

ΕΙΔΙΚΟ ΑΡΘΡΟ

ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΩΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ ΤΗΣ ΚΑΡΑΝΤΙΝΑΣ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ COVID-19 ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥΣ

Φώτιος Μάρης,¹ Αφροδίτη Ζαρταλούδη,² Ιωάννης Κουτελέκος³

1. Παιδίατρος Γ.Ν. Τρικάλων
2. Επίκουρος Καθηγήτρια, Τμήματος Νοσηλευτικής, Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής.
3. Αναπληρωτής Καθηγητής, Τμήματος Νοσηλευτικής, Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών: «Γενική και Εξειδικευμένη Παιδιατρική: Κλινική Πράξη και Έρευνα» Διευθύντρια ΠΜΣ: Ευαγγελία Χαρμανδάρη, MD, MSc, PhD, MRCP (UK), CCT(UK), Καθηγήτρια Παιδιατρικής-Παιδιατρικής Ενδοκρινολογίας, 1η Πανεπιστημιακή Κλινική Γ.Ν.Παιδών «Η Αγία Σοφία», Ιατρική Σχολή Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών

DOI: 10.5281/zenodo.11032280

Cite as: Maris, F., Zartaloudi, A., & Koutelekos, I. (2023). EXPLORATION OF THE PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF QUARANTINE DURING PERIOD COVID-19 AMONG CHILDREN AND ADOLESCENTS. In *Perioperating Nursing (GORNA)* (Vol. 12, Number 2, pp. 147–156). Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11032280>

Περίληψη

Εισαγωγή: Τα παιδιά και οι έφηβοι ανήκουν στις ομάδες πληθυσμού που επηρεάζονται περισσότερο σε ψυχικό, κοινωνικό και σωματικό επίπεδο, λόγω της έλλειψης της πανδημίας και των περιοριστικών μέτρων που εφαρμόστηκαν για τη διαφύλαξη της δημόσιας υγείας και την ασφάλεια των πολιτών. **Σκοπός:** Η διερεύνηση των ψυχολογικών επιπτώσεων παιδιών και εφήβων της καραντίνας σε περίοδο Covid-19 καθώς και των παραγόντων που επηρεάζουν τη στάση των παιδιών προς το φαινόμενο της πανδημίας και της καραντίνας. **Υλικό και Μέθοδος:** Πραγματοποιήθηκε αναζήτηση ανασκοπικών και ερευνητικών άρθρων στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων Pub Med, Google Scholar, από 2019 έως 2022. Η αναζήτηση συμπεριλάμβανε συνδυασμό των διάφορων όρων (π.χ. Πανδημία, ψυχική υγεία, ψυχολογικές επιπτώσεις, καραντίνα, οικογένεια, γονείς, άγχος, θυμός, κατάθλιψη, παιδιά, έφηβοι) καθώς και συνδυασμό των όρων αυτών στην ελληνική και αγγλική γλώσσα, ώστε να αναγνωριστούν και να εμφανιστούν άρθρα που αφορούν το θέμα της μελέτης. **Αποτελέσματα:** Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι, τα παιδιά κατά τη διάρκεια της καραντίνας εκδήλωσαν έντονα συμπτώματα θλίψης, φόβου, άγχους, κατάθλιψης, ιδεοψυχαναγκαστικής διαταραχής, συμπτώματα διαταραχής μετατραυματικού στρες, προβλήματα ύπνου, διατροφής και κοινωνικής συναναστροφής. Στην ηλικιακή ομάδα των εφήβων φάνηκε ότι κατά τη διάρκεια της καραντίνας κυριαρχούσε η κατάθλιψη, το άγχος, η αγχώδης διαταραχή και τα συμπτώματα μετατραυματικού στρες. Ενδιαφέρον, ωστόσο, παρουσιάζει το γεγονός ότι τα παραπάνω συμπτώματα είναι πιο έντονα στους εφήβους απ' ό,τι εμφανίζονται στα παιδιά. Το κλείσιμο των σχολείων, η αδυναμία πρόσβασης στο εκπαιδευτικό υλικό του σχολείου, η απουσία συναναστροφής με άλλα παιδιά ή τους εκπαιδευτικούς, οδήγησε σε ψυχολογική και συναισθηματική κατάρρευση των παιδιών με ειδικές ανάγκες. Τα παιδιά και οι έφηβοι των αναπτυσσόμενων χωρών παρέμειναν εκτός σχολείου για πολύ μεγαλύτερο χρονικό διάστημα απ' ό,τι τα παιδιά των αναπτυγμένων χωρών, αντιμετωπίζοντας κοινωνικά και οικονομικά προβλήματα. **Συμπεράσματα:** Είναι αναγκαία η έγκαιρη εκτίμηση των ψυχολογικών επιπτώσεων στα παιδιά και στους εφήβους, ώστε να εφαρμόζεται αποτελεσματική παρέμβαση, σύμφωνα με τις ηλικιακές ομάδες που ανήκουν. Παράλληλα χρειάζεται συμβουλευτική υποστήριξη και κατάλληλη πληροφόρηση για την πανδημία, ώστε να βελτιωθεί η ψυχική υγεία των παιδιών, των εφήβων, αλλά και των οικογενειών τους.

