

Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19

The mental health of Brazilian health professionals within the context of the Covid-19 pandemic (abstract: p. 9)

Salud mental de los profesionales de salud en Brasil en el contexto de la pandemia de Covid-19 (resumen: p. 9)

Eder Samuel Oliveira Dantas^(a)

<eder.dantas@ebserh.gov.br> 

^(a) Unidade de Atenção Psicossocial, Hospital Universitário Onofre Lopes, Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Avenida Nilo Peçanha, 602, Petrópolis. Natal, RN, Brasil. 59012-300.

A pandemia causada pela Covid-19 tem afetado negativamente a Saúde Mental de profissionais de saúde, especialmente os que trabalham na linha de frente assistencial, pois lidam diariamente com o medo de se infectarem e infectarem os outros, a carência de equipamentos de proteção individual e a sobrecarga de trabalho. Este texto objetiva discutir as nuances relacionadas à Saúde Mental dos profissionais de saúde do Brasil em tempos de pandemia por Covid-19. Elenca a importância da Rede de Atenção Psicossocial (Raps) como instrumento de apoio aos profissionais que precisam de cuidados de base territorial e destaca a resiliência psicológica como estratégia de enfrentamento das adversidades oriundas da pandemia. Ademais, sabe-se que os desafios relacionados à Saúde Mental permanecem urgentes e merecem, das autoridades sanitárias no Brasil, o devido valor.

Palavras-chave: Saúde mental. Pandemias. Profissionais de saúde. Infecções por coronavírus.

Introdução

Desde o mês de dezembro de 2019, o mundo tem discutido e se preocupado com a Covid-19, doença causada por um novo coronavírus (Sars-CoV-2)¹ que repercute uma pandemia de difícil controle.

Os primeiros casos da doença foram relatados em Wuhan, na China², e em março de 2020 foram confirmados casos em todos os continentes. No Brasil, o primeiro caso da Covid-19 foi identificado em 25 de fevereiro de 2020 e, de acordo com o Ministério da Saúde, até o dia 10 de agosto de 2020 o Brasil registrava 3.057.470 casos confirmados e 101.752 óbitos³, dados que fizeram o país ocupar o segundo lugar em números absolutos no mundo.

O número de pessoas doentes pela Covid-19 aumenta exponencialmente em todo o Brasil, exigindo estratégias dinâmicas, intensas e atualizadas para atender a uma população grandiosa, pois o país possui dimensão territorial e populacional continental, demandando quantitativo considerável de profissionais de saúde para atuar em diversos cenários, como o planejamento estratégico, epidemiológico, na gestão e massivamente na Atenção à Saúde, na linha de frente assistencial.

Com o avanço da pandemia, houve sobrecarga nos serviços de saúde em detrimento de casos suspeitos e confirmados da Covid-19 e, em breve, pode existir grande procura pelos serviços de saúde por demandas relacionadas à Saúde Mental, tendo em vista as repercussões negativas que afetam a coletividade, inclusive profissionais de saúde, provocadas pela pandemia e que não podem ser negligenciadas⁴.

Quando se refere à Saúde Mental neste texto, direciona-se o olhar para um campo da saúde polissêmico, plural, e diz respeito ao estado mental dos sujeitos e das coletividades, condições altamente complexas que vão além da ausência de doenças⁵. Nota-se que os profissionais de saúde vivenciam, cotidianamente, o desgaste emocional por terem de lidar com fatores estressores no ambiente de trabalho que se exacerbam em momentos de epidemias e pandemias.

Em relação às repercussões mentais nos períodos supracitados, podem-se destacar: desesperança, desespero, medo exacerbado de repetição dos fenômenos, medo da morte de si e de pessoas próximas, medo de ser infectado e de infectar os outros, enfrentamento de medidas de isolamento social, que podem facilitar o surgimento de estresse pós-traumático, sintomas depressivos e ansiosos e de comportamento suicida⁶.

Ante o exposto, este texto objetiva discutir as nuances que envolvem desafios e possibilidades da Saúde Mental de profissionais de saúde no Brasil, no contexto da atual pandemia por Covid-19.

