

Η επίδραση της πανδημίας COVID-19 στα παιδιά και τους εφήβους

ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΑΡΘΡΟΥ: Παραλήφθηκε 16 Οκτωβρίου 2023/Δημοσιεύθηκε Διαδικτυακά 14 Νοεμβρίου 2023

Τον Μάρτιο του 2020 ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας κήρυξε την έξαρση της νόσου COVID-19 ως πανδημία, γεγονός που έφερε τους νέους διεθνώς αντιμέτωπους με πρωτοφανείς συνέπειες. Σε ένα πρώτο επίπεδο, οι συνέπειες αυτές αφορούσαν στην καθαυτό λοίμωξη με τον ιό SARS-CoV-2. Παρά το γεγονός ότι η σοβαρή οργανική συμπτωματολογία, συμπεριλαμβανομένου του θανάτου, ήταν λιγότερο συχνή στα παιδιά και τους εφήβους σε σχέση με τους ενήλικες,¹ οι μακροχρόνιες συνέπειες της νόσου COVID-19 («Long-COVID») αναγνωρίστηκαν και σε νεαρότερες ηλικίες, με συνέπειες που περιλάμβαναν συναισθηματικές δυσκολίες, προβλήματα ύπνου και κόπωση.² Σε ένα δεύτερο επίπεδο, τα μέτρα για την αντιμετώπιση της πανδημίας COVID-19 ενείχαν τους δικούς τους κινδύνους. Πολλές κυβερνήσεις επέβαλαν εθνικά μέτρα περιορισμού των μετακινήσεων («lockdowns»), τα σχολεία έκλεισαν και τα μαθήματα αντικαταστάθηκαν με εξ αποστάσεως εκπαίδευση, ενώ μέτρα «κοινωνικής απόστασης» («social distancing») δεν επέτρεπαν στις οικογένειες να επισκέπτονται δημόσια μέρη και να συναντούν ανθρώπους εκτός αυτών που έμεναν στο ίδιο σπίτι. Η απομόνωση, η διατάραξη της καθημερινής ρουτίνας, καθώς και η οξεία και σοβαρή μείωση της σωματικής δραστηριότητας έγινε η νέα πραγματικότητα των παιδιών και των εφήβων όλων των ηλικιών.³ Συγχρονικές μελέτες σε πληθυσμούς παιδιών και εφήβων στην κοινότητα που διενεργήθηκαν νωρίς στην πορεία της πανδημίας, κατέδειξαν αυξημένα επίπεδα μοναξιάς, άγχους, και συμπεριφορικών προβλημάτων.⁴ Επιπρόσθετα, συστηματικές ανασκοπήσεις κυρίως συγχρονικών μελετών κατέδειξαν μια σημαντική αύξηση κλινικά σημαντικών συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης σε αυτές τις ηλικιακές ομάδες συγκριτικά με τα επίπεδα πριν την πανδημία,⁵ καθώς και υψηλή υπολογιζόμενη επίπτωση κατάθλιψης, άγχους, συμπτωματολογίας μετατραυματικού στρες και διαταραχών ύπνου.⁶ Μια πρόσφατη συστηματική ανασκόπηση που συμπεριέλαβε δεδομένα από 55.000 παιδιά και εφήβους από πολλές χώρες με μέση ηλικία τα 11,3 έτη, παρουσίασε υψηλά ποσοστά αναφερόμενου άγχους (εύρος = 1.8–49.5%), κατάθλιψης (εύρος=2.2–63.8%), ευερεθιστότητας (εύρος = 16.7–73.2%) και θυμού (εύρος = 30.0–51.3%) από παιδιά και εφήβους κατά τη διάρκεια της πανδημίας.⁷

