

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA - CAMPUS FLORESTAL
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

PEDRO HENRIQUE MARTINS PAIVA

**O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 EM TRÊS ASPECTOS
DO DESENVOLVIMENTO GLOBAL DE ESTUDANTES UMA
REVISÃO NARRATIVA**

**FLORESTAL – MINAS GERAIS
2022**

PEDRO HENRIQUE MARTINS PAIVA

**O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 EM TRÊS ASPECTOS
DO DESENVOLVIMENTO GLOBAL DE ESTUDANTES UMA
REVISÃO NARRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à disciplina EFF 497 Trabalho de Conclusão de Curso, Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Viçosa – Campus Florestal - Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Neilton de Sousa Ferreira Júnior

FLORESTAL – MINAS GERAIS
2022



Ministério da Educação
Universidade Federal de Viçosa
Campus Florestal-Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde
Licenciatura em Educação Física



TERMO DE APROVAÇÃO

O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 EM TRÊS ASPECTOS DO DESENVOLVIMENTO GLOBAL DE ESTUDANTES UMA REVISÃO NARRATIVA

PEDRO HENRIQUE MARTINS PAIVA

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi apresentado no dia 14 de dezembro de 2022, como requisito parcial para obtenção do título de Licenciado em Educação Física. O candidato Pedro Henrique Martins Paiva foi arguido (a) pela Banca Examinadora composta pelos professora abaixo assinados

Professor Dr. Neilton de Sousa Ferreira Júnior (UFV).
Orientador

Professor Daniel Massote de Melo Leite (UFMG)
Membro Titular

Professor Guilherme Lopes de Oliveira (EMDBF)
Membro Titular

Florestal (MG), 14 de dezembro de 2022

RESUMO

PAIVA, Pedro Henrique Martins. O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 EM TRES ASPECTOS DO DESENVOLVIMENTO GLOBAL DE ESTUDANTES UMA REVISÃO NARRATIVA. 2022. 24 Folhas. Trabalho de Conclusão de Curso, (Licenciatura em Educação Física), da Universidade Federal de Viçosa – Campus Florestal - Minas Gerais, 2022.

A pandemia de Covid-19 assustou o mundo nos últimos anos e além de trazer a doença para o cotidiano da população, sabe-se o quanto afetou as pessoas, seja nas atividades comuns do seu dia a dia e nas atividades físicas, seja no ambiente escolar ou nas atividades de lazer. Partindo desse quadro, o presente estudo analisa, por meio de pesquisas sobre os impactos da Covid-19, os desdobramentos que a sua pandemia trouxe à classe dos estudantes no âmbito de três aspectos do desenvolvimento global, a saber a inatividade física, ansiedade e isolamento social. Os estudos preliminares mostram que, dentro de um cenário multifatorial, a condição pandêmica contribuiu para o agravamento de problemas relacionados aos aspectos elencados anteriormente, sendo possível concluir que as respostas a esses desdobramentos ainda não foram devidamente elaboradas. Embora o acúmulo de pesquisas sobre a natureza da Covid-19 e a nova engenharia social que o vírus impõe são abundantes, muito pouco se produziu sobre políticas de tratamento das suas sequelas biopsicossociais. Mais estudos se fazem necessários, de preferência mais propositivos, capazes de alimentar experiências práticas e atentas ao desenvolvimento global.

Palavras Chave: Covid-19. Atividade física. Desenvolvimento Global

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has scared the world in recent years and, in addition to bringing the disease into the daily lives of the population, it is known how much it has affected people, whether in their common day-to-day activities and physical activities, or in the environment. school or leisure activities. Based on this framework, the present study analyses, through research on the impacts of Covid-19, the consequences that its pandemic brought to the class of students in the context of three aspects of global development, namely physical inactivity, anxiety and isolation Social. Preliminary studies show that, within a multifactorial scenario, the pandemic condition has contributed to the aggravation of problems related to the aspects listed above, and it is possible to conclude that the responses to these developments have not yet been properly prepared. Although the accumulation of research on the nature of Covid-19 and the new social engineering that the virus imposes is abundant, very little has been produced on policies for treating its biopsychosocial sequelae. More studies are needed, preferably more propositional ones, capable of feeding practical experiences and attentive to global development.

