



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS – FBTC
ANAIS DO XV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo
Presidente do XV CBTC

Marcele Regine de Carvalho
Coordenadora Científica do XV CBTC

Salvador

2023

REGULAÇÃO EMOCIONAL DURANTE A PANDEMIA COVID-19

Autores Cíntia Ribeiro Martins ¹

Instituição ¹ UEFS - Universidade Estadual de Feira de Santana (Av. Transnordestina, S/N, Feira de Santana-BA)

Resumo

Introdução

A Regulação Emocional pode ser pensada como o processo cognitivo capaz de controlar ou selecionar a resposta mais adequada para cada situação enfrentada. Esse processo é importante para uma maior suscetibilidade à sobrevivência e adaptação social do indivíduo ao meio que faz parte. A chegada e agravamento da pandemia COVID-19 trouxe impactos importantes a nível populacional, gerando desafios para a qualidade de vida, saúde física e mental das pessoas. Na presente proposta de mesa redonda serão apresentados quatro estudos sobre Regulação Emocional, os quais ocorrerão durante a pandemia COVID-19 em públicos distintos.

Objetivos

Discutir sobre a Regulação Emocional durante a pandemia COVID-19 em crianças, pais e universitários.

Métodos

Os participantes foram pais de crianças com desenvolvimento típico, pais de crianças com sinais e sintomas de TDAH, e adultos (universitários). Os estudos que serão apresentados foram quantitativos. Todos tiveram autorização de Comitês de Ética para Pesquisa com Seres Humanos para o desenvolvimento.

Resultados

Na percepção dos pais, foi identificado um aumento da regulação emocional das crianças com desenvolvimento típico durante o período da quarentena. Percebeu-se um aumento dos sintomas de TDAH nesse período, bem como, correlações entre fatores de regulação emocional e sintomas de TDAH. Além disso, foram encontrados aumento dos níveis de ansiedade e depressão parental durante a pandemia, bem como uma correlação negativa fraca entre ansiedade parental e RE infantil. Já com relação ao grupo de universitários, os resultados demonstram que os participantes que passaram pela intervenção referente a estratégias de RE, apresentaram menores índices de desregulação emocional e de comprometimento na saúde mental, quando comparados com o grupo controle.

Discussão

Estudos sobre regulação emocional ainda são escassos no contexto brasileiro. Estes resultados sugerem que o cenário pandêmico contribuiu para alterações na Regulação Emocional de crianças e na saúde mental dos seus pais. Programas de intervenção dedicados a essa temática são importantes para contribuir com o desenvolvimento socioemocional, sendo medidas de prevenção a saúde mental de crianças e adultos.

Palavras-chaves: Regulação Emocional, crianças, pais, universitários, pandemia COVID-19