

# IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE

*Data de aceite: 01/09/2023*

### **Laura Maciel Oliveira**

Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM

### **Gabriel de Freitas Paiva**

Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM

### **Rafaela Elias Assis Leite**

Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM

### **Liliana Maria Gomes**

Docente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM

A pandemia da COVID-19 causada pelo vírus SARS-CoV-2, sem dúvida se trata de um dos maiores desafios do século XXI, que devido ao seu caráter de rápida transmissibilidade, sobrecarregou os centros de saúde, sobretudo os profissionais de saúde da linha de frente no combate da doença (BRITO *et al.*, 2020). Diante desse cenário pandêmico

de alta transmissibilidade e prejuízos biopsicossociais, os profissionais da saúde que se relacionaram de forma direta ou indireta com pacientes diagnosticados ou em fase de tratamento, mostraram índices de sofrimento psíquico como o medo, angústia, depressão e ansiedade mais elevados, além de apresentarem outros sentimentos relacionados aos riscos de contágio do vírus (PRADO, *et al.*, 2020).

Dessa forma, vale destacar os danos causados aos profissionais de saúde, visto que se trata de um grupo de maior vulnerabilidade e contato direto com pacientes infectados. Assim, a saúde mental, é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS), em pesquisa realizada no ano de 2022 “Um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade.” Nesse contexto, percebe-se a incompatibilidade do estado mental da maioria desses profissionais com o conceito proposto pela OMS.

A COVID-19 se trata de uma síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV-2), surgiu em dezembro de 2019 na província chinesa de Wuhan, relacionada ao mercado de animais vivos da região, por se tratar de um vírus de rápida disseminação que se espalha pelo contato direto com pessoas ou superfícies contaminadas, afiliada à falta de informação sobre as características clínicas da doença, ela facilmente se espalhou pelos 5 continentes (SURYASA *et al.*, 2021). Diante disso, em fevereiro de 2020, a OMS a declarou como sendo uma pandemia. No Brasil, os primeiros casos foram confirmados no mês de fevereiro, e diversas ações foram implementadas a fim de conter e de mitigar o avanço da doença. Em 3 de fevereiro de 2020, o país declarou Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN), antes mesmo da confirmação do primeiro caso (CAVALCANTE *et al.*, 2020).

Somado a isso, o grande número de casos e a superlotação dos hospitais e centros de saúde alterou quase que totalmente a relação entre profissionais de saúde e pacientes, nesse cenário, pode-se destacar o medo de ser infectado, a proximidade com o sofrimento dos pacientes ou a morte destes, bem como a angústia dos familiares associada à falta de suprimentos médicos, informações incertas sobre vários recursos, solidão e preocupações com entes queridos (TEIXEIRA *et al.*, 2020). Assim, observa-se o afastamento e o receio dos profissionais de saúde frente ao atendimento de pacientes positivos para a covid-19.

Ademais, é certo que todas essas mudanças decorrentes da covid-19 foram cruciais para o aumento de distúrbios psicossomáticos nos profissionais de saúde, sobretudo nos enfermeiros. Estudos ressaltaram que os profissionais de enfermagem estão mais propensos a serem afetados psicologicamente, isso foi justificado pelo fato deles estarem atuando em um contato mais próximo a pacientes com a COVID-19 e por possuírem uma carga de trabalho elevada (BEZERRA *et al.*, 2020).

Portanto, ainda hoje é necessário direcionar grande atenção aos familiares, buscando sinais e sintomas de doenças psicossomáticas surgidas durante a pandemia de COVID-19, a fim de identificar e prevenir possíveis consequências causadas por esses distúrbios.

## O QUE É SAÚDE MENTAL

Atualmente, a saúde mental tem conceito complexo e, historicamente, foi influenciado por contextos sócio-políticos e pela evolução de práticas em saúde. Com o passar dos dois últimos séculos, esse conceito foi ampliado para o campo multidisciplinar em que abrange toda a esfera biopsicossocial do indivíduo. Assim, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), “a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade”. Essa definição, de 1946, foi inovadora e ambiciosa, pois, em vez de oferecer um conceito inapropriado de saúde, expandiu a noção incluindo aspectos físicos, mentais e sociais. (GOIANO *et al.*, 2018).