Keywords: Covid-19. Physical activity. Global Development

LISTA DE ABREVIATURAS

AF (Atividade Física)

OMS (Organização Mundial da Saúde)

ABP (Associação Brasileira de Psiquiatria)

EAI (Associação Adversa na Infância)

TF (Screen time)

UNICEF (Fundo das Nações Unidas para a Infância)

SUMARIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
2 REVISAO BIBLIOGRAFICA.....	9
2.1 APTIDAO FISICA / CONDIÇÃO FISICA	9
2.2 DESENVOLVIMENTO MOTOR	11
2.3 ATIVIDADE FISICA NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA.....	12
2.4 COMPORTAMENTO SEDENTARIO E ATIVIDADE FÍSICA	12
3 OBJETIVOS	13
3.1 OBJETIVO GERAL	13
3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS	14
4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	15
4.1 TIPO DE PESQUISA.....	15
4.2 APRESENTAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DOS DADOS.....	15
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	16
5.1 COMO A PANDEMIA AFETOU O DESENVOLVIMENTO GLOBAL NESSES TRES ASPECTOS DOS JOVENS.	18
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	20
7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	22

1 INTRODUÇÃO

Os dois últimos anos dispensam quaisquer comentários em relação à escala global de uma pandemia de COVID-19. Condição que inevitavelmente afetou crianças e adolescentes dos mais diferentes níveis sociais e territórios, produzindo desdobramentos psicológicos e físicos. Isto porque a pandemia produziu e implicou em dinâmicas de isolamento social, que a despeito da necessidade epidemiológica, também corroborou para os mais diferentes processos de adoecimento. De acordo com o Experiência Adversa na Infância (EAI), esses sintomas podem ser acompanhados de perda no desenvolvimento cognitivo, saúde mental e física (Araújo et al, (2020, p 3).

A Organização Mundial da Saúde (OMS), regulamenta atitudes fundamentais para reduzir a circulação do vírus, para com isso atenuar a propagação e o número de mortes por COVID19. Adotando medidas tais como isolamento social, o uso de máscara, álcool em gel 70%, higienização de superfícies e restrição de atividades externas, visando reduzir aglomerações, a OMS e grande parte dos governos tentaram reduzir ao máximo a dinâmica de contágio. Embora cientes das consequências dessa política, essas instituições pouco puderam fazer ou ainda tateiam possibilidades de políticas de recuperação da massa de sobreviventes sequelados.

Nesse contexto, atividade física regular segundo a OMS, qualquer movimento corporal que resulte em gasto de energia, constituindo um fator de prevenção e redução de riscos coronários, diabetes de tipo II e doenças crônicas não degenerativas. No entanto, o isolamento compulsório e o aumento da inatividade em jovens, aliada a comportamentos sedentários em frente a telas e monitores (*screen time*), ou Tempo de Tela (TL), de acordo com Smith et al., (2020), agravou um quadro já preocupante.

Pesquisas têm mostrado que o isolamento social gerou um grande impacto nas relações psíquicas e físicas, afetando grupos em processo de desenvolvimento motor. Desencadeando distúrbios alimentares, insônia, depressão e ansiedade. Fatores que afetam a capacidade de compreensão da pessoa (FLORENCIO JUNIOR, 2020).

Importa ressaltar que a atividade física ajuda a regular o peso corporal ideal para cada pessoa, sendo uma aliada na diminuição de doenças relacionadas à saúde mental, como os sintomas de ansiedade e depressão e além do melhoramento do processo cognitivo (Tavares, et al., 2020).

A motricidade global está relacionada no estudo da capacidade de adquirir habilidades psicomotoras. Sendo extremamente importante na coordenação durante o desenvolvimento do equilíbrio e postura corporal na infância e sendo aprimorado na adolescência (Alves, et al., 2016)

Como consequência, a evolução do desempenho motor na infância e na adolescência está fortemente associada aos processos de crescimento e maturação. Isso significa ter em vista que na avaliação de desempenhos motores faz-se necessário considerar os aspectos crescimento físico e as idades cronológica e biológica (BÖHME, 1999).

Com o surgimento da pandemia de COVID-19, o isolamento social recomendado pela organização mundial da saúde (OMS) como estratégia mais eficaz de contenção de contágio. O formato de home-office e o ensino escolar remoto produziu um terreno fértil à emergência de problemas relacionados à inatividade física entre os jovens, cujos desdobramentos podem ser observados não apenas no campo de sequelas psíquicas e físicas e sociais (JUNIOR et al., 2020).

Botero (2020), reitera que o isolamento social que foi uma das resultantes da pandemia do coronavírus (Covid-19), levou a quadro da diminuição dos níveis de atividade física e como consequência o aumento de comportamentos sedentários.

O quadro apresentado tem desafiado estudantes e pesquisadores a desenvolver as mais diferentes frentes de pesquisa, sendo as investigações de mapeamento dos efeitos da pandemia uma das iniciativas mais importantes à orientação de políticas de combate ao vírus e as suas sequelas.

2 REVISAO BIBLIOGRAFICA

2.1 APTIDAO FISICA / CONDIÇAO FISICA

Para Arroyo, et al, 2011, p.485, a condição física já é uma medida integrada de todas as funções e estruturas envolvidas no desempenho de atividade física ou exercício. Incluem- se funções musculo- esquelética, cardiorrespiratória, circulação sanguínea e pressão arterial, metabólica e psiconeurologica.

