

COVID-19 Salgınında Ergenlerin Sağlığının Korunması ve Sürdürülmesi: Annelerin Perspektifinden

Health of Adolescents in the COVID-19 Outbreak: Perspectives from Mothers

Eyşan Hanzade Umacı¹ , Ayfer Aydın² 

¹Koç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

²Koç Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, İstanbul, Türkiye

ORCID ID: E.H.U. 0000-0002-0083-7754; A.A. 0000-0002-2995-361X

Atf/Citation: Umac EH, Aydın A. COVID-19 salgınında ergenlerin sağlığının korunması ve sürdürülmesi: annelerin perspektifinden. Çocuk Dergisi - Journal of Child 2021;21(1):68-73. <https://doi.org/10.26650/jchild.2021.1.824786>

Öz

Amaç: COVID-19 salgını sürecinde ülkelerde salgına yönelik alınan önlemlerin ergenlerin sağlık davranışlarını nasıl etkilediği ve annelerinin gereksinimleri hakkında çok az şey bilinmektedir. Bu çalışma ergenlerin sağlık davranışlarının salgın sürecinden nasıl etkilendiğini ve salgın sürecinin annelerde ne tür gereksinimlere neden olduğunu belirlemeye yönelik gerçekleştirilmiştir.

Gereç ve Yöntem: Veriler 8-31 Mayıs 2020 tarihleri arasında Qualtrics online veri toplama aracı kullanılarak toplanmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında anne ve ergenlerin özelliklerine yönelik soruların yer aldığı “Anne-Çocuk Bilgi Formu” ve “Ergenlerin Sağlığı Koruma ve Sürdürmeye Yönelik Davranışlarının ve Annelerin Gereksinimlerinin Belirlenmesi Anketi” kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan 161 annenin yaş ortalaması 42,6±6,7 aralığında olup ergenlerin %65,8'i 14-18 yaş grubunda yer almaktadır. Anneler COVID-19 salgını sürecinde ergenlerin %36,6'sının abur cubur ve %35,6'sının besin tüketiminin arttığını, %70,2'sinin fiziksel olarak daha az aktif olduğunu ve %76,4'ünün geç saatlerde yattığını ifade etmiştir. Ayrıca annelerin %69,6'sının salgın sürecinde çocuğunun sağlığını koruma ve sürdürmeye yönelik bilgi gereksinimi bulunmaktadır.

Sonuç: Annelerin ifadelerine göre ergenlerin sağlık davranışları salgın sürecinden olumsuz etkilenmiştir ve COVID-19 salgını annelerde çocuklarının sağlığını koruma ve sürdürmeye yönelik bilgi gereksinimine neden olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Anneler, COVID-19, SARS-CoV-2, ergen, sağlık davranışı

ABSTRACT

Objective: During the COVID-19 outbreak, some nationwide measures were taken to slow down and stop the spread of the virus. This study was conducted to determine how health behaviors of adolescents were affected by the outbreak process and what kind of needs the outbreak process caused in mothers.

Material and Method: The data were collected using the Qualtrics online data collection tool between 8-31 May 2020. The “Mother-Child Information Form,” including questions on the characteristics of mothers and adolescents, and the “Questionnaire for Determining Adolescents’ Behaviors for Protecting and Sustaining the Health and the Needs of Mothers” were used to collect the research data.

Results: The average age of the mothers participating in the study is between 42.6±6.7. 65.8% of adolescents’ ages are between 14 and 18. The mothers indicated that while 36.6% of adolescents increased their consumption of junk food, 35.6% of them increased their food consumption, 70.2% of them were less physically active, and 76.4% of them slept late during the COVID-19 outbreak. 69.6% of the mothers have information needs regarding how to protect and maintain their child’s health during the outbreak.

Conclusions: As a result of the study, based on the statements of mothers, it was determined that adolescents’ health behaviors were negatively affected by the outbreak and that the outbreak caused mothers to have a need for information on protecting and sustaining the health of their adolescent children.

