

O Impacto do isolamento social na juventude refugiada

OBJETIVOS DA PESQUISA

- Identificar os impactos do isolamento social prolongado vivido pela juventude (16 a 24 anos) refugiada durante a pandemia de COVID-19.
- Explorar mecanismos de enfrentamento usados pela juventude refugiada para superá-los.
- Desenvolver um modelo de resiliência baseado em evidências para situações futuras.



METODOLOGIA

Esta revisão sistemática da literatura por pares foi realizada entre março de 2022 e fevereiro de 2023. Foram seguidos os princípios da Cochrane Review e a estrutura PRISMA. Foram consultados oito bancos de dados, incluindo Medline (Ovid), Embase (Ovid), APA PsycINFO (Ovid) e CINAHL. As bases de dados de acesso aberto também foram pesquisadas usando a abordagem de amostra por bola de neve a partir da bibliografia dos artigos pesquisados.

Impactos do isolamento social **5 DIMENSÕES** na saúde da juventude refugiada

01

SAÚDE FÍSICA

As restrições às atividades ao ar livre limitaram a mobilidade e a atividade física. Algumas pessoas jovens refugiadas desenvolveram distúrbios de sono, digestão e saúde bucal. O acesso à atenção à saúde tornou-se um desafio.



03

SAÚDE SOCIAL

As medidas de confinamento impediram as pessoas jovens refugiadas de se conectar com sua rede social e as fez sentir mais sozinhas. A juventude refugiada teve menos oportunidades de aprender sobre a escola, o trabalho, a cultura e seu novo país.



05

SAÚDE ESPIRITUAL

A religião e a espiritualidade ajudaram algumas pessoas jovens refugiadas a lidar com a pandemia. A oração e as práticas espirituais foram uma fonte de esperança e conforto.



02

SAÚDE MENTAL

Os níveis de depressão, ansiedade e TEPT aumentaram após as pessoas experimentarem a solidão, o isolamento social e os confinamento. Condições de saúde mental advindas de traumas anteriores à pandemia pioraram.

04

SAÚDE EMOCIONAL

O isolamento social e distanciamento físico fez surgir sentimentos de preocupação, medo e tristeza. A juventude refugiada vivenciou um misto de apoio familiar e conflito familiar. O estresse foi exacerbado por dificuldades financeiras e a insegurança alimentar.



O que a juventude fez durante o isolamento social?

- Ler
- Escrever no diário
- Desenhar
- Aprender habilidades
- Orar
- Bate-papo online
- Ficar com a família
- Videogames
- Tarefas domésticas

Mecanismos de enfrentamento

Nível pessoal

- Otimismo e identidade positiva
- Senso de propósito e bem-estar emocional
- Encontrar canais para expressar as emoções
- Construir autoeficácia
- Confiança e crença em si mesmo
- Adaptabilidade
- Aceitação das incertezas

Nível familiar e comunitário

- Socializar e fazer *networking* virtualmente
- Promover um senso de pertencimento
- Apoiar a comunidade
- Encontrar apoio na família e nos amigos
- Ambiente apoiador de colegas e da comunidade

Nível sistêmico

- Facilitar a navegação e o acesso a suportes e serviços
- Política governamental de apoio ao assentamento e educação da juventude refugiada.

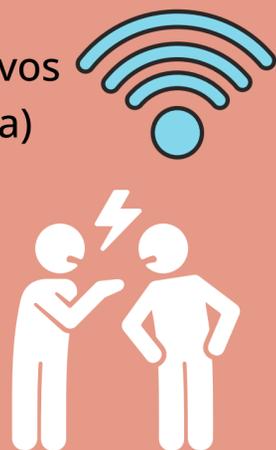


Mediadores e barreiras para enfrentamento e resiliência

Barreiras

Individuais

- Acesso à internet e dispositivos
- Autocrítica (culpa e vergonha)
- Retraimento social
- Tabagismo
- Conflito familiar
- Conflito entre pares



Societais

- Doenças não transmissíveis
- Falta de conexão social com outras pessoas
- Evitação ou desconfiança de serviços

Fatores de Impacto

Gênero
Deficiência
Idioma
Renda



Discriminação
Medidas de distanciamento social/confinamento

Acesso a apoios e serviços institucionais (educação, saúde, assentamento, financeiro)

Nível pessoal

- Apoiar espaços seguros presenciais e virtuais onde jovens possam se conectar com colegas
- Apoio à juventude refugiada para criar estratégias positivas de enfrentamento, incluindo otimismo, aceitação das incertezas e senso de propósito.
- Promover a autoeficácia contra a defesa da negação

Nível familiar e comunitário

- Apoio nos níveis familiar e comunitário para criar oportunidades de promoção da resiliência
- Dar espaço pessoal para que se criem oportunidades das pessoas prosperarem como indivíduos.
- Apoiar sua capacitação em defesa repressiva e motivação otimista.

Nível sistêmico

- Coordenação entre políticas de saúde e assentamento
- Suportes sociais oportunos e sensíveis a questões culturais por organizações governamentais e não governamentais
- Pesquisa contínua mediada por pares