Haugen, et al, 2013, define como um termo mais restrito, pois o interesse em tópicos relacionados a inatividade física, aptidão cardiovascular e comorbidade como a obesidade em jovens, tendo uma maior atenção sobre medidas relacionadas a resistência e composição corporal e outras dimensões ligadas a condição física como o desenvolvimento motor ligadas a atividades diárias como força, coordenação motora e flexibilidade.

Para Matsudo (1998) de forma geral abrange a aptidão física como conjunto de aspectos biológicos e psicossociais que juntos podem gerar um bem-estar e o benefício de uma melhor qualidade de vida.

O conceito de aptidão física relacionada à saúde é o de que um melhor índice em cada um dos seus componentes está associado a um menor risco de desenvolvimento de doenças ou incapacidade funcional (ACSM, 1996). A aptidão física usa elementos que compreendem os fatores morfológicos, funcionais, motores e comportamentais.

Segundo Bailey (2006), a educação física é única disciplina que pode analisar a condição física do aluno em contexto acadêmico. Pois tem um papel fundamental no desenvolvimento cognitivo, psicomotor e afetivo, promovendo e possibilitando uma vida mais saudável, socialização e a prática de atividade física.

A atividade física e aptidão física são conceitos que se relacionam de forma bem orgânica, de acordo com Strong, et al. (2015); Arroyo, et al. E Ortega (2011).

Para que o jovem encontre em condição/aptidão física, tem que executar tarefas referentes a atividade física, logo se faz a prática é porque há uma aptidão física no indivíduo, assim atingindo uma performance que lhe permite aumentar sua condição física.

E com a prática de atividade física regular é capaz de promover com notoriedade a melhora da aptidão física, pois mensurando esses níveis de aptidão nas crianças e adolescentes para a melhora no desempenho de

atividades físicas diárias, evitando transtornos na saúde como comorbidades na fase adulta, como doenças crônicas não degenerativas.

A recomendação diária de atividade física em crianças e jovens é de 60 minutos de atividade de moderada a vigorosa 5 dias por semana, Strong, et al (2015). Nos moldes atuais essa recomendação já não é tão válida, pois há jovens com maiores níveis de sedentarismo, isso se dá ao aumento do tempo de tela (TF) cada vez mais os jovens estão conectados a novas tecnologias, horas e mais horas em frente à televisão, celular e computador. O cronograma escolar também não ajuda na promoção de atividade física, já que os conteúdos programáticos fazem que esses jovens passam muito mais tempo em sala de aula, do que em aulas como a educação física que promovem atividade física. Esta é a única disciplina e momento onde os alunos realizam movimentos corporais onde ajudam na promoção da saúde e qualidade de vida. A urbanização contribuiu ao aumento do sedentarismo causando a diminuição dos níveis aptidão física nesses jovens. Sabe- se que a condição física desses jovens deve ser trabalhada no âmbito escolar pela disciplina de educação física, trazendo de forma orgânica a prática de atividade física, e comportamentos que por forma intuitiva concorda com hábitos de uma vida saudável, (Rodrigues, Bezerra e Saraiva, 2005).

2.2 DESENVOLVIMENTO MOTOR

A aprendizagem e o desenvolvimento caminham juntos na vida da criança. Pois é nessa fase da vida que se desenvolve a base corporal física e a psicológica. Aprendizagem baseado nos sentidos do corpo, assim a criança consegue de forma concreta e estável ir se desenvolvendo ao longo dos anos de forma saudável e de acordo com sua idade de acordo com Nascimento, (2021).

O desempenho motor, na infância, caracteriza-se pela aquisição de habilidades motoras, que oportunizam um domínio do corpo estático ou dinâmico (andar, saltar, arremessar e chutar.). Tais habilidades básicas são requisitadas na vida diária de uma criança, tanto na escola como em casa, a fim de atender aos seus diversos propósitos. Habilidades, denominadas de habilidades motoras básicas, são vistas como o alicerce para a aquisição de habilidades motoras

especializadas, na dimensão esportiva, ocupacional (TANI; MANOEL; KOKUBUN & PROENÇA, 1998).

De acordo com estudos que dependendo da idade a criança vai se desenvolvendo e conseguindo fazer atividades com mais precisão nos movimentos corporais. Sendo assim, o desenvolvimento motor é dividido por mudanças de diversificação e a complexidade Connolly (2000).

Para a aquisição de habilidades motoras, a parte da variabilidade seria de importância para que possa fornecer meios e instrumentos para a aplicação de atividades para a criança permitindo que sua motricidade seja desenvolvida.