Na esteira deste pensamento, a Ordem dos Enfermeiros Portugueses reconhece a saúde mental como um componente indissociável da saúde geral que reflete o equilíbrio entre o indivíduo e o ambiente, constituindo-se como o substrato para o bem-estar pessoal e funcionamento efetivo da comunidade. Trata-se assim de um processo que envolve recursos individuais, fatores predisponentes, fatores precipitantes atuais (acontecimentos de vida), fatores protetores ou de suporte (como o contexto familiar e social), bem como diversas consequências e resultados. (QUERIDO *et al.*, 2019). Dessa maneira, a pandemia de COVID-19 atua rompendo esse equilíbrio do indivíduo em relação ao meio no qual está inserido, sendo um fator precipitante influenciando diretamente os hábitos de vida de cada profissional da saúde, com ênfase naqueles que estavam na linha de frente no combate da doença. Nesse sentido, influência também nos fatores de suporte, visto que esses profissionais viviam com medo constante de contágio da COVID-19 e transmissão para seus familiares e amigos.

Diante disso, a pandemia causada pela covid-19, influenciou de forma direta ou indireta praticamente toda a população, em especial os profissionais da saúde que ficaram na primeira linha de defesa contra o vírus. Assim, é de extrema importância se atentar à saúde do trabalhador. Tem sido recorrente o relato de aumento dos sintomas de ansiedade, depressão, perda da qualidade do sono, aumento do uso de drogas, sintomas psicossomáticos. (TEIXEIRA *et al.*, 2020).

Em geral, as pessoas que sofrem de transtornos mentais possuem fragilidades na sua socialização, inserção social e no mercado de trabalho. São menos bem-sucedidas que a média no âmbito da concorrência feroz que caracteriza o capitalismo, e tendem a engrossar a multidão de desempregados e desviantes colocados nas bordas da marginalidade (CAMPOS *et al.*, 2019). Assim, é possível observar as exacerbadas consequências advindas dos transtornos mentais nos profissionais da saúde no combate ao vírus.

Nesse viés, fica claro que profissionais da área da saúde, principalmente após a pandemia da COVID-19 precisam procurar apoio multidisciplinar, em especial o acompanhamento psicológico, visto que vivenciaram várias situações que predisõem o indivíduo a distúrbios psicossomáticos como ansiedade e depressão.

## **COVID-19 E A PROPORÇÃO DA DISSEMINAÇÃO DO VÍRUS:**

Em dezembro de 2019 houve um alerta mundial, por meio da Organização Mundial da Saúde (OMS), a respeito de um novo vírus, o qual produz a doença chamada de COVID-19 e que foi denominado como coronavírus 2 da síndrome respiratória aguda grave (SARS-Cov-2). Naquele momento, o vírus estava desencadeando casos de pneumonia na República Popular da China, especificamente na cidade de Wuhan (PRADO *et al.*, 2020). Esse vírus, que inicialmente apareceu apenas na China, teve informações a seu respeito

espalhadas pelo país e causou preocupações na população, tanto pelo desconhecimento a respeito da doença, quanto pelo medo do que ela poderia causar.

A COVID-19 é caracterizada por ser uma patologia responsável por causar síndromes respiratórias e gastrointestinais, tratando-se de um RNA vírus de ordem *Nivovirales* da família *Coronaviridae*, sendo os sintomas mais frequentes febre, tosse seca, cansaço, coriza, obstrução nasal, dor de garganta e diarreia (BEZERRA *et al.*, 2020). É importante salientar, também, que alguns pacientes podem apresentar sintomas mais graves, como a insuficiência respiratória e hipoxemia secundária, podendo necessitar de cuidados médicos advindos da medicina intensiva (UTI) e ocasionar mortes.

