

ΒΡΑΧΕΙΑ ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ SHORT COMMUNICATION

ΑΡΧΕΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ 2021, 38(2):237-239
ARCHIVES OF HELLENIC MEDICINE 2021, 38(2):237-239

Συναισθηματικές διαταραχές κατά τη διάρκεια της πανδημίας Μια σύντομη ανάλυση με επίκεντρο τα παιδιά και τους εφήβους

Δ. Καββαδάς,¹ Θ. Παπαμήτσου,¹
Σ. Χεριστανίδης,² Β. Κούννου³

¹Εργαστήριο Ιστολογίας και Εμβρυολογίας, Τμήμα
Ιατρικής, Σχολή Επιστημών Υγείας, Αριστοτέλειο
Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη

²Εργαστήριο Φυσικής της Ατμόσφαιρας, Τμήμα Φυσικής,
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη

³Σχολή Οικονομικών και Περιφερειακών Σπουδών,
Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη

Emotional crisis during the pandemic:
A mini-analysis in children and adolescents

Abstract at the end of the article

Λέξεις ευρετηρίου: Άγχος, Εκπαίδευση, Κατάθλιψη, Κορωνοϊός,
Κρίση, Μαθητές, Πανδημία

Η τρέχουσα επιδημία της Covid-19, που προκλήθηκε από τον νέο κορωνοϊό Sars-Cov-2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2), έχει μετατραπεί σε μια πρωτοφανή κατάσταση έκτακτης ανάγκης.¹

Το πρώτο επιβεβαιωμένο κρούσμα της πανδημίας εντοπίστηκε τον Δεκέμβριο του 2019 στη Wuhan της επαρχίας Hubei στην Κίνα, ενώ ο ιός εξαπλώθηκε αμέσως σε ολόκληρη την ήπειρο και, σε λίγες εβδομάδες, στον υπόλοιπο κόσμο.² Η ιδιαίτερη ονομασία του προήλθε από έναν συγκεκριμένο τύπο γλυκοπρωτεϊνών που καλύπτει την επιφάνεια του ιού, σχηματίζοντας μια «ηλιακή κορώνα» (σαν στέμμα) και η οποία είναι ορατή μέσω ηλεκτρονικού μικροσκοπίου.³ Η μόλυνση από τον συγκεκριμένο ιό (SARS-Cov-2) μπορεί να οδηγήσει είτε σε ασυμπτωματικά άτομα που φέρουν το στέλεχος, είτε στην ανάπτυξη μιας απλής συμπτωματολογίας

(βήχας, ρινική συμφόρηση, πυρετός, μυαλγία), η οποία με τη σειρά της ενδέχεται τελικά να εξελιχθεί σε σοβαρή οξεία πνευμονία. Με βάση τα στατιστικά δεδομένα, ένα τεράστιο ποσοστό, έως και 75% των ασθενών, αναπτύσσει σοβαρή οξεία πνευμονία (κυρίως ηλικίας >60 ετών).⁴

Στις απαρχές της πανδημίας και, συγκεκριμένα στις 20 Φεβρουαρίου 2020, σημειώθηκαν συνολικά 75.995 επιβεβαιωμένα περιστατικά, συμπεριλαμβανομένων 2.239 θανάτων στην Κίνα και 1.200 επιβεβαιωμένες περιπτώσεις, συμπεριλαμβανομένων 8 θανάτων, εκτός της Κίνας.⁵ Από τις 16 Μαρτίου 2020 σημειώθηκαν 168.826 επιβεβαιωμένα κρούσματα, συμπεριλαμβανομένων 6.503 θανάτων παγκοσμίως. Στην Κίνα, κατά την έκρηξη της πανδημίας, 42.000 ιατροί και νοσοκομειακό προσωπικό από όλη τη χώρα έσπευσαν προς υποστήριξη στη Wuhan.⁶ Μέχρι τις 7 Ιουλίου 2020 ο αριθμός των νεκρών είχε ανέλθει στους 593.195 παγκοσμίως, ενώ τα επιβεβαιωμένα κρούσματα ήταν 13.971.138. Έως τότε είχαν καταγραφεί 3.939 επιβεβαιωμένες περιπτώσεις στην Ελλάδα και 193 θάνατοι, καθιστώντας τη χώρα μας 98η στην παγκόσμια κατάταξη (215 χώρες). Αυτά τα δεδομένα αποτελούν τα στοιχεία του πρώτου κύματος της πανδημίας στην Ελλάδα και σε όλο τον πλανήτη.