2.3 ATIVIDADE FÍSICA NA INFÂNCIA E NA ADOLESCÊNCIA

O nível de atividade física de uma criança pode-se definir quando se tem alguma familiarização ou não com a prática de atividade física ou exercício físico, podendo assim evitar futuras complicações, como por exemplo, doenças crônico-degenerativas e comorbidades (Fonseca 2020).

Na fase da infância torna-se importante o desenvolvimento da aptidão física voltada para a saúde sendo a capacidade básica de exercer atividades diárias sem apresentar cansaço ou fadiga. Relacionando-se a motricidade básica, aptidão familiar com atividade física regular em crianças tem que ser planejadas de forma do contexto do ambiente e abrangendo a faixa etária.

2.4 COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E ATIVIDADE FÍSICA

Os comportamentos sedentários das crianças têm tendência a aumentar em períodos de férias escolares (Olds et al., 2019; Staiano et al., 2015), podendo esse tempo ser alterado caso a criança participe em campos de férias, atividades de tempos livres ou similares (Emm Collison et al., 2019).

De acordo com Botero (2020), a importância de valorizar e de se criar diretrizes voltadas para o aumento de atividade física para a melhora e manutenção da massa muscular, das funções neuromusculares, aptidão cardiorrespiratória e a metabolização da glicose, de forma que não se espera tem-se uma diretriz para diminuição e contenção do contagio do coronavírus

(Covid-19) o isolamento social, resultando na diminuição de simples movimentos diários de um indivíduo comparando-se com a vida normal.

Gualano (2020), disserta em seu estudo que estamos diante de uma nova pandemia, que é a da inatividade física. Afirmando que uma a cada dez mortes no mundo se atribui a falta de atividade física na vida do indivíduo, com isso o aumento de óbitos por inatividade física intensificada pelo isolamento.

Assim, com o surgimento da pandemia de COVID-19 e o isolamento social e o provável aumento da inatividade física nas crianças e adolescentes, forçando os jovens repentinamente ficarem inativas fisicamente até aqueles que de acordo com OMS eram classificadas como ativos fisicamente, assim desenvolvendo e adotando comportamentos sedentários, Narici et al (2020).

Com isso de acordo com estudos foi-se notando desenvolvimento da perda da massa muscular dando lugar a tecido adiposo, aumento da gordura corporal, chegando ao ponto de obesidade.

A inatividade causa danos a enervação muscular. Narici et al., (2020) sugere que a atrofia muscular surge de processos neurodegenerativos, assim deteriorando o sistema muscular causado pela inatividade decorrente da pandemia de covid 19 e a restrição por conta do isolamento social.

Botero (2020), ressalta a falta da manutenção do bem-estar do indivíduo e a perda da qualidade de vida, que se dá a inatividade física consequentemente o aumento de comportamentos relacionados ao sedentarismo, com isso a extrema importância da atividade física na vida deste indivíduo. Destaca também que uma simples caminhada considerada uma atividade física básica para qualquer indivíduo, já se tem uma melhora imensa no quadro de saúde e na diminuição em doenças crônicas que possa a vir se desenvolver.

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

- Analisar o que a literatura especializada tem a dizer sobre os impactos da pandemia de COVID-19 sobre inatividade física, ansiedade e isolamento social no desenvolvimento global nos jovens.

3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Destacar os principais fatores que incidem sobre o desenvolvimento global.
- Verticalizar três aspectos do desenvolvimento global influenciados pelo COVID-19 e pelas medidas sanitárias de combate ao vírus.

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

4.1 TIPO DE PESQUISA

Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão narrativa, que busca na literatura uma base de dados para fomentar uma posição teórica acerca do tema proposto, expressa na forma narrativa. Clandinin e Connely (2000 p 20) definem essa proposta metodológica como “uma forma de entender a experiência”, em um processo de colaboração entre pesquisador e pesquisado, sendo esse último, no caso da presente pesquisa, a fortuna de textos. A pesquisa narrativa mais comum pode ser descrita como uma metodologia que consiste na coleta de histórias sobre determinado tema, em que o investigador busca encontrar informações para entender e apresentar determinado fenômeno. Além disso, esse autor pode escolher um tema e definir quais autores irá ler e utilizar para a finalidade do estudo.

Nesse sentido propus esse experimento narrativo, baseado nas referências bibliográficas aqui reunidas no formato de uma revisão narrativa.

4.2 APRESENTAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DOS DADOS

Essa pesquisa surgiu com intuito de verificar na literatura recente sobre os impactos da pandemia de covid 19 sobre aspectos da saúde mental e do desenvolvimento motor, a inatividade no período de isolamento social, resultante das medidas sanitárias de contenção a disseminação do vírus.