Keywords: Adolescent, COVID-19, SARS-CoV-2, health behavior, mothers

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Eyşan Hanzade Umacı E-mail: eumac14@ku.edu.tr

Başvuru/Submitted: 15.11.2020 • **Revizyon Talebi/Revision Requested:** 19.02.2021 • **Son Revizyon/Last Revision Received:** 22.02.2021 • **Kabul/Accepted:** 17.03.2021



This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

GİRİŞ

Salgın hastalıklar pek çok çocuk ve ailenin yaşamını fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak etkileyebilen nadir fakat yıkıcı krizlerdir. Yıkıcılığını toplum üzerindeki etkisi, ön görülemez olması, ölümler ve beraberinde getirdiği birçok olumsuzluktan alır (1). Aralık 2019'da Çin'in Wuhan şehrinde insanlarda hastalık yapan yeni tip koronavirüsler görülmüş ve hastalığın adı 'COVID-19' olarak adlandırılmıştır. COVID-19 yenidoğan bebekler de dahil olmak üzere her yaşta çocuğa bulaşabilmektedir (2).

COVID-19 gibi pandemi durumlarında okulların kapanması, toplum izolasyonu ve karantina gibi koruyucu önlemler uygulanmaktadır (1). Salgını bastırma amaçlı uygulanan izolasyon ve karantina önlemleri bireylerin sağlığı koruma ve sürdürmeye yönelik davranışlarını etkileyebilmektedir (3). Pandemi sürecinin günlük yaşamında değişikliğe sebep olduğu gruplardan biri özellikle okul çağında olan çocuklar ve ergenlerdir. Salgın sürecinde uygulanan koruyucu önlemler ile salgın sırasındaki ölümlerin, bulaş hızının ve vaka sayısının azalması amaçlanır. Fakat uzmanlar bu önlemlerin çocuk ve ergenlerin fiziksel ve psikososyal sağlıklarını üzerinde olumsuz etkilerinin olabileceği görüşündedir (1,3-5).

COVID-19 salgının ergenlere yönelik kanıtları henüz erken aşamada olmakla birlikte geçmiş deneyimler kriz ve sosyal kargaşa zamanlarının tüm çocukları savunmasız bırakabileceğini düşündürmektedir (6). Pandemi döneminde çocukların sağlığını olumsuz etkileyen durumlar ebeveynler için de endişeye neden olmaktadır (7,8). Ebeveynler doğru yaklaşım ile çocuğun yaşadığı duygusal ve fiziksel sorunlara yardımcı olabilecek en yakın ve etkili kişilerdir (1,9,10).

Kaytez ve arkadaşlarının çalışmasında ailenin içinde bulunduğu olumsuz durumun etkilerinin azaltılmasında aile gereksinimlerinin belirlenmesinin önemli olduğu belirtilmiştir (11). Ergenler salgın sürecinde sağlık çalışanları, aileleri ve eğitimciler tarafından uygun şekilde desteklenerek sıkıntılı sürecin üstesinden gelebilir, duygusal ve fizyolojik anlamda korunabilirler (6,12). Bu doğrultuda çalışmaların planlanması için ebeveynlerin bu süreçte ne tür gereksinimlerinin olduğunun belirlenmesi gerekmektedir. Pandemi sebebiyle beklenmedik bir durum ile karşı karşıya olan ergen sağlığının korunması ve sürdürülmesi için anneler ile etkileşimde olunması bu konuda atılacak öncelikli adımlardandır. Bu çalışma salgın sürecinde ergenlerin sağlık davranışlarında görülen değişiklikleri ve salgın sürecinin annelerde ne tür gereksinimlere neden olduğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM VE GEREÇ

Veriler 8-31 Mayıs 2020 tarihleri arasında WhatsApp ve e-mail yolu ile annelere ulaşılarak toplanmıştır. Araştırmaya okuma yazması olan, 18 yaşından büyük ve ergenlik döneminde en az bir çocuğa sahip anneler dahil edilmiştir.

Verilerin toplanması

Verilerin toplanmasında araştırmacılar tarafından literatürden faydalanılarak hazırlanan annelerin ve ergenlerin demografik özelliklerine yönelik soruların yer aldığı "Anne-Çocuk Tanıtıcı Bilgi Formu" ve salgın sürecinde ergenlerin sağlık davranışlarındaki

değişimi ve annelerin gereksinimlerini belirlemeye yönelik "Ergenlerin Sağlığı Koruma ve Sürdürmeye Yönelik Davranışlarının ve Annelerin Gereksinimlerinin Belirlenmesi Anketi" kullanılmıştır (6,13,14). Çalışma öncesinde 10 farklı uzmandan görüş alınarak soruların uygunluğu ve anlaşılabilirliği değerlendirilmiştir.