Λέξεις κλειδιά: Πανδημία, ψυχική υγεία, ψυχολογικές επιπτώσεις, καραντίνα, οικογένεια, γονείς, άγχος, θυμός, κατάθλιψη, παιδιά, έφηβο

Υπεύθυνος Αλληλογραφίας: Φώτιος Μάρης, Ασκληπιού 15 Τρίκαλα, Τηλ: 6977972294, e-mail: fotiosmaris@gmail.com

SPECIAL ARTICLE

EXPLORATION OF THE PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF QUARANTINE DURING PERIOD COVID-19 AMONG CHILDREN AND ADOLESCENTS

Fotios Maris,¹ Afroditi Zartaloudi,² Ioannis Koutelekos³

1. Pediatrician, General Hospital Trikala, Thessalian, Greece
2. Assistant Professor, Department of Nursing, University of West Attica, Athens, Greece
3. Associate Professor, Department of Nursing, University of West Attica, Athens, Greece

Master of Sciences (MSc) Program: « General Pediatrics and Pediatric Subspecialties: Clinical Practice and Research», Director MSc Program: Evangelia Charmandari, MD, MSc, PhD, MRCP(UK), CCT(UK), Professor of Pediatric and Adolescent Endocrinology, First Department of Pediatrics, National and Kapodistrian University of Athens Medical School "Aghia Sophia" Children's Hospital

Abstract

Introduction: Children and adolescents are among the population groups most affected on a mental, social and physical level due to the advent of the pandemic and the restrictive measures implemented to safeguard public health and safety. **Aim:** To explore the psychological impact of quarantine on children and adolescents during Covid-19 and the factors influencing children's attitudes towards the pandemic and quarantine phenomenon. **Method and Material:** A search of review and research articles in the electronic databases Pub Med, Google Scholar, from 2019 to 2022 was conducted. The search included combining different terms (e.g. pandemic, mental health, psychological effects, quarantine, family, parents, anxiety, anger, depression, children, adolescents) and combining these terms in Greek and English to identify and display articles related to the study topic. **Results:** The results showed that children during quarantine, showed strong symptoms of sadness, fear, anxiety, depression, obsessive compulsive disorder (OCD), symptoms of post traumatic stress disorder (PTSD), sleep problems, eating, social interaction. In the age group of adolescents, it was shown that during quarantine, depression, anxiety, OCD and PTSD symptoms were predominant. Interestingly, however, these symptoms were more pronounced in adolescents than they were in children. The closure of schools, the inability to access school materials, the lack of interaction with other children or teachers led to a psychological and emotional breakdown of children with disabilities. In developing countries, children and adolescents remained out of school for a much longer period of time than children in developed countries, facing social and economic problems. **Conclusions:** There is a need for early assessment of the psychological impact on children and adolescents in order to apply effective intervention according to their age groups. At the same time, counselling and appropriate information about the pandemic is needed to improve the mental health of children, adolescents and their families.

Keywords: Pandemic, mental health, psychological impact, quarantine, family, parents, anxiety, anger, depression, children, adolescents

Corresponding author: Fotios Maris, Asklipiou 15 Trikala, mobile: 6977972294, e-mail: fotiosmaris@gmail.com

Οι επιπτώσεις της καραντίνας σε παιδιά και εφήβους

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Σήμερα υπάρχουν περισσότερα από 2,2 δισεκατομμύρια παιδιά στον κόσμο και τα οποία αποτελούν, περίπου, το 28% του συνολικού παγκόσμιου πληθυσμού. Από αυτά, τα παιδιά ηλικίας 10-19 ετών αντιστοιχούν στο 26% του παγκόσμιου πληθυσμού.^(1,2) Η πανδημία του Covid-19 επηρέασε αναμφισβήτητα τις ζωές των ανθρώπων σε όλο τον κόσμο συμπεριλαμβανομένων, φυσικά, των παιδιών και των εφήβων.⁽³⁾ Όπως παρουσιάστηκε παραπάνω, σε ολόκληρο τον κόσμο, προκειμένου να αντιμετωπιστεί η πανδημία και να περιοριστούν όσο το δυνατόν οι μολύνσεις, οι κυβερνήσεις των χωρών εφάρμοσαν τις μεθόδους της καραντίνας και της κοινωνικής αποστασιοποίησης, μετρά που ωστόσο ενδέχεται να έχουν άμεσο και αρνητικό αντίκτυπο τόσο στην ψυχική υγεία των ενηλίκων όσο και των παιδιών.^(2,4,5)

Στο πλαίσιο της προσπάθειας περιορισμού της πανδημίας έκλεισαν τα σχολεία, τα πανεπιστήμια και οι χώροι αθλητικών, ή άλλων, ομαδικών δραστηριοτήτων, όπως θεατρικά εργαστήρια, αίθουσες χορού, κινηματογράφοι κ.ά. Τα παιδιά και οι ενήλικες, επηρεάστηκαν και αυτά σε μεγάλο βαθμό από την πανδημία⁽⁶⁾, γεγονός, το οποίο ενισχύθηκε σημαντικά από τις πληροφορίες που δέχθηκαν τα ίδια τα παιδιά σχετικά με τον Covid-19 από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης (ΜΜΕ) και ειδικότερα, από τα κοινωνικά δίκτυα, όπως και σε άλλες πανδημίες.⁽⁷⁾

Το όφελος της καραντίνας και του επακόλουθου περιορισμού των μετακινήσεων είναι μεγάλο προκειμένου να διασφαλιστεί η υγεία τους και, γενικότερα, η υγεία του γενικού πληθυσμού. Σε περιπτώσεις πανδημίας επηρεάζεται η ζωή των παιδιών και εφήβων σε ψυχικό, κοινωνικό και σωματικό επίπεδο.^(8,9) Τόσο η έκταση όσο και η ένταση των αρνητικών επιδράσεων στην ψυχική υγεία των παιδιών και των

εφήβων εξαρτάται από ποικίλους παράγοντες, όπως η ηλικία, το μορφωτικό επίπεδο, η προσωπικότητα, η προηγηθείσα ψυχική ασθένεια, η οικονομική κατάσταση της οικογένειας, από το αν οι γονείς ή ακόμη και τα ίδια τα παιδιά βρίσκονται σε κατ' οίκον περιορισμό λόγω νόσησης.⁽²⁾ Οι επιπτώσεις στην ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων μπορεί να προληφθούν, να μετριαστούν, αν όχι να εξαλειφθούν ολοκληρωτικά.⁽⁹⁾

Σκοπός αυτής της ανασκοπικής μελέτης ήταν η διερεύνηση των ψυχολογικών επιπτώσεων της καραντίνας σε περίοδο Covid-19 σε παιδιά και εφήβους.

