

Ansiedade dos pais teve impacto nos filhos

Estudo revela que 8% apresentam níveis superiores ao normal

PANDEMIA Os níveis de ansiedade e de depressão dos pais pioraram na segunda fase da covid-19, com repercussões no estado emocional dos filhos. Em geral, as crianças conseguiram lidar com a pandemia e as suas consequências, mas 8% têm um nível de ansiedade acima do considerado funcional. Medo, tristeza, dificuldades em dormir ou de concentração afetam entre 4% e 15%.

São conclusões da segunda fase do estudo “O que pensam e o que sentem as famílias em isolamento social”, do Instituto de Apoio à Criança (IAC). A investigação decorreu em 2021 e 2022 para avaliar o que as famílias pensavam e sentiam nas duas fases da pandemia.

REFORÇAR INTERVENÇÕES

“Observámos que os pais apresentaram, em média e percentualmente, níveis de stress inferiores, mas níveis de ansiedade e de depressão superiores aos valores encontrados no início da pandemia”, conclui o relatório, assinado por Fernanda Salvaterra e Mara Chora. Segundo o documento, os valores de ansiedade, depressão e stress acima da norma situaram-se entre os 22% e os 23% para os adultos.

“De modo geral, as crianças estão a lidar com a pandemia e com as suas consequências de forma adaptativa. Contudo, não podemos deixar de ignorar os casos em que isto não acontece, sendo importante reforçar a necessidade de se pensar em intervenções que ajudem a mitigar os efeitos da pandemia neste grupo de crianças”, alertam as investigadoras. Da mesma forma, destacam “a necessidade de os pais estarem mais alerta ou não desvalorizarem o que as crianças sentem”, dando-lhes uma resposta adequada em cada momento. ● INÊS SCHRECK