Παρόλα αυτά, το βίωμα της πανδημίας δεν ήταν ίδιο για όλα τα παιδιά και τους εφήβους, Πιθανοί παράγοντες που συνέβαλαν σημαντικά σε αυτό περιλαμβάνουν την παρουσία ψυχιατρικών προβλημάτων πριν την πανδημία, υπερβολική έκθεση στα μέσα μαζικής επικοινωνίας και υψηλό επίπεδο νόσησης στην κοινότητα, ενώ οικογενειακές ρουτίνες οποιουδήποτε τύπου, καθώς και καλή επικοινωνία μεταξύ γονέων και παιδιών αναγνωρίστηκαν ως προστατευτικοί παράγοντες.⁷ Επιπρόσθετα, τα κορίτσια και οι μεγαλύτεροι έφηβοι φάνηκε, ότι ίσως ήταν πιο ευάλωτοι όσον αφορά τις επιπτώσεις της πανδημίας στην ψυχική τους υγεία. Στις περισσότερες χώρες, τα συστήματα υγείας βρέθηκαν κάτω από σοβαρή πίεση, λόγω της διασπορά της λοίμωξης αφενός, και των εθνικών μέτρων περιορισμού των μετακινήσεων αφετέρου, με αποτέλεσμα την ανεπαρκή ή ελάχιστη υποστήριξη των οικογενειών που είχαν παιδιά με προβλήματα ψυχικής υγείας. Επιπλέον, διαφορές παρατηρήθηκαν ως προς την επίπτωση της πανδημίας μεταξύ των διαφορετικών ομάδων των παιδιών με ψυχιατρικές ή νευροαναπτυξιακές δυσκολίες, οι οποίες είχαν διαγνωσθεί πριν την πανδημία. Ένας μεγάλος αριθμός μελετών που ερεύνησαν τον αντίκτυπο της πανδημίας και των σχετικών περιοριστικών μέτρων σε παιδιά και εφήβους με διαταραχές φάσματος αυτισμού ανέφεραν σημαντική αύξηση στο γονεϊκό στρες, καθώς και υψηλά επίπεδα άγχους, ευερεθιστότητας, υπερκινητικότητας, στερεοτυπιών και άλλων συμπεριφορικών προβλημάτων στα παιδιά και τους εφήβους.⁸ Άλλες μελέτες σε νέους με νευροαναπτυξιακές διαταραχές κατέδειξαν ότι η πανδημία COVID-19 επηρέασε αρνητικά και δυσανάλογα πολύ παιδιά με διαταραχές ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) ενώ μια πρόσφατη μετά-ανάλυση σημείωσε αύξηση των συμπτωμάτων ΔΕΠΥ παγκοσμίως.⁹ Τέλος, η ανησυχία που εκφράστηκε ιδιαίτερος κατά τα αρχικά στάδια της πανδημίας σχετικά με σημαντική αύξηση της αυτοκτονικότητας των νέων ακολουθήθηκε από μελέτες με αντικρουόμενα αποτελέσματα. Συνολικά, φαίνεται ότι κατά τη διάρκεια της πανδημίας, όπως και πριν από αυτή, σημειώθηκαν υψηλότερα ποσοστά αυτοκτονικού ιδεασμού παρά αυτοκτονικών συμπεριφορών και αποπειρών αυτοκτονίας μεταξύ των νέων.¹⁰

Παρόμοια ήταν η εικόνα που προέκυψε και από μελέτες σχετικά με τις δυσκολίες ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων στην Ελλάδα κατά τη διάρκεια της πανδημίας. Κατά τα πρώιμα στάδια της πανδημίας, το ένα τρίτο (35.1%) των γονέων ανέφεραν ότι η ψυχική υγεία του παιδιού τους είχε επηρεαστεί σημαντικά,¹¹ ενώ μια μελέτη μαθητών Γ΄ Λυκείου κατέδειξε σημαντικά αυξημένα ποσοστά σοβαρής κατάθλιψης και άγχους κατά τη διάρκεια των περιοριστικών μέτρων στην πρώτη φάση της πανδημίας.¹² Μεταξύ παιδιών και εφήβων με προϋπάρχοντα προβλήματα ψυχικής υγείας από διάφορες περιοχές της χώρας, δεν βρέθηκε δια-

φορά στα αναφερόμενα συναισθηματικά προβλήματα πριν και μετά την πανδημία, αλλά αρκετές από τις καθημερινές συμπεριφορές τους, όπως η συνολική διάρκεια ύπνου ή ο δαπανώμενος χρόνος εκτός σπιτιού, επιδεινώθηκαν σημαντικά κατά τη διάρκεια των περιοριστικών μέτρων.¹³

Τα επιστημονικά ευρήματα σχετικά με τις επιπτώσεις της πανδημίας COVID-19 και των σχετιζόμενων περιοριστικών μέτρων είναι απαραίτητο αφενός μεν να κατευθύνουν κατάλληλα την παρακολούθηση των παιδιών και των εφήβων που επηρεάστηκαν από αυτά, και αφετέρου να καθοδηγήσουν αποτελεσματικά το σχεδιασμό στρατηγικών και πολιτικών υγείας στην εποχή μετά την πανδημία, με σκοπό την πρόληψη και τον περιορισμό των αρνητικών επιπτώσεων περαιτέρω κρίσεων ψυχικής υγείας.