Οι ψυχολογικές επιπτώσεις της καραντίνας σε παιδιά

Σε ό,τι αφορά τα παιδιά, η πανδημία και η καραντίνα έχουν εντονότερες ψυχολογικές επιπτώσεις απ' ό,τι στους ενήλικες, καθώς τα παιδιά είναι περισσότερο ευάλωτα όταν εκτίθενται σε τραυματικά γεγονότα, σε γεγονότα που σημαδεύουν τη ζωή τους⁽¹⁰⁾, παρόλο που τα ίδια δεν νοσούν ή, ακόμη κι αν νοσήσουν, δεν παρουσιάζουν τα έντονα σωματικά συμπτώματα που παρουσιάζουν οι ενήλικες.

Κατά τη διάρκεια της πανδημίας⁽¹¹⁾ τα παιδιά μικρότερης ηλικίας 3 έως 6 ετών ήταν περισσότερο πιθανό να εκδηλώσουν συμπτώματα εξάρτησης από τους άλλους⁽¹²⁾ όπως επίσης φόβο ότι κάποιο μέλος της οικογένειας θα αρρωστήσει από τον ιό συγκριτικά με τα μεγαλύτερα παιδιά ηλικίας 6 έως 18 ετών. Με βάση τις αναφορές των γονέων, τα παιδιά έδειχναν φοβισμένα, αβέβαια για το μέλλον και παράλληλα βίωναν απομόνωση κατά τη διάρκεια της καραντίνας. Επίσης, παρουσίαζαν προβλήματα στον ύπνο⁽¹³⁾, είχαν εφιάλτες, τις περισσότερες φορές δεν τρέφονταν σωστά, δεδομένου ότι υπήρχε περιορισμένη πρόσβαση σε φαγώσιμα αγαθά, ενώ σε πολλές περιπτώσεις οι γονείς αναγκάστηκαν να αλλάξουν τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών τους. Επίσης, κατά τη διάρκεια της καραντίνας τα παιδιά βίωναν έντονο άγχος^(14,15) και ήταν απρόσεκτα.⁽¹⁶⁾

Αναλυτικότερα, κατά τη διάρκεια καραντίνας, τα παιδιά εμφάνισαν έντονα συμπτώματα θλίψης, φόβου, άγχους, κατάθλιψης, ιδεοψυχαναγκαστικής διαταραχής και συμπτώματα διαταραχής μετατραυματικού στρες (PTSD).^(3,5,17-19) Ωστόσο, τα ποσοστά άγχους και κατάθλιψης διέφεραν, ανάλογα με το άτομο που απαντούσε το ερωτηματολόγιο. Οι γονείς ανέφεραν ότι, τα ποσοστά άγχους και κατάθλιψης των παιδιών τους αυξήθηκαν γύρω στο 10%⁽²⁰⁾, ενώ τα παιδιά υποδείκνυαν μεγαλύτερα ποσοστά που ανέρχονταν έως και το 22%.⁽²¹⁾ Παράγοντες κινδύνου για την αύξηση των συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης ήταν ο τόπος διαμονής, το φύλο, η ηλικία, η τάξη που βρίσκονται στο σχολείο και ο φόβος της πανδημίας.⁽²²⁾ Επισημαίνεται ότι τα παιδιά των μονογονεϊκών οικογενειών παρουσίασαν έντονα προβλήματα προσαρμογής στη νέα κατάσταση που επέβαλε η πανδημία.^(23,24) Τα παιδιά των αγροτικών περιοχών,⁽²⁵⁾ των περιοχών που βρίσκονταν πιο κοντά στο επίκεντρο της πανδημίας στη Γουχάν της Κίνας^(12,21) ή σε περιοχές με υψηλά ποσοστά επιμολύνσεων εμφάνιζαν μεγαλύτερα ποσοστά άγχους και κατάθλιψης σε σύγκριση με εκείνα που διαβίωναν στις μητροπολιτικές περιοχές.^(26,27)

Καταλυτικό ρόλο στην εμφάνιση των ψυχολογικών συμπτωμάτων είχε η εκάστοτε στάση (θετική ή αρνητική), που τηρούσαν οι γονείς κατά τη διάρκεια της καραντίνας,⁽²⁸⁾ καθώς βρέθηκε ότι η ψυχική υγεία γονέων και παιδιών σχετιζόταν άμεσα, με τις αντιδράσεις των γονέων με αποτέλεσμα να επηρεάζουν τη στάση και τη συμπεριφορά των παιδιών.^(29,30,31)

Σχετικά με το φύλο, τα κορίτσια ηλικίας 7 έως 12 ετών βίωσαν υψηλότερα επίπεδα φόβου κατά τη διάρκεια της καραντίνας σε σχέση με τα αγόρια.⁽²⁹⁾ Σε άλλη έρευνα βρέθηκε ότι τα κορίτσια σημείωσαν υψηλότερα ποσοστά λύπης, ενώ τα αγόρια υψηλότερα ποσοστά θυμού.⁽³¹⁾ Επίσης, αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι τα κορίτσια εμφανίζουν υψηλότερα ποσοστά άγχους και κατάθλιψης από τα αγόρια.^(32,33)

Αντίθετα, άλλη μελέτη δεν έδειξε διαφορά στις ψυχολογικές αντιδράσεις των αγοριών και των