Epidemias, pandemias e a Saúde Mental dos profissionais de saúde

Sabe-se que a pandemia por Covid-19 é uma emergência de saúde pública de interesse internacional desde janeiro de 2020 e representa, talvez, um dos maiores desafios da humanidade e da Ciência desde a Segunda Guerra Mundial⁷, e a interface dessa problemática com os aspectos de Saúde Mental e de resiliência psicológica necessária aos profissionais de saúde também tem fundamental importância, durante e após a crise pandêmica⁴.

Na população geral, por exemplo, em outros momentos críticos da história recente, observou-se quão grandes são as demandas de Saúde Mental após os problemas de saúde pública. Na epidemia pelo zika vírus, em 2015, que ocasionou a microcefalia em milhares de bebês infectados intraútero⁸, após dois anos do primeiro surto, estudo revelou alta prevalência de depressão, ansiedade e estresse nas mães desses bebês, distúrbios associados principalmente à escassez de apoio social⁹.

De acordo com estudo realizado na Guiné¹⁰, África ocidental, 15% dos sobreviventes do surto do vírus ebola, em 2016, apresentavam sintomas depressivos e, entre os pacientes que foram curados e se consultaram com psiquiatra, 12,12% apresentavam ideias ou tentativas de suicídio. Revela-se, assim, que momentos como o atualmente vivenciado repercutem negativamente na Saúde Mental da população.

Em estudo publicado recentemente¹¹ com a população chinesa, observaram-se impactos psicológicos, como ansiedade, percepção de estresse e depressão desde o início da epidemia por Covid-19 naquele país, que foram aumentando gradativamente durante o curso da doença. Ora, se na população geral os impactos psicológicos gerados pelas epidemias e pandemias são intensos, nos profissionais de saúde eles são amplificados, especialmente os que estão na linha de frente assistencial.

A China reportou à Organização Mundial de Saúde (OMS) que, nas duas primeiras semanas de março, 3.300 profissionais de saúde tinham sido infectados e pelo menos 22 haviam morrido naquele mês. Na Itália, 20% dos profissionais de saúde que estavam atuando na assistência aos pacientes com Covid-19 foram infectados nos dois primeiros meses da pandemia¹².

De acordo com Boletim Epidemiológico divulgado pelo Ministério da Saúde brasileiro, até o dia 4 de julho 173.440 casos de Síndrome Gripal (SG) foram confirmados para a Covid-19 em profissionais da área da saúde de todo o país. As profissões com maior registro de casos foram as de técnicos ou auxiliares de enfermagem (59.635), seguidas pelas de enfermeiros (25.718) e médicos (19.037)¹³.

Os profissionais supramencionados, além de apresentarem maior risco de infecção pelo novo vírus, estão expostos à possibilidade de que faltem equipamentos de proteção individual, ventiladores mecânicos, insumos hospitalares, além de precisarem decidir, por vezes, quais pacientes terão direito a determinadas tecnologias assistivas.

Durante outras epidemias por Sars, profissionais de saúde que atuaram em hospitais da China relataram sofrer de depressão, ansiedade, medo e sensação de frustração

cotidianamente¹⁴. Profissionais japoneses afirmaram que, após o surto por Sars, por todo estresse sofrido na linha de frente assistencial, passaram a consumir mais álcool, tabaco e houve aumento de estresse pós-traumático¹⁵.

Ao reconhecer os fatores capazes de impactar a Saúde Mental dos profissionais de saúde durante a pandemia, deve-se pensar que quanto mais prolongada for, mais demandas referentes à síndrome de Burnout podem surgir, fenômeno psicossocial que emerge como resposta aos estressores interpessoais crônicos presentes no trabalho e se caracterizam por exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização pessoal no trabalho¹⁶.

No Brasil, existem pesquisas em andamento para compreensão dos impactos na Saúde Mental dos profissionais de saúde nesse período. Em Brasília, estudo que avaliou médicos residentes em atuação durante a pandemia, nos meses de abril e junho, apontou que, devido à ansiedade desses profissionais, 25% afirmaram ter cogitado trocar de especialidade. E, entre os sintomas de ansiedade, os mais detectados foram incapacidade de relaxar, medo de que aconteça o pior e nervosismo, constatados de forma moderada em 41,7%. Além disso, 83,3% afirmaram que a qualidade geral do sono esteve prejudicada e 75% apresentavam sonolência diurna¹⁷.