İstatistiksel Analiz

İstatistiksel analizler SPSS (Statistical Package For Social Sciences) 25.0 istatistik paket programı kullanılarak yapılmıştır. Tanımlayıcı verilerin dağılımını göstermek için sayı ve yüzdelikler kullanılmıştır. Ergenlerin cinsiyet ve yaş özelliklerinin sağlık davranışlarına göre farklılıkları incelemek için ki-kare testi uygulanmıştır. P değeri <0,05 ise analiz istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya toplamda 161 anne katılmıştır ve yaş ortalamaları $42,6 \pm 6,7$ aralığındadır. Annelerin ve ergenlerin demografik özellikleri Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1: Anne ve Ergenlerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre Dağılımı.

Annelerin Tanıtıcı Özellikleri	N=161 n (%)
Medeni Durum	
Evli	140 (87)
Bekar	21 (13)
Algılanan Gelir Durumu	
Düşük	29 (18)
Orta	100 (62,1)
Yüksek	32 (19,9)
COVID-19 Sürecinde Çalışma Durumu	
Çalışıyor	79 (49,2)
Çalışmıyor	82 (50,9)
Ergenlerin Tanıtıcı Özellikleri	
Yaş	
11-13	55 (34,2)
14-18	106 (65)
Cinsiyet	
Kız	85 (52,7)
Erkek	76 (47,3)
Kronik Hastalık Durumu	
Yok	145 (90,1)
Astım	8 (5)
Kalp Hastalığı	2 (1,2)
Diyabet	5 (3,1)
Kas Hastalıkları	1 (0,6)
Beden Kitle İndeksi	
Zayıf	17 (10,6)
Normal	114 (70,8)
Fazla Kilolu	21 (13)
Şişman/Obez	9 (5,6)

Ergenlerin COVID-19 Salgını Sürecinde Sağlık Davranışları

Annelerin ifadelerine göre salgın sürecinde ergenlerde günlük ortalama ekran süresinin 4,90+2,81 olduğu bulunmuştur. Ergenlerin COVID-19 salgını sürecinde beslenme, fiziksel aktivite, uyku, stresle baş etme, kişiler arası ilişkiler ve aktivite davranışlarına yönelik bulgular Tablo 2'de yer almaktadır. Çalışmamızda ergenlerin beslenme, fiziksel aktivite, uyku düzeni, kişiler arası ilişkiler davranışlarındaki değişimler ile ergenlerin yaş ve

Tablo 2: Ergenlerin COVID-19 Salgını Sürecinde Sağlık Koruma ve Sürdürmeye Yönelik Uygulamalarının İncelenmesi.

Sağlığı Koruma ve Sürdürmeye Yönelik Davranışlar	N=161 n (%)
Beslenme*	
Daha çok yiyecek tüketimi	57 (35,6)
İştahta azalma	14 (8,7)
Geç saatte yemek yeme	32 (19,9)
Ara öğün sayısında artma	28 (17,4)
Abur cubur tüketiminde artma	59 (36,6)
Fiziksel aktivite*	
Aktivitesi arttı	6 (4,1)
Aktivitesi azaldı	119 (74,8)
Düzenli egzersiz yapıyor	10 (6,2)
Değişmedi	26 (14,2)
Uyku*	
Geç yatıyor	123 (76,4)
Az uyuyor	7 (4,3)
Çok uyuyor	29 (18)
Uykuya dalmada güçlük	19 (11,8)
Sık kabus görüyor	2 (1,2)
Değişmedi	27 (16,8)
Stresle baş etme*	
Davranış değişiklikleri	
Davranış değişikliği olmadı	81 (50,3)
İçe kapanık	13 (8,1)
Anne babaya aşırı bağımlılık	18 (11,2)
Endişeli	38 (23,6)
Agresif/sinirli	47 (29,2)
Uykulu	17 (11,8)
Mide/baş ağrısı	8 (5)
Sürekli hastalık korkusu	12 (7,5)
Kişiler arası ilişki	
Daha çok iletişim kuruyor	19 (12,5)
Daha az iletişim kuruyor	74 (45,3)
Değişmedi	68 (42,2)
Eğlence/aktivite	
Günlük ekran süresi	
0-2 saat/gün	35 (21,7)
2 saatten fazla	126 (78,3)