κοριτσιών που βρίσκονταν σε καραντίνα.⁽²¹⁾ Σε κάθε περίπτωση τα αποτελέσματα των ερευνών σχετικά με το φύλο και τις ψυχολογικές αντιδράσεις στην πανδημία και την καραντίνα είναι αντικρουόμενα και απαιτούνται περισσότερες μελέτες, ώστε να οδηγηθεί κανείς σε ασφαλή συμπεράσματα. Τα αποτελέσματα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας είναι αντικρουόμενα καθώς έρευνα έδειξε εντονότερα συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους σε γυναίκες⁽¹⁷⁾ ενώ άλλη δεν ανέδειξε διαφορά μεταξύ των δύο φύλων στις εκδηλώσεις των συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης κατά τη διάρκεια της καραντίνας.⁽³⁴⁾

Επισημαίνεται ότι, το κλείσιμο των σχολείων μείωσε τις δυνατότητες και τις ευκαιρίες των παιδιών για σωματική άσκηση, δραστηριότητα και κοινωνική ζωή.⁽³⁵⁾ Αυτό είχε ως συνέπεια τα παιδιά να κλειστούν στα σπίτια τους, να δαπανούν πολλές ώρες παρακολουθώντας τηλεόραση και να καταναλώνουν φαγητά με πολλές θερμίδες. Η αναμενόμενη αύξηση βάρους θα μπορούσε να έχει σημαντικές επιπτώσεις στην αύξηση των ποσοστών της παιδικής παχυσαρκίας.⁽³⁶⁾

Οι ψυχολογικές επιπτώσεις της καραντίνας σε εφήβους

Η καραντίνα επηρέασε τη ζωή και την καθημερινότητα των εφήβων, καθώς επέφερε σημαντικές αλλαγές στον μέχρι πρότινος συνηθισμένο τρόπο ζωής, τους ανατρέποντας ό,τι θεωρούσαν δεδομένο και διαταράσσοντας κάθε κοινωνική σχέση. Αυτή η ανατροπή είχε ως επακόλουθο σοβαρές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των εφήβων^(33,37,38) επιπτώσεις οι οποίες είναι περισσότερο έντονες στην προ εφηβεία και εφηβεία σε σχέση με άλλες ηλικιακές ομάδες.⁽³⁴⁾ Για παράδειγμα, σε μελέτες που πραγματοποιήθηκαν μεταξύ μαθητών δημοτικών σχολείων και μαθητών κολεγίων, τα συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης, όπως και διάφορα σωματικά συμπτώματα ως εκδηλώσεις των παραπάνω ψυχολογικών διαταραχών, ήταν εντονότερα στους μαθητές των κολεγίων συγκριτικά με τους

μαθητές των δημοτικών σχολείων. ^(39, 40) Δύο έρευνες στην Κίνα, στην περιοχή της Γουχάν, έδειξαν ότι, οι έφηβοι παρουσίασαν αυξημένα ποσοστά διαταραχής μετατραυματικού στρες μετά την καραντίνα. ^(39,41) Επίσης, η απομόνωση και το συνακόλουθο αίσθημα της μοναξιάς κατά τη διάρκεια της καραντίνας σε πολλές περιπτώσεις προκάλεσε έντονα συμπτώματα άγχους στους εφήβους, ⁽⁴²⁾ συμπτώματα που ενισχύθηκαν από το αίσθημα του φόβου ότι ενδέχεται κάποιο μέλος της οικογένειας, κάποιο συγγενικό πρόσωπο ή κάποιος φίλος τους να νοσήσει. ⁽⁴³⁾ Συνακολούθτα, κατά τη διάρκεια της καραντίνας οι έφηβοι παρουσίασαν συμπτώματα κατάθλιψης και αγχώδους διαταραχής. ⁽²⁵⁾

Σε μία έρευνα βρέθηκε ότι τα συμπτώματα της κατάθλιψης που εμφανίστηκαν στους εφήβους συνδέονται άμεσα με την αυξημένη χρήση του διαδικτύου, των κοινωνικών μέσων και των κινητών τηλεφώνων κατά τη διάρκεια της καραντίνας, ⁽⁴⁴⁾ ενώ σε άλλη μελέτη η κατάθλιψη συνδέθηκε με το άγχος που προκαλούν η πανδημία και η καραντίνα. ⁽⁴⁵⁾ Στην περίπτωση των εφήβων, όπως στην περίπτωση των παιδιών και του γενικού πληθυσμού, οι έφηβες κοπέλες είχαν περισσότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν συμπτώματα κατάθλιψης. ^(46,47) Είναι σημαντικό να αναφερθεί, ότι τα συμπτώματα κατάθλιψης και αγχώδους διαταραχής σε κάποιες περιπτώσεις ήταν εντονότερα σε μεγαλύτερους εφήβους απ' ό,τι σε παιδιά ή προ-εφήβους ^(21,25,33) όπως σε εφήβους μονογονεϊκών οικογενειών ή οικογενειών με χαμηλότερα εισοδήματα, ⁽⁴⁸⁾ το οποίο επιβεβαιώνει ότι η δομή της οικογένειας και η εκάστοτε οικονομική κατάσταση είναι σημαντικοί ανασχετικοί παράγοντες των συμπτωμάτων της πανδημίας και της καραντίνας ειδικότερα. ^(49, 50) Σε μελέτη που πραγματοποιήθηκε, βρέθηκε ότι μία μικρή ή μέτρια ψυχολογική υποστήριξη των εφήβων από την οικογένεια μειώνει σημαντικά την πιθανότητα εμφάνισης αγχώδους διαταραχής στους εφήβους. ⁽⁵¹⁾

Παρόμοια, αποτελέσματα φάνηκαν από ένα πρόγραμμα διατροφής με μέτρια φυσική δραστηριότητα, όπου έδειξαν ότι μειώθηκαν τα επίπεδα