Com isso, essa revisão de literatura utiliza de ferramentas digitais para encontrar estudos com o tema em questão, valendo-se de algumas palavras-chave, tais como “pandemia covid 19”, “desenvolvimento motor”, “atividade física em escolares”, “inatividade física”, “isolamento social”, “ansiedade”. Os mecanismos de busca utilizados são o “google acadêmico” e o “Pubmed”. Pesquisa que ocorreu entre março e novembro de 2022, concentrando-se especificamente nos textos mais recentes relacionados ao tema.

Esta pesquisa, portanto, se caracteriza como uma revisão narrativa de artigos referentes aos possíveis impactos da pandemia sobre o desenvolvimento global motor em jovens. Visa cobrir um panorama inicial e preparatório para o estudo das ações de contenção dos danos e sequelas da pandemia, destacando, para fins de delimitação, um aspecto psicológico, um aspecto fisiológico e um aspecto social.

Artigos que foram publicados entre 2020 a 2022 e até o presente. E que restringiu aos estudos empíricos voltados para território nacional. Também foi realizada uma busca nas referências dos artigos encontrados para suprir informações relacionadas ao tema.

Para a busca de artigos, foram utilizadas as seguintes bases de dados:

- Pubmed
- Google acadêmico

Os critérios de inclusão dos artigos no presente estudo de revisão narrativa foram:

- Artigos publicados em português e inglês, com palavras chave: Atividade física, desenvolvimento global, jovens escolares, pandemia covid -19, coronavírus, inatividade física.
- Artigos que estabeleçam relação entre desenvolvimento global e covid-19.
- Artigos que destacam em sua metodologia a confiabilidade; e/ou a objetividades e/ou a validade do quanto a pandemia afetou na inatividade física.
- Faixa etária dos jovens presentes nos estudos é de 10 a 16 anos.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo (OMS), a depressão é um transtorno mental comum no mundo. Atinge pessoas de várias idades e principalmente mulheres são as mais afetadas que os homens. A depressão acompanha sintomas de baixa produtividade e o isolamento social. A depressão pode-se acompanhar com crises de ansiedade.

A ansiedade de acordo com a (ABP), Associação Brasileira de Psiquiatria, é um transtorno mental e estão associados a experiencias de vida, corpo e ambiente.

De acordo com os estudos é comprovado cientificamente que a falta de sono, atrapalha o crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes, comprometendo a saúde física e mental. Em decorrência disso a mudança de rotina repentina vem se desenvolvendo o estresse e alterações no humor causando irregularidade do sono, sonolência e a piora do desempenho escolar (Morim, 2020).

Rajkumar (2020), frisa a importância dos estudos na atual literatura em relação a pandemia, que as descobertas que vem sendo feitas ajudarão no futuro para tecer estratégias de apoio psicológico a população. De acordo com esses dados encontrados o impacto psicológico constatado na população feminina e dos jovens escolares onde já constavam os maiores índices de poder desenvolver depressão, estresse e ansiedade baseados em informações sociodemográficas do estudo.

Com isso pode se dizer que é possível que crianças e adolescentes apresentam danos tanto para saúde física e mental, com decorrência da inatividade nesse período da pandemia de covid – 19. Levando em consideração (Junior, apud 2020), a prática de atividade física regular é de extrema importância para regulação do peso corporal, levando a melhora do desenvolvimento cognitivo. Vê- se a importância de se manter fisicamente ativo com atividades que possa vir a ser realizadas no âmbito residencial.

Com Tavares, et al 2020, relatou que jovens que não praticaram atividade física fora do contexto escolar, apresentaram índices que remetem a inatividade física durante a pandemia. Resultados já eram esperados devido as restrições de isolamento social e para a prática de atividade física em locais abertos como parques e praças e em locais fechados como ginásios poliesportivos e academias. Com isso favorecendo o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis como os baixos níveis encontrados de imunidade fisiológica e aumento de peso.

Sustenta-se uma preocupação em relação a prática de atividade física em jovens, pois os resultados encontrados mostram os baixos níveis de atividade física além da normalidade que se espera. Com pandemia só

aumentam essa variável já que os jovens estão em casa e suas atividades escolares em modo online, Cordeiro (2020).

O desenvolvimento cognitivo e motor, através da atividade física aperfeiçoa habilidades motoras rudimentares, fundamentais e especializadas e promove também a socialização da criança (Neto, 2020), podendo assim afirmar-se que as crianças que são fisicamente inativas podem apresentar déficit nesses aspectos.