*Kişi davranış seçeneklerinden çoklu seçim yapabilmektedir.

cinsiyet özellikleri incelenmiş olup sağlık davranışları ile ergen yaş ve cinsiyet özellikleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yalnızca 14-18 yaş grubundaki ergenlerin davranış değişikliği görülme sıklığının 11-13 yaş grubuna göre daha fazla olduğu bulunmuştur (Tablo 3).

COVID-19 Salgını Sürecinde Annelerin Gereksinimleri

Çalışmaya katılan annelerin %69,6'sı ergenlik döneminde olan çocuklarının sağlığını koruma ve sürdürmeye yönelik bilgi gereksinimleri olduğunu ifade etmiştir. Annelerin bilgi gereksinimi duyduğu konular başlıca zamanı etkili kullanma, fiziksel aktivite ve stresle baş etmedir (Tablo 4).

TARTIŞMA

Ergenlik döneminde büyüme ve gelişmenin sağlıklı olarak gerçekleşmesinde, bilişsel kapasitenin artmasında ve hastalıklardan korunmada sağlık davranışları önemli bir role sahiptir. Salgın süreci ergenlerin beslenme, fiziksel aktivite, uyku, stres yönetimi ve kişiler arası ilişki davranışlarını olumsuz etkilemiştir. Salgın sürecinde çocuk ve ergenlerin sağlık davranışlarını incelemeye yönelik yapılan çalışmalarda abur cubur tüketiminde ve öğün sayısında artış oldu, fiziksel aktivite davranışlarında ise azalma olduğu bildirilmiştir (15,16). Çalışmamızın salgın sürecinde ergenlerin beslenme ve fiziksel aktivite davranışlarına yönelik bulguları literatür ile uyumludur. Okulun ergenlerin yaşamında düzen sağlaması, fiziksel aktivite ve beslenme düzenine olumlu etki etmesi, ergenlerin evde geçirdiği zamanın uzamasıyla dengesiz beslenme alışkanlıklarına yönelimini arttırmış olabilir. Salgın sırasında virüs yayılımını yavaşlatmak için alınan önlemlerin (okulların kapatılması ve ev izolasyonu) ergenlerin fiziksel aktivite/egzersiz davranışlarının sınırlandırılması, ergenlerin evde spor alışkanlıklarının olmaması ya da fiziksel enerji harcamayı gerektirmeyen aktiviteleri tercih etmeleri ve ev ortamının spor için uygun olamayacağı gibi durumların salgın sürecinde fiziksel aktivitelerindeki azalmanın sebebi olabileceği düşünülmektedir.

Ergenler evde oldukları sürenin önemli bir kısmını ekrana maruz kalarak geçirmektedir. Pietrobelli ve arkadaşlarının çalışmasında ekran süresinin salgın sürecinde ortalama 7.61±2.13 saat/günde olduğu bildirilmiştir (15). Benzer şekilde, Xiang ve arkadaşlarının çalışmasında da ekran süresinin salgın sürecinde arttığı vurgulanmaktadır (16). Günümüzde teknolojinin hemen herkes için erişilebilir hale gelmesi, ergenlerde yaygın cep telefonu ve bilgisayar kullanımının artması ve okulların kapalı olmasıyla evde kalınan sürenin artmasının sonuçlarda etkili olduğu söylenebilir. Okulların kapatılması çocukların arkadaşları ve öğretmenleri ile geçirdiği zamanı önemli oranda etkilemiştir. Çin'de salgın sürecinde yapılan çalışmada salgına yönelik alınan önlemlerin çocuk ve ergenlerde arkadaşlar ile iletişimi azaltacağı vurgulanmaktadır (5).