άγχους και κατάθλιψης, ενώ η υψηλής έντασης φυσική δραστηριότητα φάνηκε ότι μειώνει τα επίπεδα αϋπνίας, κατάθλιψης και την εμφάνιση των συμπτωμάτων αγχώδους διαταραχής. ⁽⁵²⁾ Επιπλέον, σε μελέτη που έγινε στον Καναδά, βρέθηκε ότι κατά τη διάρκεια της πανδημίας αυξήθηκε η χρήση κάνναβης και αλκοολούχων ποτών από τους εφήβους. ⁽⁵³⁾ Στην περίπτωση των εφήβων, σε ό,τι αφορά στις επιπτώσεις της πανδημίας και της καραντίνας ή της κοινωνικής αποστασιοποίησης, κυριαρχούν η κατάθλιψη, το άγχος, η αγχώδης διαταραχή και τα συμπτώματα μετατραυματικού στρες. ⁽⁵³⁾

Ενδιαφέρον, ωστόσο, παρουσιάζει το γεγονός ότι τα συμπτώματα αυτά είναι πιο έντονα στους εφήβους απ' ό,τι εμφανίζονται στα παιδιά ^(10,27,35,54), το οποίο σχετίζεται με τις βιολογικές αλλαγές που επισυμβαίνουν στην εφηβεία, π.χ. ορμονικές αλλαγές, και με τη μεγαλύτερη σχολική ή ακαδημαϊκή πίεση που δέχονται οι έφηβοι. ⁽⁵⁴⁾ Επίσης, στην περίπτωση των εφήβων, όπως στις περιπτώσεις του γενικού πληθυσμού και των παιδιών, οι επιπτώσεις της πανδημίας στην ψυχική τους υγεία συνδέονται άμεσα με το δημογραφικό και κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο των εφήβων, όπως και των παιδιών, καθώς οι έφηβοι και τα παιδιά που προέρχονται από κατώτερα οικονομικά στρώματα είναι πλήττονται περισσότερο και εντονότερα. ⁽⁵⁵⁻⁵⁹⁾

Οι επιπτώσεις της καραντίνας σε παιδιά και εφήβους με ειδικές ανάγκες

Σύμφωνα με τα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενειών (CDC/ Centersfor Disease Control and Prevention, 2019) υπολογίζεται ότι 1 στα 6 παιδιά και εφήβους παρουσιάζει σοβαρές νευροαναπτυξιακές, συμπεριφορικές ή συναισθηματικές δυσκολίες. ⁽⁶⁰⁾ Τα παιδιά αυτά παρουσιάζουν συμπτώματα αυτισμού, εγκεφαλικής παράλυσης, διαταραχής ελλειμματικής προσοχής με/ή χωρίς υπερκινητικότητα, όπως και συμπτώματα μαθησιακών, νευρολογικών και αναπτυξιακών δυσκολιών. Ως συνέπεια, αντιμετωπίζουν σημαντικές δυσκολίες σε ό,τι αφορά στην προσαρμογή

τους στα νέα, μη φιλικά, δεδομένα της καραντίνας, καθώς διαταράσσεται σε πολύ μεγάλο βαθμό η οργάνωση της οικείας καθημερινής τους ρουτίνας. (23, 24)

Επίσης, αντιμετωπίζουν δυσκολία στο να κατανοήσουν την αναγκαιότητα ή την καθημερινότητα της καραντίνας και τις αλλαγές που επιφέρει στην καθημερινότητά τους. Επιπλέον, δυσκολεύονται να παραμείνουν σπίτι ή να «δουλέψουν» τις σχολικές εργασίες τους μόνα τους με τους γονείς τους, χωρίς την παρουσία άλλων παιδιών ή χωρίς τη βοήθεια του ειδικού εκπαιδευτικού προσωπικού ή του ατομικού δασκάλου. Το κλείσιμο των σχολείων, η αδυναμία πρόσβασης στο εκπαιδευτικό υλικό του σχολείου, η απουσία συναναστροφής με άλλα παιδιά ή τους εκπαιδευτικούς, ενδέχεται να οδηγήσει σε ψυχολογική και συναισθηματική κατάρρευση των παιδιών με ειδικές ανάγκες,⁽⁶¹⁾ καθώς οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν τα παιδιά αυτά και πριν από την καραντίνα, τώρα πλέον επιτείνονται, δεδομένου ότι οι γονείς δεν μπορούν να διαχειριστούν μόνοι τους τις προκλήσεις και τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν τα παιδιά με ειδικές ανάγκες. Τα παιδιά δεν δείχνουν ανοχή στη νέα κατάσταση που βιώνουν, ενώ τα προηγούμενα συμπτώματα επιδεινώνονται σε αυτό το νέο, εχθρικό, για τα ίδια, περιβάλλον. ^(62,63)

Οι επιπτώσεις στα παιδιά με ειδικές ανάγκες δεν είναι κοινές για όλα τα παιδιά καθώς οι διαταραχές τους είναι διαφορετικές. Για παράδειγμα, η καραντίνα έχει αρνητικό αντίκτυπο τα παιδιά με αυτισμό,⁽⁶⁴⁾ καθώς διαταράσσονται από τις αλλαγές που επισυμβαίνουν στην καθημερινή τους ρουτίνα, με αποτέλεσμα σημαντική αύξηση των προβλημάτων στη συμπεριφορά τους. ⁽⁶⁵⁾

Τα παιδιά με ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή είναι εκείνα που επηρεάζονται περισσότερο σε ψυχολογικό επίπεδο εκδηλώνοντας έντονο άγχος εξαιτίας της ρουτίνας που επιβάλλει η καραντίνα, όπως το πλύσιμο των χεριών και η απολύμανση, με συνέπεια να παρουσιάζουν αύξηση των εμμονών τους σχετικά με τις μολύνσεις και των ψυχαναγκασμών τους για

