

## O IMPACTO DO CONFINAMENTO EM CASA DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 NA AUTORREGULAÇÃO DE CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR

### THE IMPACT OF HOME CONFINEMENT DURING COVID-19 OUTBREAK ON THE SELF-REGULATION OF PRESCHOOL-AGE CHILDREN

Guida Veiga<sup>1,2</sup>, José Marmeira<sup>1,2</sup>, Daniela Guerreiro<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora

<sup>2</sup> Comprehensive Health Research Centre, Universidade de Évora

#### Resumo

A pandemia de Covid-19 trouxe várias consequências negativas ao nível da saúde, do bem-estar e do desenvolvimento das crianças. Os repetidos períodos de confinamento impediram o acesso das crianças ao jardim-de-infância. As crianças permaneceram em casa, muitas vezes com os pais em teletrabalho. Esta mudança no quotidiano das crianças foi causadora de stress e de problemas ao nível da saúde e do bem-estar. Este estudo tem como objetivo examinar o impacto de dois meses de confinamento na autorregulação de crianças em idade pré-escolar. Participaram no estudo 24 crianças (13 rapazes;  $61.79 \pm 5.1$  meses) que frequentavam um Jardim-de-Infância público. A autorregulação das crianças foi avaliada através das provas "Day and Night" (DN) e "Head-Toes-Knees-Shoulders" (HTKS), no ano letivo 2020/21, antes e após o último confinamento (7 semanas) devido à pandemia de Covid-19. Os valores obtidos nas provas nos dois momentos foram comparados através do teste de Wilcoxon. Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas na autorregulação entre os períodos pré- e pós- confinamento, relativamente a nenhuma das provas analisadas. Os resultados sugerem que o período de confinamento não foi prejudicial à autorregulação das crianças em idade pré-escolar.

#### Palavras chave

Controlo inibitório; Covid-19; jardim-de-infância; funcionamento sócio-emocional

#### Abstract

The Covid-19 pandemic has brought several negative consequences for children's health, well-being and development. The repeated periods of confinement limited children access to kindergarten. Children remained at home, often with their parents telecommuting. This change in children's daily lives caused stress and problems in children's health and well-being. This study aims to examine the impact of two months of confinement on the self-regulation of preschool aged children. Twenty three children, who were attending a public kindergarten, participated in this study (13 boys;  $61.79 \pm 5.1$  months). Children's self-regulation was evaluated through the "Day and Night" (DN) and the "Head-Toes-Knees-Shoulders" (HTKS) tests, in the 2020/21 school year, before and after the last confinement (7 weeks) due to Covid-19 pandemic. Comparison analyzes were performed through the Wilcoxon test. No statistically significant differences were found on self-regulation between pre- and post-confinement. The results suggest that the period of confinement had not a negative impact on preschoolers' self-regulation

#### Key words

Inhibitory control; Covid-19; kindergarten; social-emotional functioning.

#### INTRODUÇÃO

A autorregulação é uma competência sócio-emocional que compreende o controlo de processos cognitivos, emocionais e comportamentais<sup>[1]</sup>. Na idade pré-escolar uma boa autorregulação permite às crianças esperar pela sua vez, resistir à tentação de tirar o brinquedo do outro, correr riscos, persistir numa atividade desafiante<sup>[2]</sup>. A autorregulação é um forte preditor do sucesso social e académico<sup>[1]</sup>, tendo vindo a ser progressivamente valorizada ao nível da educação pré-escolar.