Kriz ve kargaşa dönemlerinin bireylerin stresle baş etme becerilerinde ve kişiler arası ilişkilerinde değişikliklere neden olduğu bilinmektedir. Çin'de salgından etkilenen çocuk ve ergenlerin yaklaşık %27'sinde endişeli, %32'sinde sinirli davranış değişikliği olduğu görülmüştür. Aynı çalışmada anne ve babaya aşırı bağımlılık çocuklarda en çok görülen davranış

Tablo 3: Adölesanların Sosyodemografik Özellikleri ile Sağlık Davranışlarının İncelenmesi.

Sağlık Davranışı	Cinsiyet		x ²	p	Yaş		x ²	p
	Kız	Erkek			11-13	14-18		
Beslenmede değişiklik								
Var	64	48	2,79	0,09	41	71	0,97	0,32
Yok	21	28			14	35		
Fiziksel aktivitede değişiklik								
Var	75	61	3,34	0,12	48	88	0,79	0,76
Yok	10	15			7	18		
Uyku düzeni değişikliği								
Var	71	63	0,01	0,91	46	88	0,92	0,10
Yok	14	13			9	18		
Arkadaşlar ile iletişimde değişiklik								
Var	45	48	1,71	0,19	29	64	0,86	0,35
Yok	40	28			26	42		
Davranış değişikliği								
Var	41	38	0,50	0,82	21	58	3,96	0,04*
Yok	44	38			34	48		

*Kruskal Wallis Test; p<0.05

Tablo 4: Annelerin COVID-19 Salgın Sürecinin Yönetimine İlişkin Uygulamaları ve Gereksinimlerinin Dağılımı.

Annelerin Gereksinimleri	N=161 n (%)
Çocuğunun sağlığını koruma ve sürdürmeye yönelik bilgi gereksinimi olan anneler	112 (69,9)
Bilgi gereksinimi olan konular*	
Yeterli ve dengeli beslenme	29 (18)
Düzenli ve yeterli uyku	37 (23)
Fiziksel aktivite/spor/egzersiz	46 (28,6)
Stresle baş etme	43 (26,7)
Zamanı etkili kullanma	58 (36)
Hastalık ve hastalıktan korunma	22 (13,7)
Hijyen uygulamaları	16 (9,9)
Annelerin bilgi kaynağı tercihleri*	
İnternet	138 (85,7)
Televizyon	135 (83,9)
Komşu ve akrabalar	14 (8,8)
Gazete	23 (14,3)
Bilimsel kaynaklar	52 (32,3)

*Kişi davranış seçeneklerinden çoklu seçim yapabilmektedir.

değişiklidir (5). Çalışmamızda çocukların anne ve babaya aşırı bağımlı olma hali nispeten düşük oranda gözlenmiştir. Farklılığın örneklem grupları arasındaki yaş aralığından kaynaklı olabileceği düşünülmüştür. Yine farklı bir çalışmada, salgın sürecinde ergenlerin %18,9'unda anksiyete varlığı bildirilmiştir

(17). Çalışmamız literatürde henüz sınırlı sayıda olan çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Ergenlerde görülen davranış değişiklikleri beklenmedik bir olayla karşı karşıya kalan genç bireylerin çeşitli stres reaksiyonları olarak değerlendirilebilir. Ergenlerde görülen davranış değişikliklerini daha iyi anlamak için bu konuda daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Sağlık davranışları bireylerin cinsiyetlerine ve yaşına göre değişiklik gösterebilmektedir (18,19) fakat çalışmamızın cinsiyet özelliğine bağlı sonuçları literatür ile farklılık göstermektedir. Salgın sürecinin tüm ergenlerin fiziksel aktivite davranışlarını sınırlandırması, tüm yaş gruplarındaki çocukların okula gidememelerinden dolayı arkadaşları ile temas eksikliği yaşamalarının sonuçlarda etkili olduğu düşünülmüştür. Chen ve arkadaşlarının salgın sürecinde ergenlerin yaş aralığına bağlı olarak depresyon ve anksiyete davranışlarını inceledikleri çalışmada 13-15 yaş grubunda görülen depresyon ve anksiyete davranışlarının 9-12 yaş grubundan fazla olduğu bulunmuştur (17). Zhou ve arkadaşlarının 12-18 yaş aralığındaki ergenlerle yaptıkları çalışmalarında da yaş arttıkça depresif davranışta ve anksiyete görülme oranında artış olduğu bulunmuştur (19). Ergenlik döneminde yaşla beraber artış gösterebilen duygusal değişikliklerin yaş grupları arasında görülen farklılığın sebebi olabileceği düşünülmüştür.