καθαριότητα και πλύσιμο ενώ τα παιδιά με το Σύνδρομο Αποθησαύρισης ή Σύνδρομο του Διογένη (Hoarding Syndrome or Diogenes Syndrome), ένα σύνδρομο που συνδέεται με την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή και τη ΔΕΠ/Υ, βιώνουν υψηλά επίπεδα άγχους ⁽⁶⁶⁻⁶⁹⁾ που σχετίζονται με την απόκτηση τροφίμων, μασκών και αντισηπτικών.⁽⁵⁶⁾

Είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι η ψυχική υγεία των παιδιών με ειδικές ανάγκες επιδεινώθηκε κατά τη διάρκεια της καραντίνας λόγω δυσκολίας πρόσβασης σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας και κέντρα αποκατάστασης.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Ο ρόλος της οικογένειας, ειδικότερα δε των γονέων, είναι καθοριστικός σε ό,τι αφορά στην αντιμετώπιση των ψυχολογικών επιπτώσεων που έχει η πανδημία και η καραντίνα στη ψυχική υγεία και τη ζωή των παιδιών και των εφήβων.

Η συμπεριφορά των γονέων προς τα παιδιά και τους εφήβους εξαρτάται τόσο από πολλούς παράγοντες που σχετίζονται με τον χαρακτήρα και την προσωπικότητα των ίδιων των γονέων, όσο και από εξωγενείς παράγοντες. Τα παιδιά και οι έφηβοι, που βρέθηκαν πιο κοντά στους γονείς τους κατά τη διάρκεια της πανδημίας και της καραντίνας ένιωσαν καλύτερα, όταν οι σχέσεις ήταν ήδη καλές, ενώ δεν βίωσαν μοναξιά. Είναι αναγκαίο, οι γονείς, να αναλάβουν σημαντική δράση, ώστε να αποφευχθούν οι αρνητικές ψυχολογικές επιπτώσεις της πανδημίας τόσο κατά τη διάρκεια της καραντίνας όσο και μετά την άρση των περιορισμών που υιοθετήθηκαν.

Οι ισχυρές οικογενειακές σχέσεις και οι θετικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μελών της οικογένειας, είναι ισχυροί προστατευτικοί παράγοντες που μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά να ανταπεξέλθουν στις ψυχολογικές επιπτώσεις της πανδημίας. Η ισχυρή σχέση γονέων και παιδιών μπορεί να λειτουργήσει προστατευτικά για τα παιδιά, όπως και για τους εφήβους, ώστε να ξεπεράσουν τη συναισθηματική επιβάρυνση που συνεπάγεται μία φυσική καταστροφή

όπως είναι η πανδημία και η επιβολή καραντίνας. Η πρόσβαση των παιδιών και των εφήβων σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας είναι ζωτικής σημασίας για την πρόληψη και την άμβλυνση των ψυχολογικών επιπτώσεων κατά τη διάρκεια της πανδημίας, αλλά και μετά την πανδημία, στο πιο ευάλωτο και μη προνομιούχο τμήμα της κοινωνίας.

Το επίκεντρο του συστήματος υγειονομικής περίθαλψης και η αντίστοιχη χάραξη της πολιτικής για

την ψυχική υγεία θα πρέπει να είναι η πρόληψη, η προώθηση και οι παρεμβάσεις για την κάλυψη των αναγκών ψυχικής υγείας του πληθυσμού γενικότερα και, ειδικότερα, για τους νέους που αν και δεν υφίστανται τις σωματικές επιπτώσεις από τη μόλυνση με Covid-19, όπως συμβαίνει σε μεγαλύτερες ηλικίες, εντούτοις οι επιπτώσεις στην ψυχική τους υγεία θα μπορούσαν να είναι καταστροφικές.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Shi L, Lu ZA, Que JY, Huang XL, Liu L, Ran MS, et al. Prevalence of and risk factors associated with mental health symptoms among the general population in China during the Coronavirus Disease 2019 Pandemic. *JAMA*. 2020; 377(17):e2014053.
2. Shen K, Yang Y, Wang T, Zhao D, Jiang Y, Jin R, et al. Global Pediatric Pulmonology Alliance. *Diagnosis, Treat Prev*. 2020;16(3):223–231.
3. Caffo E, Asta L, Scandroglio F. Predictors of mental health worsening among children and adolescents during the coronavirus disease 2019 pandemic. *Curr Opin Psychiatry*. 2021;34(6):624–630.
4. Kleinberg B, van der Vegt I, Mozes M. Measuring emotions in the COVID-19 real world worry dataset. In: Verspoor KBC, Dredze M, Ferrara E, May J, Munro R, Paris C, et al., editors. *Proceedings of the 1st workshop on NLP for COVID-19 at ACL*. Association for Computational Linguistics; 2020.
5. Meherali S, Punjani N, Louie-Poon S, Rahim A, K. D, J. K. S, et al. *Z. S Ment Heal Child Adolesc Amidst COVID-19*. 2021;18:7.
6. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17:5.
7. Muris P, Field AP. The role of verbal threat information in the development of childhood fear. "Beware the Jabberwock! *Clin Child Fam Psychol*. 2010;13:129–150.
8. Koutelekos I. Covid-19: Effect in mental health of parents and children. *Perioper nursing, Gorn*. 2020;9(1):1–5.
9. Binagwaho A, Senga J. Children and Adolescent Mental Health in a Time of COVID-19: A Forgotten Priority. *Ann Glob Heal*. 2021;87(1):1–5.
10. Barker MM, Beresford B, Bland M, Fraser LK. Prevalence and incidence of anxiety and depression among children, adolescents, and young adults with life-limiting conditions: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatr*. 2019;173(9):835–844.
11. Viner RM, Russell SJ, Croker H, Packer J, Ward J, Stansfield C, et al. School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: A rapid systematic review. *Lancet Child Adolesc Heal*. 2020;4(5):397–404.
12. Jiao WY, Wang LN, Liu J, Fang SF, Jiao FY, Pettoello-Mantovani M, et al. Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19. *Epidemic J Pediatr*. 2020;221:264–6.
13. Alonso-Martínez AM, Ramírez-Vélez R, García-Alonso Y, Izquierdo M, García-Hermoso A. Physical Activity, Sedentary Behavior, Sleep and Self-Regulation in Spanish Preschoolers during the COVID-19 Lockdown. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(2):693.
14. Wang J, Wang H, Lin H, Richards M, Yang M, Liang H, et al. Study problems and depressive symptoms in adolescents during the COVID-19 outbreak: poor parent-child relationship as a vulnerability. *Glob Heal*. 2021;6(17):1.
15. Saurabh K, Ranjan S. Compliance and psychological impact of quarantine in children and adolescents due to Covid-19 pandemic. *Indian J Pediatr*. 2020;87(7):532–536.