A pandemia de COVID-19 trouxe várias consequências negativas ao nível das emoções e dos comportamentos das crianças<sup>[3]</sup>. Os repetidos períodos de confinamento impediram o acesso das

crianças ao jardim-de-infância. As crianças permaneceram em casa, muitas vezes com os pais em teletrabalho. Esta mudança no quotidiano das crianças foi causadora de inatividade física<sup>[4,5]</sup> e de stress<sup>[6,7]</sup> ambos associados às dificuldades de autorregulação<sup>[8,9]</sup>. De facto, os estudos mostram que durante a pandemia houve um aumento da ansiedade<sup>[10]</sup>, da agressividade e de outros comportamentos disruptivos<sup>[7]</sup>, que sugerem dificuldades de autorregulação. Que seja do nosso conhecimento, nenhum estudo examinou o impacto da pandemia de Covid-19 na autorregulação. Assim, este estudo tem como objetivo examinar o impacto de dois meses de confinamento na autorregulação comportamental de crianças em idade pré-escolar.

## METODOLOGIA

### *Amostra*

Participaram no estudo 24 crianças (13 rapazes;  $61.79 \pm .51$  meses) que frequentavam um Jardim-de-Infância público.

### *Instrumentos e Procedimentos*

Após o preenchimento do consentimento informado e de questionários pelos encarregados de educação das crianças, foi solicitado o assentimento informado às crianças.

A autorregulação das crianças foi avaliada através das provas “Day and Night” (DN)<sup>[11]</sup> e “Head-Toes-Knees-Shoulders” (HTKS)<sup>[12]</sup>. Na prova DN são aleatoriamente apresentados às crianças 16 cartões de dois tipos: cartão branco com um sol amarelo (cartão do dia) e cartão preto com uma lua branca e estrelas (cartão da noite). As crianças são instruídas a dizerem “dia” quando virem o cartão da noite e a dizerem noite quando virem o cartão de dia. É atribuído um ponto a cada resposta correta, perfazendo um máximo de 16 pontos.

Na prova HTKS as crianças são instruídas a realizar a resposta motora oposta ao comando verbal. Por exemplo tocar na cabeça quando instruídos a tocar nos pés e vice-versa; tocar nos ombros quando instruídos a tocar nos joelhos e vice-versa. Seguiu-se o procedimento anterior<sup>[2]</sup> com cada uma das 3 secções compostas por dez ensaios, cotados com dois pontos quando corretos e com um ponto quando autocorrigidas, perfazendo um máximo de 60 pontos.

As provas foram aplicadas individualmente numa sala silenciosa por uma psicomotricista. As provas foram aplicadas no ano letivo 2020/21, antes e após o último confinamento (7 semanas) devido à pandemia de COVID-19. O estudo foi aprovado pela Comissão de Ética da Universidade de Évora.

### *Estratégia de Análise*

Após se verificar que os dados não cumpriam os pressupostos de normalidade, foram comparados os scores dos dois momentos através do teste de Wilcoxon.

## RESULTADOS e DISCUSSÃO

Na tabela 1 encontram-se as comparações entre os dois momentos de avaliação, antes do confinamento e após o confinamento. Após o período de confinamento não se verificaram diferenças significativas nem na prova DN ( $p=.357$ ), nem na prova HTKS ( $p=.235$ ).

**Tabela 1. Pontuações nas provas de avaliação da autorregulação comportamental**

Prova	Antes do Confinamento	Após o Confinamento	$p$
	Média $\pm$ DP	Média $\pm$ DP	
DN	$12.04 \pm 4.3$	$12.71 \pm 3.42$	.357
HTKS	$18.71 \pm 18.99$	$19.65 \pm 14.82$	.235

## DISCUSSÃO

A pandemia de Covid-19 trouxe vários desafios para as crianças e para as suas famílias. O último confinamento imposto pelo Governo português às crianças de idade pré-escolar durante o ano de 2021, teve a duração de 7 semanas e parece não ter sido prejudicial para a autorregulação das crianças.

Os múltiplos estudos reportando os efeitos negativos dos confinamentos ao nível do stress e da ansiedade parental<sup>[7]</sup> e das crianças<sup>[10]</sup>, tornavam expectável um declínio ao nível da autorregulação, ao contrário do verificado pelo presente estudo. Existem vários fatores que devem ser considerados.