5.1 COMO A PANDEMIA AFETOU O DESENVOLVIMENTO GLOBAL NESSES TRES ASPECTOS DOS JOVENS.

De acordo com Tavares et al (2020), existe estudos que mostram que pessoas que praticam atividade física no lazer na infância e/ou na adolescência, podem apresentar no futuro maior envolvimento com a prática na fase adulta. No entanto, em condições extremas, como o isolamento social e as restrições causadas pela a pandemia de COVID-19, torna-se necessário entender a importância do comportamento de prática de atividades físicas e exercícios físicos em momentos de lazer. Esse conhecimento poderá no futuro traçar ações em prol do bem-estar e a manutenção desse comportamento ao longo da vida.

Tavares et al, (2020) ressalta outros fatores que podem estar interrelacionados com os níveis de atividade física de alunos, como exemplo, os problemas estruturais que a Educação Física escolar enfrenta, tanto antes da pandemia e principalmente pós pandemia, com a efetivação de por exemplo o novo ensino médio, onde essa carga horaria foi agressivamente diminuída. Neste sentido, a atividade física e as práticas corporais que poderiam ser aprendidas e praticadas no contexto escolar, não são incorporadas no cotidiano da criança e/ou do adolescente, sendo este comportamento, dificilmente mantido na fase adulta

Mata et al. (2021) relata as evidências mostradas nos estudos revelando os graus do impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental em crianças e adolescentes sendo a classe mais vulnerável e afetada nesse período

pandêmico. Indicadores mostraram os principais sintomas na parte psicológica o estresse, ansiedade e depressão, e na parte do desenvolvimento motor, o sedentarismo diretamente relacionado a inatividade física nesse período, atrelado ao isolamento social com o fechamento de escolas, áreas públicas com práticas de atividades físicas e esportivas, assim momentos de incertezas, influenciando negativamente a saúde mental dessa população e ocasionando transtornos psicomotores.

Desse modo, o isolamento social imposto sendo uma das principais medidas sanitárias para diminuírem a curva de contaminação pela COVID-19, os adolescentes e as crianças experimentam maiores sentimentos de solidão e o estado de solitude, acarretando efeitos negativos na saúde mental através de sintomas supracitados (YOSHIKAWA H et al. 2020).

Um estudo da UNICEF (2021), relata que o impacto sobre a saúde mental e o bem estar de crianças e adolescentes continua preocupante. Os lockdowns nacionais e a restrição de circulação afetou diretamente pelo menos 1,6 bilhão de crianças ao redor do globo tiveram uma perda na aprendizagem. Essa quebra da rotina, a área da educação, saúde e financeira tem levado os jovens a temerem pelo seu futuro e do seu núcleo familiar, desenvolvendo sinais de irritação e ansiedade. A saúde mental e o bem estar físico estão ligados e não poderão tratar-se separadamente.

Uma pesquisa da UNICEF (2022), mostrou como é fundamental buscar ajuda para cuidar da saúde mental em ambos os sexos, o estudo reuniu mais de 7,7 mil jovens do Brasil, onde essa população foi procurar ajuda psicológica. Os brasileiros recentemente começaram a retomar suas atividades cotidianas com uma significativa melhora da pandemia de COVID -19, mas a saúde mental desses jovens é uma pauta preocupante. Nessa enquete criada para avaliar o bem estar mental desses jovens, a amostra obteve resultados que 35% dos jovens diziam estar “ansiosos” (as).

Mas se notou que metade dessa população buscou recorrer ajuda de profissionais da saúde, familiares ou amigos em relação a saúde mental. Motivos também destacados do porque alguns não procuram ajuda, prevaleceu insegurança, medo de julgamento e a falta de informação sobre a quem recorrer.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das evidências e as pesquisas encontradas no contexto de período pandêmico e pós pandêmico neste estudo, ficou clara a necessidade de se desenvolver mais trabalhos nessa área do desenvolvimento global levando em consideração os três aspectos apresentados no estudo. São eles: Ansiedade; Inatividade Física; Isolamento Social, aspectos do desenvolvimento psicológico, motor e social de crianças e adolescentes.

Durante a análise dos resultados, foram mostrados como esses fatores atrapalham o desenvolvimento desses indivíduos perante a sociedade, assim no futuro terão de lidar com problemas como, doenças crônicas evidenciando sinais de sedentarismo ao longo desse tempo pela inatividade física, crises de estresse e ansiedade podendo desenvolver problemas de saúde mental e dificuldade de se relacionar com outras pessoas podendo desenvolver fobia social. Esse é período mais importante da vida do ser humano, pois seu futuro está atrelado a ações ou vivencias do passado.

Outro ponto a se destacar é mostrar o quanto é importante a participação de profissionais da saúde nesse período, professores de educação física, médicos, psicólogos e o mais importante o berço familiar. Vimos nos estudos que uma parte dessa população não procurou ajuda de profissionais por conta de pré-julgamentos estabelecidos na sociedade, por não saber a quem recorrer ou procurar órgãos governamentais.