16. Li X, Vanderloo LM, Keown-Stoneman CDG, Cost KT, Charach A, Maguire JL, et al. Screen Use and Mental Health Symptoms in Canadian Children and Youth During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw open*. 2021;4(12): e2140875.
17. Alvis L, Douglas R, Shook NJ, Oosterhoff B. Adolescents' Prosocial Experiences during the COVID-19 Pandemic: Associations with Mental Health and Community Attachments. *Current Psychology*, 2022.
18. Guessoum BS, Lachal J, Radjack R, Carretier E, Minasian S, Benoit L, et al. Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Res*. 2020;291.
19. Rider AE, Ansari E, Varrin HP, Sparrow J. Mental health and wellbeing of children and adolescents during the covid-19 pandemic. *BMJ*. 2021;374:1730.
20. Effler P V, Carcione D, Giele C, Dowse GK, Goggin L, Mak DB. Household responses to pandemic (H1N1) 2009-related school closures, Perth, Western Australia. *Emerg Infect Dis*. 2010;16(2):205–211.
21. Xie X, Xue Q, Zhou Y, Zhu K, Liu Q, Zhang J, et al. Mental health status among children in home confinement during the coronavirus disease 2019 outbreak in Hubei Province, China. *JAMA Pediatr*. 2020;174(9):898–900.
22. Fong C V, Iarocci G. Child and Family Outcomes Following Pandemics: A Systematic Review and Recommendations on COVID-19 Policies. *J Pediatr Psychol*. 2020;45(10):1124–1143.
23. Dubey S, Dubey MJ, Ghosh R, Chatterjee S. Children of frontline COVID-19 warriors: our observations. *J Pediatr*. 2020;224:188–189.
24. Dubey S, Biswas P, Ghosh R, Chatterjee S, Dubey M, Chatterjee S, et al. Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes Metab Syndr*. 2020;14(5):779–788.
25. Zhou J, Liu L, Xue P, Yang X, Tang X. Mental health response to the COVID-19 outbreak in China. *Am J Psychiatry*. 2020;177(7):574–575.
26. Rios-González CM, Palacios JM. Symptoms of Anxiety and Depression during the Outbreak of COVID-19 in Paraguay 2020.
27. Zhou S-J, Zhang L-G, Wang L-L, Guo Z-C, Wang J-Q, Chen J-C, et al. Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2020;29(6):749–758.
28. Liang Z, Delvecchio E, Cheng Y, Mazzeschi C. Parent and Child's Negative Emotions During COVID-19: The Moderating Role of Parental Attachment Style. *Front Psychol*. 2021;12.
29. Remmerswaal D, Muris P. Children's fear reactions to the 2009 Swine Flu pandemic: The role of threat information as provided by parents. *J Anxiety Disord*. 2011;25(3):444–449.
30. Weaver MS, Wiener L. Applying Palliative Care Principles to Communicate With Children about COVID-19. *J Pain Symptom Manage*. 2020;60:1.
31. Sprang G, Silman M. Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster Med Public Health Prep*. 2013;7(1):105–110.
32. Chen Y, Zhou H, Zhou Y, Zhou F. Prevalence of self-reported depression and anxiety among pediatric medical staff members during the COVID-19 outbreak in Guiyang, China. *Psychiatry Res*. 2020;288(11300):5.
33. Chen F, Zheng D, Liu J, Gong Y, Guan Z, Lou D. Depression and Anxiety Among Adolescents during COVID-19: A Cross-Sectional Study. *Brain Behav Immun*. 2020;88:36–38.
34. Liang L, Ren H, Cao R, Hu Y, Qin Z, Li SM. The effect of COVID-19 on youth mental health. *Psychiatr Q*. 2020;91(3):841–852.
35. Xu D-D, Rao W-W, Cao X-L, Wen S-Y, An F-R, Che W-I, et al. Prevalence of depressive symptoms in primary school students in China: a systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2020;268:20–27.
36. Cuschieri S, Grech S. COVID-19: A one-way ticket to a global childhood obesity crisis? *J Diabetes Metab Disord*. 2020;19(2):2027–2030.
37. Glowacz F, Schmits E. Psychological distress during the COVID-19 lockdown: The young adults most at risk. *Psychiatry Res*. 2020;293.
38. Jones AKE, Mitra KA, Bhuiyan RA. Impact of COVID-19 on Mental Health in Adolescents: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18:5.
39. Liu S, Liu Y, Liu Y. Somatic symptoms and concern regarding COVID-19 among Chinese college and primary