Κωνσταντίνα Μαγκλάρα

Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδοψυχιατρικής,
Β΄ Ψυχιατρική Κλινική, Αττικών Νοσοκομείων,
Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα,

Μαρίνος Κυριακόπουλος

Επίκουρος Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής,
Α΄ Ψυχιατρική Κλινική, Αιγινήτειο Νοσοκομείο,
Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα

Βιβλιογραφία

1. Chua PEY, Shah SU, Gui H, Koh J, Somani J, Pang J. Epidemiological and clinical characteristics of non-severe and severe pediatric and adult COVID-19 patients across different geographical regions in the early phase of pandemic: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *J Investig Med* 2021, 69:1287–1296, doi: 10.1136/jim-2021-001858
2. Lopez-Leon S, Wegman-Ostrosky T, Ayuzo Del Valle NC, Perelman C, Sepulveda R, Rebolledo PA et al. Long-COVID in children and adolescents: A systematic review and meta-analyses. *Sci Rep* 2022, 12:9950, doi: 10.1038/s41598-022-13495-5
3. 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, doi: 10.1016/S0140-6736(20)30547-X
4. Zhou SJ, Zhang LG, Wang LL, Guo ZC, Wang JQ, Chen JC 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, 29:749–758, doi: 10.1007/s00787-020-01541-4
5. Racine N, McArthur BA, Cooke JE, Eirich R, Zhu J, Madigan S. Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19: A Meta-analysis. *JAMA Pediatr* 2021, 175:1142–1150, doi: 10.1001/jamapediatrics.2021.2482
6. Ma L, Mazidi M, Li K, Li Y, Chen S, Kirwan R, et al. Prevalence of mental health problems among children and adolescents during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord* 2021, 293:78–89, doi: 10.1016/j.jad.2021.06.021
7. Panchal U, Salazar de Pablo G, Franco M, Moreno C, Parellada M, Arango C, Fusar-Poli P. The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 2023, 32:1151–1177, doi: 10.1007/s00787-021-01856-w
8. Milea-Milea AC, Fernández-Pérez D, Toledano-González A. The psychological impact of the COVID-19 pandemic on children/adolescents with ASD and their family environment: a systematic review. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 2023, 9:1–26, doi: 10.1007/s00787-023-02151-6
9. Rogers MA, MacLean J. ADHD Symptoms Increased During the Covid-19 Pandemic: A Meta-Analysis. *J Atten Disord* 2023, 27:800–811, doi: 10.1177/10870547231158750
10. Bersia M, Koumantakis E, Berchiolla P, Charrier L, Ricotti A, Grimaldi P et al. Suicide spectrum among young people during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *EclinicalMedicine* 2022, 54:101705, doi: 10.1016/j.eclinm.2022.101705
11. Magklara K, Lazaratou H, Barbouni A, Poulas K, Farsalinos K. The impact of COVID-19 lockdown on children's and adolescents' mental health in Greece. *Child Soc* 2022, 14:10.1111/chso.12605, doi: 10.1111/chso.12605
12. Giannopoulou I, Efstathiou V, Triantafyllou G, Korkoliakou P, Douzenis A. Adding stress to the stressed: Senior high school students' mental health amidst the COVID-19 nationwide lockdown in Greece. *Psychiatry Res* 2021, 295:113560, doi: 10.1016/j.psychres.2020.113560
13. Magklara K, Giannopoulou I, Kotsis K, Tsalamani E, Grigoriadou A, Ladopoulou K et al. Mental health of children and adolescents with pre-existing psychiatric and developmental disorders during the first pandemic-related lockdown: a cross-sectional study in Greece. *Psychiatry research communications* 2022, 2:100034, doi: 10.1016/j.psycom.2022.100034