Nesse período pós-pandêmico ficou claro as mazelas que essa população enfrenta, pois principalmente aqueles líderes que deviam tomar atitudes visando o bem dessa população submeteram a julgar a dimensão da pandemia de COVID-19. Não foi apenas danos financeiros que foram causadas, o coronavírus evidenciou a precariedade geral do sistema de saúde para receber os contaminados e sequelados.

Para que consigamos identificar quais as predominâncias atuais e quais passos devemos dar, é importante que novos estudos sejam feitos, para acrescentar ainda mais resultados que evidenciam o quanto importante é as pesquisas, para traçarmos uma linha de pensamento para a recuperação física e psicológica dessa população. Uma linha em que o estado cria medidas juntas ao ministério da economia, educação e saúde, com a liberação de verba para

desenvolvimento de estudos na área do desenvolvimento global pré e pós pandemia, criação de ongs para oferecer suporte técnico para área física e psicológica e social, mostrando que essa população não está desamparada. Deste modo é importante sempre acompanhar o desenvolvimento dos participantes nesse período pós pandemia.

Só com Pesquisas futuras que vamos verificar as diferenças existentes antes da pandemia, pós pandemia onde o objeto do estudo dos três fatores abordados na pesquisa, se houveram um desenvolvimento positivo no projeto de recuperar essas crianças, só assim farão expandir nossos horizontes sobre o entendimento sobre o assunto.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAUJO, Liubiana Arantes de, Cássio Frederico Veloso, Matheus de Campos Souza, João Marcos Coelho de Azevedo, Giulio Tarro, **The Potential Impact of the COVID-19 Pandemic on Child Growth and Development: a Systematic Review**, Jornal de Pediatria, Volume 97, Issue 4, 2021, Pages 369-377, ISSN 0021-7557, Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.jped.2020.08.008>>

ARDOY, D. N., Fernández-Rodríguez, J. M., Ruiz, J. R., Chillón, P., España-Romero, V., Castillo, M. J., & Ortega, F. B. (2011). **Improving Physical Fitness in Adolescents Through a School-Based Intervention: the EDUFIT Study**. Revista Española de Cardiología (English Edition), 64(6), 484- 491.

ALVES, Aline Alher Meira , Bruna Beneli de Souza Campos, Paula Regina Gehring Bertolassi.(2016). **A Motricidade Global Como Ferramenta Psicomotora Atuante na Educação Física Escolar**, VII Concepar. ISSN 1983-7178 Disponível em:<https://concepar.grupointegrado.br/resumo/a-motricidade-global-como-ferramenta-psicomotora-atuante-na-educacao-fisica-escolar/480/1007>.

BAILEY, R. **Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes**. (2006) Journal of School Health, 76(8), 397–401.

CLANDININ, D. Jean; CONNELLY, F. Michael. **Narrative inquiry: Experience and Story in Qualitative Research**. John Wiley & Sons, 2004.

CORDEIRO, Karolina Maria de Araújo, **O Impacto da Pandemia na Educação: A Utilização da Tecnologia como Ferramenta de Ensino**, 2020, Disponível em: <http://dspace.sws.net.br/jspui/handle/prefix/1157>

EMM-COLLINSON, L. G., JAGO, R., SALWAY, R., THOMPSON, J. L., & SEBIRE, S. J. (2019). **Longitudinal Associations Between Parents' Motivations to Exercise and Their Moderate-To-Vigorous physical Activity**. *Psychology of Sport and Exercise*, 43,343–349. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.04.007>

GLANER, M. **Importância da Aptidão Física Relacionada a Saúde**. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 5(2), 75-85. (2003)

GUEDES, D. P; GUEDES, J.R.R. **Crescimento e Desempenho Motor em Escolares**. Cad. Saúde Pública 9 (suppl1), 1993. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X1993000500007>>.

Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Ministério da saúde, Secretaria de Atenção Primária à saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2021 54p.i.

HAUGEN, T., OMMUNDSEN, Y., & SEILER, S. **The Relationship Between Physical Activity and Physical Self-Esteem in Adolescents: The Role of Physical Fitness Indices**. Pediatric Exercise Science, v. 25, n. 1, p. 138-153, 2013.

FLORÊNCIO, Júnior P.G., PIANO, R., COSTA, A. S. **Isolamento social: Consequências Físicas e Mentais da Inatividade Física em Crianças e Adolescentes**. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde, n. 25, p. 25:1-2, 2020. Disponível em: <<https://www.rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14263>>.

MATSUDO S., ARAÚJO, T.L., MATSUDO, V.K.R., ANDRADE, D.R., VALQUER, W. **Nível de Atividade Física em Crianças e Adolescentes de Diferentes Regiões de Desenvolvimento**. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde, v.3, n4, p.1426. 2022. Disponível em:<<https://rbafs.emnuvens.com.br/RBAFS/article/view/1095>>

NETO, C. **Libertem as crianças: a urgência de brincar e ser ativo**. São Paulo: Contraponto, 2000.