Εκτός από τον καταστροφικό αντίκτυπο στη σωματική υγεία και τον τεράστιο αριθμό θανάτων, αυτός ο νέος κορωνοϊός φαίνεται να αυξάνει επικίνδυνα το άγχος και την κατάθλιψη σε παγκόσμιο επίπεδο. Είναι ενδιαφέρον ότι τα νεότερα άτομα με χρόνιες παθήσεις αναφέρουν ότι αισθάνονται περισσότερο stress και βιώνουν έντονα συναισθήματα κατάθλιψης σε σχέση με τον υπόλοιπο πληθυσμό. Η αϋπνία, η άρνηση, ο θυμός και ο φόβος παρουσιάζουν επίσης αυξητική τάση.⁷ Όπως φαίνεται, τα αναδυόμενα ζητήματα ψυχικής υγείας που σχετίζονται με αυτό το παγκόσμιο γεγονός μπορεί να εξελιχθούν σε μακροχρόνια προβλήματα υγείας και να οδηγήσουν στην απομόνωση και στη δημιουργία στίγματος.⁸ Αυτό αφορά

Υποβλήθηκε 16.4.2020
Εγκρίθηκε 13.8.2020

ιδιαίτερα στους εργαζομένους στον τομέα της υγείας, καθώς βρίσκονται συνεχώς στην πρώτη γραμμή της πανδημίας.⁹ Έχει χαρακτηριστικά διαπιστωθεί ότι κατά τη διάρκεια της πανδημίας οι αρνητικές αλλαγές σε θέματα υγείας σχετίζονται με αυξημένη ψυχική δυσφορία στους ενήλικες.¹⁰

Όσον αφορά στα παιδιά, υπάρχουν απρόβλεπτες συνέπειες. Η παιδική ηλικία είναι μια κρίσιμη φάση για τη γνωστική ωρίμανση, τη συναισθηματική και την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη, καθώς και την ανάπτυξη δεξιοτήτων. Επομένως, η πανδημία θα μπορούσε να επηρεάσει ανεπανόρθωτα την παιδική ηλικία, μια ηλικία υπεύθυνη για τη θεμελίωση των βασικών αρχών της συμπεριφοράς.¹¹ Τα σχολεία διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο, όχι μόνο στην παροχή εκπαιδευτικού υλικού στα παιδιά, αλλά και στην προσφορά ευκαιριών στους μαθητές να αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και με τους δασκάλους/καθηγητές. Με τη διακοπή των σχολείων ως αναγκαίο μέτρο για την αντιμετώπιση της πανδημίας, τα παιδιά και οι νεαροί έφηβοι βρέθηκαν σε μια κατάσταση με άφθονο ελεύθερο χρόνο και ελάχιστες δυνατότητες αξιοποίησής του.¹² Επί πλέον, η απαγόρευση μετακινήσεων απέκλεισε την κοινωνικοποίηση των παιδιών, γεγονός που θα μπορούσε να οδηγήσει σε τραυματική κατάσταση τόσο για τα ίδια όσο και για τους γονείς τους, οι οποίοι έρχονται αντιμέτωποι με μια τόσο πρωτόγνωρη κατάσταση. Όλα τα προηγούμενα ψυχικά συμπτώματα που αναφέρθηκαν ισχύουν και για τις μικρότερες ηλικίες. Πιο συγκεκριμένα, το άγχος, η κατάθλιψη, η ελαττωμένη κοινωνική αλληλεπίδραση και η μειωμένη όρεξη είναι οι συνήθως αναφερόμενες εκδηλώσεις ψυχικών συμπτωμάτων.¹³ Φαίνεται ότι η διακοπή των σχολείων και η περιορισμένη επικοινωνία με τους συμμαθητές τους αποτελούν τα κύρια αίτια για αυτές τις εκδηλώσεις.¹³ Τα συμπτώματα επιδεινώνονται σε ιδιαίτερες περιπτώσεις, όπως σε παιδιά με γονείς που βρίσκονται στην πρώτη γραμμή μάχης ή σε εφήβους που ανήκουν σε ομάδες φυλετικών και εθνοτικών μειονοτήτων, με χαμηλότερο οικογενειακό εισόδημα ή χωρίς παροχές υγείας.¹⁴