COVID-19 ilk kez deneyimlene, etkileri ve tedavisi netlik kazanmamış durumda olan bir salgın hastalıktır. Taşıdığı belirsizlik toplumda çeşitli gereksinimlere neden olabilmektedir. Salgın süreci annelerde çocuğunun sağlığını koruma ve sürdürmeye yönelik bilgi gereksinimine sebep olmuştur. Mücadele etmekte olduğumuz COVID-19 salgınına yeni tip bir koronavirüsün sebep olması ve salgına yönelik bilgilerin henüz tam olarak

netlik kazanmamış olması annelerin bilgi gereksinimini açıklar niteliktedir. Toplumsal bir konu olan COVID-19 salgınına yönelik televizyonda düzenli olarak güncel veri ve bilgilerin paylaşılıyor olmasının ise annelerin bilgiye ulaşmada medya araçlarına yönelimini etkilediği söylenebilir.

Annelerin bilgi gereksinimi duyduğu konuların dağılımında ise çocuklarında görülen sağlık davranışlarında günlük ekran süresinin artması, fiziksel aktivite azlığı, salgın sürecinde görülen davranış değişikliklerinin sebep olduğu düşünülmüştür.

Çalışmanın Sınırlılıkları

Salgın sürecinin getirdiği sınırlamalar nedeniyle verilerin anne ifadelerine dayanıyor olması çalışmanın sınırlılıkları arasında yer almaktadır.

SONUÇ

Sonuçlar salgın sürecinde ergen sağlığını koruma ve sürdürmeye yönelik programların geliştirilmesi gerektiğini düşündürmektedir. Ailelerin çocukları ile birlikte evde yapabilecekleri aktivite ve egzersiz konularında bilgilendirilmesi, okulların kapalı olması ve ekran süresinin artmasından etkilenen uyku düzeni için düzenlemelerin yapılması, ergenlerde meydana gelen davranış değişikliklerinin yakından takip edilmesi, online danışmanlık hizmetlerinin sağlanması ve eğitim materyallerinin oluşturulması önerilmektedir. Uzmanlara ise daha fazla sayıda örneklem içeren çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Etik Komite Onayı: Bu çalışma için etik kurul onayı Koç Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan alınmıştır (2020.205.IRB3.085).

Bilgilendirilmiş Onam: Katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Yazar Katkıları: Çalışma Konsepti/Tasarım- E.H.U., A.A.; Veri Toplama- E.H.U., A.A.; Veri Analizi/Yorumlama- E.H.U., A.A.; Yazı Taslağı- E.H.U., A.A.; İçeriğin Eleştirel İncelemesi- E.H.U., A.A.; Son Onay ve Sorumluluk- E.H.U., A.A.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar finansal destek beyan etmemişlerdir.

Ethics Committee Approval: This study was approved by Koç University Social Sciences Research Ethics Committee. (2020.205.IRB3.085).

Informed Consent: Written consent was obtained from the participants.

Peer Review: Externally peer-reviewed.

Author Contributions: Conception/Design of Study- E.H.U., A.A.; Data Acquisition- E.H.U., A.A.; Data Analysis/Interpretation- E.H.U., A.A.; Drafting Manuscript- E.H.U., A.A.; Critical Revision of Manuscript- E.H.U., A.A.; Final Approval and Accountability- E.H.U., A.A.

Conflict of Interest: Authors declared no conflict of interest.

Financial Disclosure: Authors declared no financial support.

