado, o desenvolvimento de um conjunto de competências de pesquisa e manuseamento de um leque abrangente de recursos e fontes de informação.

Dentre as aprendizagens teóricas mais substanciais obtidas ao longo deste estágio, destaca-se o fenómeno do stress, amplamente tratado nos textos seleccionados e analisados. Muito para além do tratamento vago e de uma certa indefinição a que este fenómeno é quotidianamente relegado - comum, de resto, às questões de saúde mental fora da literatura especializada - , a pesquisa empreendida permitiu um olhar mais atento e uma análise mais profunda desta questão, que se revelou complexa e com ramificações mais significativas do que as consequências a curto prazo que mais imediatamente se lhe atribuem. Assim, foi possível compreender os malefícios do stress e as suas consequências médicas naquilo que se refere à disfunção do eixo HPA e às alterações ao nível dos mediadores inflamatórios no cérebro por via da ocorrência prolongada e agravada de eventos geradores de stress e das respostas que esta suscita ao nível dos sistemas nervoso, endócrino e imunitário. Também assim se compreende a relação deste fenómeno com aqueloutro sintetizado no conceito de neuroinflamação e que se refere ao desequilíbrio ou à exacerbação dos sinalizadores imunitários no cérebro, frequentemente associados a transtornos como a psicose, a ansiedade e a depressão. Sobretudo, e onde se agudiza a relação problemática destes distúrbios com o sector demográfico contemplado no estudo da EAPN, esta análise clarificou a vulnerabilidade inerente à infância e à adolescência enquanto períodos de desenvolvimento do sistema central nervoso, em que a ocorrência regular do stress agravado é particularmente propícia a consequências comportamentais, fisiológicas e cognitivas a curto e a longo prazos, estas últimas já representadas em alguns estudos longitudinais.

Em jeito de conclusão, devo dizer que o balanço crítico das aprendizagens efetuadas ao longo deste estágio vis-à-vis os contributos feitos à evolução e ao desenvolvimento do trabalho redundaram numa experiência francamente positiva e enriquecedora no que se refere às competências que me foi possível adquirir e, por outro lado, num primeiro contacto com o trabalho sociológico aplicado - na circunstância, na contribuição bibliográfica e teórica para um estudo de caso -, cujo decorrer possibilitou por sua vez a experiência das incertezas e das contingências a que o trabalho prático se encontra inevitavelmente sujeito, bem como às necessárias alterações e correções ao cronograma do trabalho a desenvolver ou aos próprios instrumentos metodológicos, cuja adequação é ela mesma contingente. Do ponto de vista logístico, foi igualmente importante a observação do funcionamento de uma rede desta extensão e dos desafios à coordenação dos trabalhos desenvolvidos pelos núcleos específicos, condicionamentos que de alguma refletem as desigualdades territoriais verificadas em Portugal e, no momento histórico específico, as desiguais vivências da pandemia de que a investigação em curso dá conta. Em última instância, foi-me grato gerir o conflito entre o conhecimento adquirido ao longo deste

mestrado e através das minhas leituras e as necessidades específicas do trabalho em mãos, cujo desenvolvimento requeria por vezes uma participação diversa. Esta dificuldade, própria de um primeiro contacto com a sociologia aplicada através do envolvimento num projeto com uma dimensão de pesquisa e com esta vertente do mundo profissional, estimulou continuamente o desenvolvimento dos dois domínios de que este relatório tem vindo a dar conta, o que se deveu ao carácter híbrido deste estágio e que tornou indissociáveis o trabalho de investigação e o cumprimento das tarefas requeridas para a prossecução do projeto no seu todo.

7. Bibliografia

- Aguiar, J., Matias, M., Braz, A.C., César, F., Coimbra, S., Gaspar, M.F. and Fontaine, A.M. (2021). Parental Burnout and the COVID-19 Pandemic: How Portuguese Parents Experienced Lockdown Measures. *Family Relations*, 70 (4): 927-938. <https://doi.org/10.1111/fare.12558>
- Ahmad, K., Erqou, S., Shah, N., Nazir, U., Morrison, A. R., Choudhary, G., & Wu, W. C. (2020). Association of poor housing conditions with COVID-19 incidence and mortality across US counties. *PloS one*, 15 (11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241327>
- Amerio, Andrea, Andrea Brambilla, Alessandro Morganti, Andrea Aguglia, Davide Bianchi, Francesca Santi, Luigi Costantini, Anna Odone, Alessandra Costanza, Carlo Signorelli, Gianluca Serafini, Mario Amore, and Stefano Capolongo (2020). COVID-19 Lockdown: Housing Built Environment's Effects on Mental Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (16): 5973. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165973>
- Costa, António Firmino da (2020). Desigualdades sociais e pandemia in Renato Miguel do Carmo; Inês Tavares e Ana Filipa Cândido (orgs.) (2020). *Um Olhar Sociológico sobre a Crise Covid-19 em Livro*, 4-16. Lisboa: Observatório das Desigualdades, CIES-Iscte.
- Aydogdu, Ana Luiza Ferreira (2020). Saúde mental das crianças durante a pandemia causada pelo novo coronavírus: revisão integrativa. *Journal Health NPEPS*. 2020; 5(2)
- Becker, Howard (1973). *Outsiders: studies in the sociology of deviance*. Nova Iorque: Free Press.
- Canuto, Pollyanna Jorge; Lima, Luana de Souza; Barbosa, Hevillyn Cecilia Ventura; Bezerra, Kalyne Araújo (2020). Repercussões do isolamento social diante da pandemia COVID-19: Abordando os impactos na população. *Hygeia, Revista Brasileira De Geografia Médica E Da Saúde*, 122-131. <https://doi.org/10.14393/Hygeia0054398>
- de Figueiredo, C. S., Sandre, P. C., Portugal, L. C. L., Mázala-de-Oliveira, T., da Silva Chagas, L., Raony, Í., Ferreira, E. S., Giestal-de-Araujo, E., dos Santos, A. A., & Bomfim, P. O. S. (2021). COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 106. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110171>.
- Diogo, Fernando (2020). A pobreza e a pandemia em Portugal: um ensaio in, Renato Miguel do Carmo; Inês Tavares e Ana Filipa Cândido (orgs.) (2020). *Um Olhar Sociológico sobre a Crise Covid-19 em Livro* (pp. 181-198). Lisboa, Observatório das Desigualdades, CIES-Iscte.
- Dutra, Joyce; Carvalho, Natália; Saraiva, Thamires (2020). Os Efeitos da Pandemia de Covid-19 na Saúde Mental das Crianças. *Pedagogia em Ação*, 13, (1).