Η κατάσταση είναι παρόμοια και σε φοιτητές πανεπιστημίων και κολλεγίων, καθ' όσον τα περισσότερα εκπαιδευτικά ιδρύματα ανά τον κόσμο έχουν στραφεί στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση ως λύση έκτακτης ανάγκης. Η ακύρωση ή η κατάργηση ομαδικών δραστηριοτήτων που βοηθούν στην έκφραση, στην εκτόνωση και στην κοινωνικοποίηση των νέων ενηλίκων οδηγεί στις ίδιες συναισθηματικές διαταραχές με αυτές των μικρότερων ηλικιών.

Αξιο αναφοράς αποτελεί το γεγονός ότι με την έναρξη της πανδημίας δημιουργήθηκε μια έντονη στάση προκατάληψης προς συγκεκριμένα έθνη, ανθρώπους, ακόμη και προϊόντα. Πιστεύεται ότι το εν λόγω φαινόμενο είναι

άρρηκτα συνδεδεμένο με την αύξηση του άγχους, τόσο στους ενήλικες όσο και στα παιδιά.¹⁵

Δεδομένης αυτής της άνευ προηγουμένου κατάστασης είναι ζωτικής σημασίας να αναλυθεί ο αντίκτυπος στην εκπαιδευτική κοινότητα, προκειμένου να βρεθούν τρόποι αντιμετώπισης της συναισθηματικής κρίσης των παιδιών. Καθίσταται επίσης αναγκαία η μελέτη της αποτελεσματικότητας της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Είναι απαραίτητο να διερευνηθεί η λειτουργικότητά της, καθώς και ο εμπλουτισμός της για την παροχή ψυχολογικής υποστήριξης, ώστε να είμαστε σε ετοιμότητα για τυχόν παρόμοιες καταστάσεις έκτακτης ανάγκης στο μέλλον. Το εκπαιδευτικό σύστημα δεν πρέπει απλά να επικεντρώνεται στην ολοκλήρωση του προγράμματος σπουδών για τυπικούς λόγους. Οι ψυχολόγοι, οι κοινωνιολόγοι και οι θεραπευτές πρέπει να αποτελούν μέρος της εκπαίδευσης σε περιόδους κρίσεων, καθώς η συναισθηματική προσέγγιση είναι ζωτικής σημασίας για την εκπαιδευτική επιτυχία. Οι πιθανοί μηχανισμοί που διέπουν την ψυχολογική επίδραση της πανδημίας στους μαθητές μπορεί να είναι περισσότερο περίπλοκοι απ' όση φανταζόμαστε. Φαίνεται επίσης ότι η σχέση της τεχνολογίας με την κοινωνία βρίσκονται σε μια νέα εποχή ανάπτυξης, η οποία διαδραματίζει πρωταγωνιστικό ρόλο σε περιόδους κρίσης, όπως αυτή που βιώνουμε. Ο συνδυασμός των νέων τεχνολογιών και της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και απασχόλησης των παιδιών, σε συνδυασμό με την ψυχολογική υποστήριξη, ίσως συνιστά μια αποτελεσματική μέθοδο αντιμετώπισης τέτοιου είδους κρίσεων στις νεαρές ηλικίες.