KAYNAKLAR/REFERENCES

1. Sprang G, Silman M. Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster Med Public Health Prep* 2013;7(1):105-10. DOI: 10.1017/dmp.2013.22.
2. Dong Y, Mo X, Hu Y, Qi X, Jiang F, Jiang Z, et al. Epidemiology of COVID-19 Among Children in China. *Pediatrics* 2020;145(6). DOI: 10.1542/peds.2020-0702.
3. Viner RM, Russell SJ, Croker H, Packer J, Ward J, Stansfield C, et al. School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: a rapid systematic review. *Lancet Child Adolesc Health* 2020;4(5):397-404. DOI: 10.1016/S2352-4642(20)30095-X.
4. Golberstein E, Wen H, Miller BF. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Mental Health for Children and Adolescents. *JAMA Pediatr* 2020;174(9):819-20. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2020.1456.
5. Jiao WY, Wang LN, Liu J, Fang SF, Jiao FY, Pettoello-Mantovani M, et al. Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. *J Pediatr* 2020;221:264-6 e1. DOI: 10.1016/j.jpeds.2020.03.013.
6. UNICEF. Coronavirus (COVID-19) guide for parents 2020 Available from: Available from: <https://www.unicef.org/parenting/coronavirus-covid-19-guide-parents>.
7. Ercan ES, Arman AR, Emiroğlu NI, Öztöp DB, Yalçın Ö. Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği COVID-19 Virüs Salgını Sırasında Aile, Çocuk ve Ergenlere Yönelik Psikososyal ve Ruhsal Destek Rehberi. 2020 (12/12/2020). Available from: <https://www.ankara.edu.tr/covid-19-virus-salgini-sirasinda-aile-cocuk-ve-ergenlere-yonelik-psikososyal-ve-ruhsal-destek-rehberi/>.
8. Sinha IP, Harwood R, Semple MG, Hawcutt DB, Thursfield R, Narayan O, et al. COVID-19 infection in children. *Lancet Respir Med* 2020;8(5):446-7. DOI: 10.1016/S2213-2600(20)30152-1.
9. Shahhosseini Z, Simbar M, Ramezankhani A, Majd HA. Supportive family relationships and adolescent health in the socio-cultural context of Iran: a qualitative study. *Ment Health Fam Med* 2012;9(4):251-6.
10. Perrin EC, Leslie LK, Boat T. Parenting as Primary Prevention. *JAMA Pediatr* 2016;170(7):637-8. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2016.0225.
11. Kaytez N, Durualp E, Kadan G. Engelli çocuğu olan ailelerin gereksinimlerinin ve stres düzeylerinin incelenmesi. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi 2015;4(1):197-214. Available from: <http://jret.org/FileUpload/ks281142/File/19.kaytez.pdf>.
12. Pettoello-Mantovani M, Pop TL, Mestrovic J, Ferrara P, Giardino I, Carrasco-Sanz A, et al. Fostering Resilience in Children: The Essential Role of Healthcare Professionals and Families. *J Pediatr* 2019;205:e1298-9. DOI: 10.1016/j.jpeds.2018.10.069.
13. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet* 2020;395(10227):912-20. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8).
14. Chen P, Mao L, Nassis GP, Harmer P, Ainsworth BE, Li F. Returning Chinese school-aged children and adolescents to physical activity in the wake of COVID-19: Actions and precautions. *J Sport Health Sci* 2020;9(4):322-4. DOI: 10.1016/j.jshs.2020.04.003.
15. Pietrobelli A, Pecoraro L, Ferruzzi A, Heo M, Faith M, Zoller T, et al. Effects of COVID-19 Lockdown on Lifestyle Behaviors in Children with Obesity Living in Verona, Italy: A Longitudinal Study. *Obesity (Silver Spring)* 2020;28(8):1382-5. DOI: 10.1002/oby.22861.

16. Xiang M, Zhang Z, Kuwahara K. Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected. *Prog Cardiovasc Dis* 2020;63(4):531-2. DOI: 10.1016/j.pcad.2020.04.013.
17. Chen F, Zheng D, Liu J, Gong Y, Guan Z, Lou D. Depression and anxiety among adolescents during COVID-19: A cross-sectional study. *Brain Behav Immun* 2020;88:36-8. DOI: 10.1016/j.bbi.2020.05.061.
18. He K, Kramer E, Houser RF, Chomitz VR, Hacker KA. Defining and understanding healthy lifestyles choices for adolescents. *J Adolesc Health* 2004;35(1):26-33. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2003.09.004.
19. 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(6):749-58. DOI: 10.1007/s00787-020-01541-4.