Por um lado, o período estudado foi referente ao segundo confinamento, após um ano de pandemia, o que pode ter permitido uma maior adaptação das famílias. Eventualmente, neste segundo confinamento as famílias tiveram uma maior facilidade em regular as suas emoções, gerir o teletrabalho e a nova rotina familiar, e contrariar a falta de atividade física e de brincadeira reportadas em estudos relativos ao primeiro confinamento<sup>[4,5]</sup>. De facto, um estudo recente reportou que envolver-se em brincadeiras de faz-de-conta relacionadas com a pandemia teve um efeito protetor do bem-estar das crianças, enfraquecendo a associação adversa entre o stress dos cuidadores e o desajustamento emocional das crianças<sup>[8]</sup>.

Por outro lado, as escolas estavam também mais preparadas e algumas conseguiram desenvolver, em regime online, atividades promotoras de competências sócio-emocionais, como a autorregulação, através da relaxação ou de atividades lúdicas, que podem ter sido importantes para as competências sócio-emocionais das crianças. Por fim, é importante considerar a possibilidade de ter havido uma aprendizagem das provas, que foram aplicadas apenas com um intervalo de 7 semanas.

## CONCLUSÃO

O presente estudo mostra que o período de confinamento não foi prejudicial à autorregulação das crianças em idade pré-escolar, sugerindo a capacidade de adaptabilidade das crianças (e dos seus microssistemas) à pandemia de Covid-19.

## REFERÊNCIAS

1. Sameroff AJ. Conceptual Issues in Studying the Development of Self-Regulation. In: Olson S, Sameroff AJ, editors. *Biopsychosocial Regulatory Processes in the Development of Childhood Behavioral Problems*. Cambridge: Cambridge University Press; 2009. p. 1-18.
2. Ponitz CE, McClelland MM, Jewkes AM, Connor CMD, Farris CL, Morrison FJ. Touch your toes! Developing a direct measure of behavioral regulation in early childhood. *Early Child Res Q*. 2008;23(2):141-58.
3. Pisano L, Galimi D, Cerniglia L. A qualitative report on exploratory data on the possible emotional/behavioral correlates of Covid-19 lockdown in 4-10 years children in Italy. *PsyArXiv Prepr*. 2020;
4. Cordovil R, Ribeiro L, Moreira M, Pombo A, Rodrigues LP, Luz C, et al. Effects of the covid-19 pandemic on preschool children and preschools in Portugal. *J Phys Educ Sport*. 2021;21(1):492-9.
5. Moore SA, Faulkner G, Rhodes RE, Brussoni M, Chulak-Bozzer T, Ferguson LJ, et al. Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: A national survey. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2020;17(1):1-11.
6. Spinelli M, Lionetti F, Pastore M, Fasolo M. Parents' Stress and Children's Psychological Problems in Families Facing the COVID-19 Outbreak in Italy. *Front Psychol*. 2020;11.
7. Giannotti M, Mazzoni N, Bentenuto A, Venuti P, Falco S. Family adjustment to COVID-19 lockdown in Italy: Parental stress, coparenting, and child externalizing behavior. *Fam Process*. 2022;61(2):745-63.
8. Thibodeau-Nielsen RB, Palermo F, White RE, Wilson A, Dier S. Child Adjustment During COVID-19: The Role of Economic Hardship, Caregiver Stress, and Pandemic Play. *Front Psychol*. 2021;12.
9. Blair C. Stress and the development of self-regulation in context. *Child Dev Perspect*. 2010;4(3):181-8.
10. 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.
11. Gerstadt CL, Hong YJ, Diamond A. The relationship between cognition and action: performance of children 3 1 2-7 years old on a stroop- like day-night test. *Cognition*. 1994;53(2):129-53.
12. Ponitz CC, McClelland MM, Matthews JS, Morrison FJ. A Structured Observation of Behavioral Self-Regulation and Its Contribution to Kindergarten Outcomes. *Dev Psychol*. 2009;45(3):605-19.