- school students: a cross-sectional survey. *Psychiatry Res.* 2020;289: 113070.
40. Liu X, Kakade M, Fuller CJ, Fan B, Fang Y, Kong J, et al. Depression after exposure to stressful events: lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic. *Compr Psychiatry.* 2012;53(1):15–23.
41. Sun L, Sun Z, Wu L, Zhu Z, Zhang F, Shang Z, et al. Prevalence and Risk Factors of Acute Posttraumatic Stress Symptoms during the COVID-19 Outbreak in Wuhan, China. *J Affect Disord.* 2021;283:123–129.
42. Banerjee S, Burkholder G, Sana B, Szirony M. Social Isolation as a predictor for mortality: Implications for COVID-19 prognosis. *MedRxiv.*2020-04.
43. Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res.* 2020;287.
44. Duan L, Shao X, Wang Y, Huang Y, Miao J, Yang X, et al. An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *J Affect Disord.* 2020;275:112–118.
45. Guo J, Fu M, Liu D, Zhang B, Wang X, Van Ijzendoorn MH. Is the psychological impact of exposure to COVID-19 stronger in adolescents with pre-pandemic maltreatment experiences? *A Surv Rural Chinese Adolesc.* 2020;110:104667.
46. Kiliani HA, Bataineh MF, Al-Nawayseh A, Atiyat K, Obeid O, Abu-Hilal MM, et al. Healthy lifestyle behaviors are major predictors of mental wellbeing during COVID-19 pandemic confinement: A study on adult Arabs in higher educational institutions. *PLoS One.* 2020;17:8.
47. Magson NR, Freeman JYA, Rapee RM, Richardson CE, Oar EL, Fardouly J. Risk and Protective Factors for Prospective Changes in Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic. *J Youth Adolesc.* 2021;50(1):44-57.
48. Yang H, Yue Q. COVID-19 and Adolescent Mental Health in the United Kingdom. *J Adolesc Heal.* 2021;69(1):26–32.
49. Mak HW, Kim J, Wang S. The role of parent-adolescent relationships in the development of (pre) hypertension in young adulthood in the US. *J Adolesc Heal.* 2019;64(2):258–264.
50. Brown SM, Doom JR, Lechuga-Peña S, Watamura SE, Koppels T. Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child Abuse Negl.* 2020;110(Pt 2):104699.
51. Qi M, Zhou S-J, Guo Z-C, Zhang L-G, Min H-J, Li X-M, et al. The Effect of Social Support on Mental Health in Chinese Adolescents during the Outbreak of COVID-19. *J Adolesc Heal.* 2020;67(4):514–518.
52. Chi X, Liang K, Chen ST, Huang Q, Huang L, Yu Q, et al. Mental health problems among Chinese adolescents during the COVID-19: The importance of nutrition and physical activity. *Int J Clin Health Psychol.* 2021;21(3):100218
53. Dumas TM, Ellis W, Litt DM. What Does Adolescent Substance Use Look Like During the COVID-19 Pandemic? Examining Chang Freq Soc Context Pandemic-Related Predict. 2020;67(3):354–361.
54. Tang S, Xiang M, Cheung T, Y-T. X. Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion. *J Affect Disord.* 2021;279:353–360.
55. Witt A, Ordóñez A, Martin A, Vitiello B, Fegert JM. Child and adolescent mental health service provision and research during the Covid-19 pandemic: challenges, opportunities, and a call for submissions. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health.* 2020;14:19.
56. Chatterjee SS, Barikar MC, Mukherjee A. Impact of COVID-19 pandemic on preexisting mental health problems. *Asian J Psychiatr.* 2020;51(10207):1.
57. Cui Y, Li Y, Zheng Y. Mental health services for children in China during the COVID-19 pandemic: results of an expert-based national survey among child and adolescent psychiatric hospitals. *Eur Child Adolesc Psychiatry.* 2020;29(6):743–748.
58. Clemens V, Deschamps P, Fegert JM, Anagnostopoulos D, Bailey S, Doyle M, et al. Potential Eff social' distancing Meas Sch lockdown child Adolesc Ment Heal. 2020;29(6):739–742.
59. Carbone SR. Flattening the curve of mental ill-health: the importance of primary prevention in managing the mental health impacts of COVID-19. *Ment Heal Prev.* 2020;19: 200185.
60. Shwetam S, Deblina R, Krittika S, Sheeba P, Ginni S, Gunjan J. Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review

- with recommendations. *Psychiatry Res.* 2020;293:113429.
61. Lee J. Mental health effects of school closures during COVID-19. *Lancet Child Adolesc Heal.* 2020;4:6:421.
62. Chevance A, Gourion D, Hoertel N, Llorca P-M, Thomas P, Bocher R, et al. Assurer les soins aux patients souffrant de troubles psychiques en France pendant l'épidémie à SARS-CoV-2. *Encephale.* 2020;46(3):S3–13.
63. Dalton L, Rapa E, Stein A. Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. *Lancet Child Adolesc Heal.* 2020;4(5):346–347.
64. Sharon CS. RE: Supporting Autism Spectrum Disorder in the face of the COVID-19 pandemic. *Can Med Assoc J.* 2020;192:21.
65. Colizzi M, Sironi E, Antonini F, Ciceri ML, Bovo C, Zoccante L. Psychosocial and behavioral impact of COVID-19 in Autism Spectrum Disorder: An Online Parent Survey. *Brain Sci.* 2020;10:6:341.
66. Tanir Y, Karayagmurlu A, Kaya I, Kaynar BT, Turkmen G, Dambasan NB, et al. Exacerbation of obsessive compulsive disorder symptoms in children and adolescents during COVID-19 pandemic. *Psychiatry Res.* 2020;293:113363.
67. Grant JE, Drummond L, Nicholson TR, Fagan H, Baldwin DS, Fineberg NA, et al. Obsessive-compulsive symptoms and the Covid-19 pandemic: A rapid scoping review. *Neurosci Biobehav Rev.* 2022;132:1086–1098.
68. Wheaton MG, Ward HE, Silber A, McIngvale E, Björngvinsson T. How is the COVID-19 pandemic affecting individuals with obsessive-compulsive disorder (OCD) symptoms? *J Anxiety Disord.* 2021;81: 102410.
69. McGrath J. ADHD and Covid-19: current roadblocks and future opportunities. *Ir J Psychol Med.* 2020;37(3):204–211