

IMPACTOS DA COVID-19 DURANTE O ENFRENTAMENTO DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE

ERIKA FARAGO ¹;
CAROLINE SCHIDMIT²; VALMIR UHREN ³

¹ Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais

² Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais

³ Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais

RESUMO: O presente artigo inclui-se na temática da discussão da saúde mental de profissionais da saúde atuantes no enfrentamento da COVID-19, entre os anos de 2020 e 2022, com o objetivo de discorrer sobre os impactos negativos causados pela pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica e documental com enfoque no material já publicado e existente sobre os impactos da saúde mental em profissionais da saúde. Os resultados obtidos na literatura apontam a prevalência de estresse, ansiedade, como também a presença de distúrbios do sono como a taxa de insônia, assim como sugerem o alto nível de estresse no trabalho associado ao excesso de horas de trabalho (turnos/plantões). Contudo, a pandemia destacou a importância do apoio psicológico e do acesso a serviços de saúde mental para os profissionais de saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental; profissionais de saúde; pandemia; COVID-19.

ABSTRACT: The present article falls within the theme of discussing the mental health of healthcare professionals engaged in combating COVID-19 between the years 2020 and 2022, with the aim of elucidating the negative impacts caused by the pandemic on the mental health of healthcare professionals. It is a bibliographical and documentary research focused on existing published material regarding the mental health impacts on healthcare professionals. The results obtained from the literature indicate the prevalence of stress, anxiety, as well as the presence of sleep disorders such as insomnia, while also suggesting a high level of work-related stress associated with excessive working hours (shifts/rotations). However, the pandemic has underscored the importance of psychological support and access to mental health services for healthcare professionals.

KEYWORDS: Mental health; healthcare professionals; pandemic; COVID-19.

INTRODUÇÃO

Estudos conduzidos durante o surto da COVID-19 entre os anos de 2020 e 2021 apontam que os profissionais de saúde, especialmente aqueles na linha de frente, experimentaram níveis elevados de estresse relacionado à sobrecarga de cuidados aos pacientes. Entre esses profissionais, os que se destacam, sobretudo neste estudo, são os da área da enfermagem. Eles enfrentaram uma percepção mais aguda dos riscos associados à disseminação e mortalidade da COVID-19, o que os tornou mais propensos a enfrentar desafios em sua saúde mental, como observado por Ramos-Toescher (2020).

Diante desse cenário, surge a necessidade premente de responder à seguinte pergunta: Quais foram os impactos negativos da pandemia na saúde mental dos profissionais da saúde durante a COVID-19?

Nesse contexto, o presente artigo se insere na discussão sobre a saúde mental desses profissionais no contexto do combate à COVID-19, abrangendo o período de 2020 a 2022. O objetivo principal deste trabalho é analisar os efeitos da pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde, levando em consideração não apenas os desafios enfrentados no âmbito da assistência direta ao combate ao coronavírus, mas também seus recursos físicos e psicológicos.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica e documental com enfoque no material já publicado e existente sobre os impactos da saúde mental em profissionais da saúde. De acordo com Boccato (2006), a pesquisa bibliográfica busca o levantamento e análise crítica dos documentos publicados sobre o tema a ser pesquisado com intuito de atualizar, desenvolver o conhecimento e contribuir com a realização da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No presente estudo, foi observado a concordância no que diz respeito à alta prevalência de estresse e ansiedade, bem como à presença significativa de distúrbios do sono, como indicado pela taxa de insônia.

De acordo com Lima (2020), o impacto da COVID-19 ultrapassa e soma-se ao âmbito econômico, atingindo também o contexto psicológico dos sujeitos, onde os principais fatores associados são a ansiedade e a depressão. Com isso, os profissionais da saúde que estiveram como protagonistas no enfrentamento desse contexto pandêmico, também sofreram consequências específicas no seu cotidiano, bem como, em sua saúde mental.

Segundo o relatório “COVID-19 Health care wOrkErs Study (HEROES)”, realizado pelas universidades do Chile e da Colômbia em colaboração com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) no ano de 2020, trabalhadores de saúde de onze países latino-americanos apresentam altas taxas de sintomas depressivos, pensamentos suicidas e sofrimento psíquico.

De acordo com Chan AO (2004), em profissionais da área da saúde pode ocorrer

aumento do risco de surgimento de quadros de ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático, tanto durante o surto como subsequentemente, pela exposição à tensão, ao medo e à possibilidade de contágio. Quanto à ansiedade, é possível notar que os níveis de ansiedade dos trabalhadores da saúde são diferentes da população em geral, visto que os trabalhadores da linha de frente e, em particular os que estão diretamente envolvidos no tratamento de pacientes com COVID-19, correm um risco maior do que outros (MANGOLINI; ANDRADE; WANG, 2019).

No Brasil também existem pesquisas em andamento para compreensão dos impactos na Saúde Mental dos profissionais de saúde nesse período. O questionário aplicado sobre as Condições de Trabalho dos Profissionais de Saúde no Contexto da Covid-19 no Brasil obteve mais de 25 mil participantes. Desses, aproximadamente 16 mil representam o universo das profissões de saúde, segundo o Conselho Nacional de Saúde, contempladas nesta pesquisa.