O Corona vírus é marcado por uma grande facilidade de transmissão, sendo favorecida pelo contato próximo e disseminada por gotículas respiratórias e por materiais contaminados (BEZERRA *et al.*, 2020). Esse fator, somado à falta de conhecimento acerca da patologia, já que o novo vírus ainda não havia sido identificado em humanos, contribuiu para que rapidamente a doença fosse elevada ao status de pandemia. Em relação ao Brasil, por exemplo, em abril de 2020, já haviam sido notificados cerca de trinta mil casos confirmados, com mais de 1.500 mortes e taxa de mortalidade em torno de 5,5%. Porém, com a falta de entendimento acerca da doença, a ausência de testes permeava no mercado, além do desconhecimento advindo de pessoas de classes econômicas baixas, que não possuem contato frequente com a mídia, ocasionando um grau elevado de subnotificação (FARO *et al.*, 2020). Além disso, existem grupos de pessoas que se enquadram em um maior risco ao ser infectado com o vírus, como os hipertensos e os diabéticos (CUNHA *et al.*, 2020).

A pandemia de COVID-19 se mostrou como um grave desafio à saúde pública mundial, considerando a quantidade de pessoas que foram contagiadas nos cinco continentes do globo, com índices de mortalidade e de casos de urgência extremamente altos, afetando questões sociais, psicológicas, econômicas, religiosas, culturais e de saúde (BELARMINO *et al.*, 2020). Desse modo, foi necessária uma reestruturação do sistema de saúde para que fosse comportado o maior número de pessoas doentes possíveis, sendo que os profissionais da área da saúde, os quais estiveram na linha de frente, tiveram que aumentar exponencialmente a carga horária trabalhada (FARO *et al.*, 2020). Ademais, foi necessário que a assistência a COVID-19 lidasse com casos novos e em diferentes fases da infecção, com um grande monitoramento, tanto de casos leves em domicílio, quanto de pessoas nos hospitais em sinais de alerta (CUNHA *et al.*, 2020). Esses fatores, considerados novos para a realidade da população mundial à época, evidenciaram a necessidade das pessoas se adaptarem, de forma a passarem a usar objetos de proteção individual diariamente para frequentarem lugares públicos, como álcool em gel e máscaras faciais.

Esse contexto marcado por incertezas, medos e pela necessidade urgente de mudanças de hábitos, gerou uma situação propícia para o desenvolvimento de doenças mentais na população geral e com maior intensidade nos profissionais de saúde atuantes

no combate ao covid-19.

## **O CORONA VÍRUS COMO PRECURSOR DE PROBLEMAS NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE**

A saúde mental há pouco tempo passou a se tornar um assunto mais abordado, falar de saúde mental era um desafio, muitas vezes considerado “frescura” para as pessoas que viam as dificuldades das outras do lado de fora. Desse modo, as pessoas que enfrentavam dificuldades emocionais não possuíam sequer o direito de receber cuidados, sendo apenas retirados da sociedade por serem anormais (DE FREITAS *et al.*, 2018). Em se falando do ambiente hospitalar, muitas dificuldades que podem acarretar em problemas em saúde mental podem ser encontradas. Os profissionais da área da saúde, como os médicos e os enfermeiros, estão imersos em uma realidade bastante conflituosa e cheia de dificuldades, pois vivenciam situações que envolvem morte, doenças que apresentam difíceis curas, o afastamento de familiares e entes queridos por conta dos plantões, além de salários que não condizem com o trabalho realizado (SOUZA *et al.*, 2021).

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) acompanha as mudanças do mundo, o desenvolvimento social, econômico, os avanços tecnológicos e o aparecimento de crises (MOREIRA *et al.*, 2018 ). A ocorrência de conflitos na sociedade pode agravar os problemas na saúde mental, sendo exemplos a ocorrência de guerras, ataques, atentados, desastres naturais e a disseminação de doenças, como foi o caso da COVID-19. Dessa forma, alterações na conformação trabalhista dos profissionais da área da saúde pode causar aumentos nas jornadas de trabalho, maiores preocupações pela responsabilidade de salvar vidas e pela falta de instrumentos de trabalho para atenderem muitas pessoas em curtos prazos, além da ausência de preparo pessoal para lidar com o sofrimento alheio, fatores que são preponderantes para ocasionar casos de ansiedade, estresse, medo e tristeza.