BOTERO, J.P, FARAH, B.Q., CORREIA, M.A., LAFRANO-PRADO., CUTACO, G.G., SHUMATE, G, et al. **Impacto da Permanência em Casa e do Isolamento Social, em Função da COVID-19, Sobre o Nível de Atividade Física e o Comportamento Sedentário em Adultos Brasileiros**. Einstein (São Paulo). 2021; 19:eAE6156. Disponível em: DOI: 10.31744/einstein_journal/2021AE6156

OMS. ONU News: Covid-19: Oms divulga guia com cuidados para saúde mental durante pandemia. 2020. p. 1–10. Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2020/03/1707792>.

MATA, A. A. da, SILVA, A. C. F. L., BERNARDES, F. de S., GOMES, G. de A., SILVA, I. R., MEIRELLES, J. P. S. C., SOARES, L. G., GARCIA, L. P. C., FERREIRA, M. B. S., BERNARDES, P. de S., & BECHARA, L. de S. **Impacto da Pandemia de COVID-19 na Saúde Mental de Crianças e Adolescentes: uma Revisão Integrativa**. Brazilian Journal of Development, 7(1), 6901–6917, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n1-466>

GUALANO, Bruno. **Está na hora de falar de uma outra pandemia: a da inatividade física**. Folha de São Paulo, 01 jun. 2020. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibriosaudade/2020/06/esta-na-hora-de-falar-de-uma-outra-pandemia-a-da-inatividade-fisica.shtml>. Acessado em 10 de dezembro de 2022.

FONSECA, Otávio Miguel Pires; CAETANO, TOLEDO, Isabella; SALES, Bianca Christian Medeiros; OLIVEIRA, Renata Aparecida Rodrigues. **Nível de atividade física em adolescentes**. 2020, Disponível em:<https://revista.unifagoc.edu.br/index.php/caderno/article/view/774>.

RAVI, Philip Rajkumar, **COVID-19 and Mental Health: A Review of the Existing Literature**, Asian Journal of Psychiatry, Volume 52, 2020, 102066, ISSN 1876-

2018. Disponível
em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876201820301775>

RODRIGUES, L. P., Bezerra, P., & Saraiva, L. **Influência do meio (urbano e rural) no padrão de aptidão física de rapazes de Viana do Castelo, Portugal.** Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, 5, 77-84, 2005.

SMITH L, JACOB L., TROTT M., YAKKUNDI A, BUTLER, L., BARNETT, Y., ARMSTRONG, N.C, McDERMOTT D., SCHUCH F., MEYER J., LÓPES-BUENO, R., SÁNCHEZ, G.F. L., BRADLEY, D., TULLY, M.A. **The Association Between Screen Time and Mental Health During COVID-19: A Cross Sectional Study.** Psychiatry Res. 2020; 292:113333. Disponível em: <doi: 10.1016/j.psychres.2020.113333.>

CARVALHO, F. F; FREITAS, D. D.; AKERMAN, M. **O “Novo Normal” na Atividade Física e Saúde: Pandemias e Uberização?** Movimento, [s. l.], v. 27, p. e27022, 2021.

TAVARES G. H, OLIVEIRA D.P, RODRIGUES L. R, MOTA, C. G, SOUSA T.F, POLO, M.C.E. **Inatividade Física no Lazer Durante a pandemia da COVID-19 em Universitários de Minas Gerais.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. 2020, 25:e0178. Disponível em :DOI: 10.12820/rbafs.25e0178.

YOSHIKAWA, H.; WUERMLI, A.J.; BRITTO, P.R.; DREYER, BREYER, B.; LECKMAN, J.F.; LYE, S.J.; et al. **Effects of the Global Coronavirus Disease-2019 Pandemic on Early Childhood Development: Short-and Long-Term Risks and Mitigating Program and Policy Actions.** J Pediatric, v, 233, p. 188-193, 2020

UNICEF. **The State of the World's Children 2021; On My Mind: promoting, protecting and caring for children's mental health.** 2021 Disponível em: <https://www.unicef.org/reports/stateworldschildren2021?utm_source=referral&utm_medium=media&utm_campaign=sowcweb.2021>. Acesso em 10 de dezembro 2022>

UNICEF. **Metade dos adolescentes e jovens sentiu necessidade de pedir ajuda em relação à saúde mental recentemente, mostra enquete do UNICEF com a Viração.2022.** Disponível em : <<https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/metade-dos-adolescentes-e-jovens-sentiu-necessidade-de-pedir-ajuda-em-relacao-a-saude-mental-recentemente>>. Acesso em 10 de dezembro 2022>.