De acordo com os resultados da pesquisa, realizada pela Fiocruz no ano de 2021, em todo o território nacional, a pandemia alterou de modo significativo a vida de 95% desses trabalhadores. Os dados revelam, ainda, que quase 50% admitiram excesso de trabalho ao longo desta crise mundial de saúde, com jornadas para além das 40 horas semanais e um elevado percentual (45%) deles necessita de mais de um emprego para sobreviver. Ainda de acordo com a Fiocruz pesquisa retrata a realidade daqueles profissionais que atuam na linha de frente, e identifica fortes sinais de esgotamento físico e mental, bem como o medo da contaminação e da morte, em meio a gestões marcadas pelas perdas dos direitos trabalhistas, terceirização, desemprego, perda de renda, salários baixos, gastos extras com compras de EPIs, transporte alternativo e alimentação (LEONEL, 2021).

Nota-se que o perfil sociodemográfico predominante é composto por mulheres que enfrentam longas jornadas de trabalho. As evidências apontam para uma conexão entre o elevado nível de estresse no ambiente de trabalho e o excesso de horas trabalhadas, incluindo turnos e plantões, o que está relacionado com a insônia e o desenvolvimento de síndromes, com destaque para a síndrome de *Burnout*.

Outra pesquisa realizada pela Fundação, “O impacto dos transtornos mentais no trabalhador e no trabalho em saúde no contexto da pandemia da Covid-19”: se trata de uma pesquisa quantitativa e qualitativa que avalia o impacto dos transtornos mentais no trabalhador e no trabalho em saúde, no contexto da pandemia da COVID-19, contemplando os diversos cenários da atenção à saúde (hospitais, unidades básicas de saúde, clínicas etc.). De acordo com resultados do estudo, 36% dos participantes se sentiram deprimidos dois dias antes dos seus dias de trabalho; cerca de 30% relataram vários dias com alterações do apetite e 34%, com alterações do sono; quatro em cada dez respondentes apresentaram alguma dificuldade para trabalhar, cuidar da casa ou relacionar-se com outras pessoas em decorrência de problemas emocionais no contexto do isolamento social.

É notável que os resultados encontrados neste estudo estejam alinhados com as descobertas de pesquisas realizadas internacionalmente sobre esse tema. Isso reforça a consistência das conclusões e a universalidade dos desafios enfrentados pelos profissionais de saúde em todo o mundo.

Brooks et al., (2020) acerca dos efeitos psicológicos do isolamento social, demonstraram histórico de transtorno psiquiátrico prévio no profissional de saúde, que além

de demonstrarem uma variedade de emoções negativas após o isolamento social (tristeza, nervosismo, culpa), apontaram sofrer maior estigma em comparação a outros profissionais. Esses dados apontam maior disponibilidade a sofrimento mental e alguns desses indicadores foram atrelados a um maior número de sintomas de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), transtornos de ansiedade e afetos negativos após o final do isolamento social.

CONCLUSÃO

Neste contexto, observando os impactos na saúde mental de profissionais da saúde no contexto da pandemia, é importante destacar algumas conclusões relevantes, como o aumento dos níveis de estresse e ansiedade destes sujeitos, resultado de uma carga de trabalho intensa e situações emocionalmente desafiadoras.

Além disso, a falta de sono adequado pode ter consequências graves na saúde mental a longo prazo. Muitos profissionais de saúde tiveram que lidar com distúrbios do sono, como insônia, devido ao estresse crônico e à carga de trabalho excessiva. A síndrome de *Burnout*, caracterizada pela exaustão física e emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho, também teve um aumento significativo em diagnósticos durante a pandemia.

O distanciamento social necessário para conter a propagação da COVID-19 também contribuiu para sentimentos de isolamento e solidão entre os profissionais de saúde, que muitas vezes estavam separados de suas famílias e entes queridos para evitar a transmissão do vírus.

Em resumo, a pandemia do COVID-19 teve um impacto profundo na saúde mental dos profissionais da saúde, expondo além disso, as vulnerabilidades do sistema de saúde e a necessidade de priorizar o bem-estar psicológico desses sujeitos, destacando a importância do apoio psicológico e do acesso a serviços de saúde mental para os profissionais da área, indispensáveis em situações como a pandemia mundial entre os anos de 2020 e 2021.

REFERÊNCIAS

BOCCATO, V. R. C. Metodologia da pesquisa bibliográfica na área odontológica e o artigo científico como forma de comunicação. **Rev. Odontol. Univ.** Cidade São Paulo, São Paulo, v.18, n. 3, p. 265-274, 2006.

BROOKS, S. K., et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet journal**, v. 395, p. 912-920, mar. 2020.

CHAN AO, HUAK CY. Psychological impact of the 2003 severe acute respiratory syndrome outbreak on health care workers in a medium size regional general hospital in Singapore. **Occup Med (Lond)**.54(3):190-6, 2004.

LEONEL, Philip. **Pesquisa analisa o impacto da pandemia entre profissionais de saúde.** Portal Fiocruz, 2021. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/pesquisa-analisa-o-impacto-da-pandemia-entre-profissionais-de-saude>. Acesso em: 20 de jun de 2023.

LIMA, C. R. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Revista de Saúde Coletiva**, v. 30 p. 2-10, 2020.

MANGOLINI, V. I., ANDRADE, L. H., & WANG, Y. . Epidemiologia dos transtornos de ansiedade em regiões do Brasil: uma revisão de literatura. **Revista de Medicina (São Paulo)**, 98, 415-422, 2019.

RAMOS-TOESCHER, A. M. et al.. **Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio**. Escola Anna Nery, v. 24, n. spe, p. e20200276, 2020.