Nesse sentido, devido ao alto crescimento do número de pessoas infectadas pelo COVID-19, dentre elas, os profissionais da saúde, no desenrolar da pandemia surgiram vários problemas, se destacando a necessidade de cargas horárias maiores dos indivíduos que trabalhavam nos hospitais, gerando uma grande sobrecarga de trabalhos, a remuneração inadequada, a falta de equipamentos para a realização de trabalhos, escassez de instrumentos de proteção individual, o baixo estoque de medicamentos e infraestrutura inadequada para suportar o grande número de indivíduos doentes (PRADO *et al.*, 2020). Esses fatores, por estarem permeados por riscos, somados à falta de treinamento para a prestação de serviços de saúde, foram gatilhos para inseguranças e medos, afetando a saúde mental dos profissionais (ORNEL *et al.*, 2020).

Além dos problemas presentes no ambiente de trabalho, a perda de colegas próximos e de familiares também foram agravantes para o aparecimento de sofrimentos

psicológicos (PRADO AD *et al.*, 2020). Influindo em níveis altos de adoecimento físico e psicológicos e a uma má qualidade de vida e assistência à saúde, de forma que muitas vezes os trabalhadores pensavam mais em serem humanos em suas relações com os pacientes do que em si mesmos, somado a um sentimento de incapacidade por não estarem conseguindo solucionar a alta mortalidade (BEZERRA *et al.*, 2020). Esses profissionais vivenciaram, também, exaustões físicas, as quais causam ansiedade, insônia, angústia e medo ao retornarem aos seus lares, de forma que, principalmente nos momentos que possuíam para descansar em casa, seus pensamentos eram permeados de insegurança e medo de serem contagiados e de transmitirem para os seus familiares (BEZERRA *et al.*, 2020).

A síndrome de burnout, traumas secundários e depressão também foram problemas notáveis em profissionais que trabalhavam com pacientes com COVID-19 (MELLO SILVA *et al.*, 2022). Sendo, portanto, com todo o estresse e pressão que esses profissionais sofrem, a saúde mental apontada como uma grande preocupação, que necessita de atenção, principalmente devido às chances de novas doenças de caráter global surgirem (PRADO *et al.*, 2020). Por este motivo, recomenda-se que intervenções sejam disponibilizadas e sustentadas a longo prazo, a fim de garantirem um cuidado integral, visando a recuperação desses indivíduos (LOBO, RIETH., 2021). Tendo em conta que, para uma assistência ideal às necessidades da população, é de extrema importância a existência de uma boa saúde mental das equipes multidisciplinares da área da saúde.

## **POSSÍVEIS SOLUÇÕES PARA QUESTÕES DE SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE EM MOMENTOS DE CRISE**

Portanto, considerando a alta proporção de problemas na saúde mental dos profissionais da área da saúde que atuaram na linha de frente da pandemia do COVID-19, é de suma importância que soluções sejam encontradas para que, caso aconteça uma nova crise de ordem global na saúde, os atuantes consigam ter capacidade de lidar da melhor forma com os pacientes, sem que haja prejuízos na vida pessoal e profissional, oferecendo um melhor auxílio e prontidão para os pacientes.

Dessa forma, é necessário que sejam realizadas intervenções psicológicas, para reduzir os danos e promover a saúde mental, não só durante uma pandemia, mas também no período pós-pandêmico, visto que esse momento é difícil por ser necessário que os profissionais lidem com a perda de pacientes e por grandes mudanças emocionais. Outrossim, programas de apoio psicológico por meio da telemedicina devem ser implementados, com medidas para que os profissionais não esqueçam das suas necessidades físicas, emocionais e espirituais (MELLO SILVA *et al.*, 2022). Além disso, os hospitais, públicos e particulares, devem treinar os trabalhadores para casos de grande disseminação de doenças, organizando lugares de descanso dos profissionais e fornecendo os instrumentos necessários para a prestação da assistência (FARO *et al.*, 2020).