ABSTRACT

Emotional crisis during the pandemic: A mini-analysis in children and adolescents

D. KAVVADAS,¹ T. PAPAMITSOU,¹
S. CHERISTANIDIS,² V. KOUNNOU³

¹Laboratory of Histology and Embryology,
School of Medicine, Aristotle University of Thessaloniki,
Thessaloniki, ²Laboratory of Atmospheric Physics,
Department of Physics, Aristotle University
of Thessaloniki, Thessaloniki, ³School of Economic
and Regional Studies, University of Macedonia,
Thessaloniki, Greece

Archives of Hellenic Medicine 2021, 38(2):237–239

The outbreak of the novel coronavirus Covid-19 has turned into a health emergency unprecedented in recent years. Apart from the devastating impact on physical health and the unimaginable death toll, this novel coronavirus has in-

creased stress, anxiety and depression globally. This grim phenomenon affects not only adults but also children. Sadly, with regard to children the consequences are unpredictable. In addition to young children, adolescents and students are suffering the same consequences. Investigation of the psychological impact on the school community is of great importance, in order to evaluate the extent and consequences of this emotional crisis. An overhaul of the outdated educational system is crucial to dealing with these issues effectively.

.....
Key words: Anxiety, Coronavirus, Crisis, Depression, Education, Pandemic, Students

Βιβλιογραφία

1. LAI J, MA S, WANG Y, CAI Z, HU J, WEI N ET AL. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open* 2020, 3:e203976
2. ZU ZY, JIANG M, XU PP, CHEN W, NI QQ, LU GM ET AL. Coronavirus disease 2019 (Covid-19): A perspective from China. *Radiology* 2020, 296:E15–E25
3. VELAVAN TP, MEYER CG. The Covid-19 epidemic. *Trop Med Int Health* 2020, 25:278–280
4. LI Q, GUAN X, WU P, WANG X, ZHOU L, TONG Y ET AL. Early transmission dynamics in Wuhan, China, of novel coronavirus-infected pneumonia. *N Engl J Med* 2020, 382:1199–1207
5. SUN J, HE WT, WANG L, LAI A, JI X, ZHAI X ET AL. Covid-19: Epidemiology, evolution, and cross-disciplinary perspectives. *Trends Mol Med* 2020, 26:483–495
6. ZHAI P, DING Y, WU X, LONG J, ZHONG Y, LI Y. The epidemiology, diagnosis and treatment of Covid-19. *Int J Antimicrob Agents* 2020, 55:105955
7. VOITSIDIS P, GLIATAS I, BAIRACHTARI V, PAPADOPOULOU K, PAGEORGIU G, PARLAPANI E ET AL. Insomnia during the Covid-19 pandemic in a greek population. *Psychiatry Res* 2020, 289:113076
8. TORALES J, O'HIGGINS M, CASTALDELLI-MAIA JM, VENTRIGLIO A. The outbreak of Covid-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int J Soc Psychiatry* 2020, 66:317–320
9. PAPPAS S, NTELLA V, GIANNAKAS T, GIANNAKOULIS VG, PAPOUTSI E, KATSAOUNOU P. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the Covid-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain Behav Immun* 2020, 88:901–907
10. STANTON R, TO QG, KHALESIS S, WILLIAMS SL, ALLEY SJ, THWAITETL ET AL. Depression, anxiety and stress during Covid-19: Associations with changes in physical activity, sleep, tobacco and alcohol use in australian adults. *Int J Environ Res Public Health* 2020, 17:4065
11. DUBEY S, BISWAS P, GHOSH R, CHATTERJEE S, DUBEY MJ, CHATTERJEE S ET AL. Psychosocial impact of Covid-19. *Diabetes Metab Syndr* 2020, 14:779–788
12. WANG G, ZHANG Y, ZHAO J, ZHANG J, JIANG F. Mitigate the effects of home confinement on children during the Covid-19 outbreak. *Lancet* 2020, 395:945–947
13. JIAO WY, WANG LN, LIU J, FANG SF, JIAO FY, PETTOELO-MANTOVANI M ET AL. Behavioral and emotional disorders in children during the Covid-19 epidemic. *J Pediatr* 2020, 221:264–266.e1
14. DUBEY S, DUBEY MJ, GHOSH R, CHATTERJEE S. Children of front-line coronavirus disease – 2019 warriors: Our observations. *J Pediatr* 2020, 224:188–189
15. LEE SA. Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for Covid-19 related anxiety. *Death Stud* 2020, 44:393–401

Corresponding author:

D. Kavvadas, Laboratory of Histology and Embryology, School of Medicine, Aristotle University of Thessaloniki, Thessaloniki, Greece
 e-mail: kavvadas@auth.gr

.....