- EAPN (2014). *EAPN Explainer: Poverty and Inequality in the EU*. Disponível em: https://www.eapn.eu/images/docs/poverty%20explainer_web_en.pdf (consultado em 29/6/2022)
- EAPN Portugal (2017). *Poverty Watch 2017*. Disponível em: <https://www.eapn.pt/ficheiro/3b048e8ad3e7cbd51bdbef24771c8f6d> (consultado em 2/6/2021)
- EAPN Portugal (2019). *Poverty Watch 2019*. Disponível em: <https://www.eapn.pt/ficheiro/9250c006b7fc38a595a863ee127b4620> (consultado em 2/6/2021)
- EAPN Portugal (2020). *Poverty Watch 2020*. Disponível em: <https://www.eapn.pt/ficheiro/6788e821c57cdc98e500b99aa26d232c> (consultado em 2/6/2021)
- EAPN UK (2020). *EAPN Explainer: O Que é a Pobreza e Como Combatê-la?*. Duffy, Katherine (org.). Disponível em <https://www.eapn.pt/ficheiro/4aebf4cc9442a9023e6e021e1df90a5d> (consultado em 20/6/2021)
- Evans, G. W., Wells, N. M., & Moch, A. (2003). Housing and Mental Health: A Review of the Evidence and a Methodological and Conceptual Critique. *Journal of Social Issues*, 59(3), 475–500. <https://doi.org/10.1111/1540-4560.00074>
- Ferreira, Virgínia (2018). Entrevistas Focalizadas de grupo - Roteiro da sua utilização numa pesquisa sobre o trabalho nos escritórios. *Atas dos ateliers do Vº Congresso Português de Sociologia (pp102-107)*. Associação Portuguesa de Sociologia. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10316/4816>
- Francisco R, Pedro M, Delvecchio E, Espada JP, Morales A, Mazzeschi C and Orgilés, M (2020). Psychological Symptoms and Behavioral Changes in Children and Adolescents During the Early Phase of COVID-19 Quarantine in Three European Countries. *Frontiers of Psychiatry*, 11: 570164. [10.3389/fpsy.2020.570164](https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.570164)
- Le Vigouroux, S., Lebert-Charron, A., Wendland, J., Boujut, E., Scola, C., & Dorard, G. (2021). COVID-19 and Parental Burnout: Parents Locked Down but Not More Exhausted. *Journal of Family Issues*, 43(7): 1705-1720. <https://doi.org/10.1177/0192513X211030038>
- Linhares, Maria & Enumo, Sônia. (2020). Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. *Estudos de Psicologia*, 37. [10.1590/1982-0275202037e200089](https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200089).
- Ma, Li-Li (2018). A brief analysis of the relationship between housing, mental health and wellbeing under the eco-city context. *Advances in Economics, Business and Management Research*. 60, 930–935. doi: 10.2991/icmesd-18.2018.159

Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza (2019). *Estatísticas Comunitárias Sobre Condições de Vida e Rendimento: Informações, Conceitos e Metodologia*. Disponível em <https://on.eapn.pt/wp-content/uploads/ICOR-Conceitos-e-metodologia.pdf> (consultado em 3/3/2021)

Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza (s.d.). *Quem Somos*. Disponível em <https://on.eapn.pt/o-observatorio/> (consultado a 3/3/2021)

Poppe, Mariana; Aguiar, Bárbara; Sousa, Rodrigo; Oom, Paulo (2021). O Impacto da Pandemia COVID-19 na Saúde Infantil em Portugal: O Relato dos pais. *Ata Médica Portuguesa*, 34 (AOP)

Singh, Shweta; Roy, Deblina; Sinha, Kritika; Parveen, Sheeba; Sharma, Ginni; Joshi, Gunjan (2020). Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Research*, 293: 113429.

Steele, S.F., & Price, J. (2007). *Applied Sociology: Terms, Topics, Tools, and Tasks*. Thomson Wadsworth, Belmont.