Além disso, as equipes multidisciplinares precisam estar preparadas para ajudar as suas equipes em momentos de crises emocionais, dado que é comum que os trabalhadores apresentem momentos de desânimo com o trabalho, medo devido a responsabilidade que precisam ter para curar outras pessoas e para salvar vidas. Assim, é importante que as pessoas que trabalham na área da saúde criem vínculos de amizade com os seus colegas de trabalho, fazendo com que o ambiente de trabalho seja um lugar leve e prazeroso para se trabalhar. Momentos de descontrações também são importantes para sair da rotina, como um horário de lanche coletivo, onde assuntos diferentes de trabalho podem ser colocados em pauta, e momentos de lazer fora do trabalho. Outros fatores essenciais, são o bom relacionamento da equipe e a empatia, evitando conflitos internos e desgaste emocional.

Outrossim, além do COVID-19, podem existir outros momentos de crises externas que podem afetar a rotina normal do hospital, como brigas generalizadas, guerras, ataques, atentados e desastres naturais. Dessa maneira, os hospitais, tanto particulares como públicos, devem proporcionar treinamentos periódicos para os profissionais da área da saúde, capacitando-os para lidar com momentos que saiam da rotina de trabalho. Assim, é possível resguardar a saúde mental dos profissionais de saúde, dando condições financeiras, infraestruturas, físicas e emocionais para que eles desenvolvam seu trabalho da melhor forma.

## REFERÊNCIAS

BELARMINO, Adriano de Costas. *et al.* Collaborative practices from health care teams to face the covid-19 pandemic. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, 2020.

BEZERRA, G. D.; SENA, A. S. R. *et al.* O impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 93, 2020.

CAVALCANTE, J. R. *et al.* COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, n. 4, p. e2020376, 10ago. 2020.

FARO, André. *et al.* COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, 2020.

FREITAS, Bismarck Liandro. A evolução da saúde mental no Brasil: reinserção social. **Revista Científica Semana Acadêmica**, Fortaleza, 2018.

GAINO, L. V.; SOUZA, J. de; CIRINEU, C. T.; TULIMOSKY, T. D. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, [S. l.], v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018.

GUIMARÃES, Anuska da Silva Maia.; CUNHA, T. G. S. *et al.* Atuação da equipe multiprofissional em saúde, no cenário da pandemia por Covid-19. **Health Residencies Journal – HRJ**, v. 1, n. 2, p. 1-22, 2020.

LOBO, A. C.; RIETH, C.E. Saúde mental e Covid-19: uma revisão integrativa da literatura. **Saúde em Debate**, v. 45, n. 130, p. 885-901, jul. 2021.

MOREIRA, Daniela Zanoni.; RODRIGUES, Maria Beatriz. Saúde mental e trabalho docente. **Estud. psicol.**, Natal, v. 23, n. 3, p. 236-247, sete. 2018.

ONOCKO-CAMPOS, R.T. Saúde mental no Brasil: avanços, retrocessos e desafios. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, n. 11. 2019.

ORNELL, F.; SCHUCH, J. *et al.* Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Debates em Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 12-16, 2020.

PIRES BRITO, S. B.; BRAGA, I. O.; CUNHA, C. C.; PALÁCIO, M. A. V.; TAKENAMI, I. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. **Vigil Sanit Debate, Rio de Janeiro**, “Rio de Janeiro, Brasil”, v. 8, n. 2, p. 54–63, 2020.

PRADO, Amanda Dornelas.; PEIXOTO, Bruna Cristina *et al.* A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 46, p. e4128, 26 jun. 2020.

QUERIDO, Ana.; TOMÁS.; Catarina.; LARANJEIRA.; Carlos. Da Saúde à Saúde Mental: Enquadramento Conceptual. **Instituto Politécnico de Leiria, Escola Superior de Saúde**, 2019.

SILVA, F. A. N. DE M. *et al.* A saúde mental dos profissionais da saúde durante a pandemia da Covid-19: revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 1, p. 3757-3778, 14 jan. 2022.

SOUZA, N. V. D. DE O. *et al.* Nursing work in the COVID-19 pandemic and repercussions for workers' mental health. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 42, n. spe, 2021.

SURYASA, I. W.; RODRÍGUEZ-GÁMEZ, M.; KOLDORIS, T. The COVID-19 pandemic. **International journal of health sciences**, [S. l.], v. 5, n. 2, p. vi-ix, 2021.

TEIXEIRA, C. F. DE S. *et al.* A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, p. 3465-3474, set. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health: a state of well-being, jun. 2022.