Portanto, neste momento de crise, os gestores de instituições de saúde, alinhados com os níveis governamentais, devem pensar atitudes que ao menos minimizem o desgaste psicossocial dos profissionais de saúde. Podem-se organizar plantões de atendimento psicológico nas instituições hospitalares, disponibilização de material *on-line* sobre redução de ansiedade, medo e desespero em momentos de crise, treinamentos constantes para intensificar a segurança na prestação da assistência, contratação emergencial de mais profissionais para diminuição de sobrecarga laboral e garantia de equipamentos de proteção individual.

Em grande parte dos hospitais gerais de Wuhan, na China, estabeleceu-se um sistema de turnos para permitir que os profissionais da linha de frente descansassem e se revezassem em papéis de alta pressão, objetivando a diminuição da frequência do elevado estresse ocupacional¹⁴. Esse e outros exemplos podem ser seguidos no Brasil, pensando, inclusive, que a estrutura hospitalar no país já não é favorável aos turnos de descansos e os profissionais de saúde normalmente cumprem jornada de trabalho em mais de um vínculo empregatício.

Rede de Atenção Psicossocial e as possibilidades durante a pandemia por Covid-19

A Rede de Atenção Psicossocial (Raps), criada em 2011, com intuito de ampliar e articular os pontos de Atenção à Saúde para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de drogas, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), pode ser potencial aliada no acolhimento aos profissionais de saúde que necessitarem de suporte psicossocial durante e após a pandemia.

Deve-se pensar que em um país como o Brasil se tem quantitativo considerável de profissionais e que essa população também é diversa e usuária do SUS. Nesse entendimento, a atual política de Saúde Mental, mesmo com a precarização que vem sofrendo ao longo dos últimos anos, ainda tem o potencial de atender às situações emergentes.

Reitera-se que a promoção da Saúde Mental, bem como o acolhimento das demandas dos profissionais da saúde, está para além do momento em que se vive o ápice da pandemia por Covid-19. Deverão surgir planos e ações imediatamente no Brasil, que necessariamente devem perpassar pelo rastreio de depressão, ideação suicida, ansiedade e estresse pós-traumático, além da garantia de apoio emocional a esses profissionais por longos períodos, tendo em vista que os impactos negativos causados podem reverberar durante meses ou até anos.

São inúmeras as possibilidades de cuidado em Saúde Mental aos profissionais de saúde diante do cenário vivido na pandemia por Covid-19. É importante implementar assertivamente ações, documentar e divulgar resultados, para aprimoramento e consolidação dessas iniciativas como parte da Atenção à Saúde de cada profissional envolvido, que tem se doado ao outro e necessita de atenção à própria Saúde Mental.

Reflete-se, também, sobre o preparo dos profissionais da Saúde Mental que vão acolher os profissionais da saúde no âmbito da Raps, sendo desafiador cuidar da saúde de um trabalhador de saúde, devendo-se pensar em que medida a supervisão dos casos fará parte da estratégia para os profissionais que acolhem em plataformas digitais, se haverá pesquisas sobre os atendimentos que possam contribuir com políticas públicas para o cuidado em Saúde Mental em tempos de pandemia por Covid-19, tudo gerenciado em um misto de iniciativas de conselhos de classe profissionais, sociedade civil organizada e as três esferas de governo. Logo, o Estado tem a responsabilidade de gerir mecanismos de cuidado em Saúde Mental aos trabalhadores¹⁸.

Independentemente de cenários futuros e estratégias de Estado para o enfrentamento dos problemas relacionados à Saúde Mental da população brasileira, pode-se pensar no fortalecimento de dispositivos existentes no SUS que prestam assistência em lógica comunitária e territorial, a exemplo da Estratégia Saúde da Família (ESF) e dos Centros de Atenção Psicossocial (Caps).

Seja na atenção especializada seja na Atenção Primária à Saúde (APS), as ações que envolvem a Saúde Mental não precisam centrar-se apenas no impacto traumático da Covid-19; o enfrentamento solidário deve ser estimulado e participativo, utilizando estratégias adaptadas às esferas sociais, culturais, religiosas e artísticas, de modo que contemplem diferentes demandas neste país de grandes dimensões e pluralidade.

Resiliência psicológica para profissionais de saúde em tempos de Covid-19

A resiliência psicológica é entendida como uma tendência que se manifesta por ocasião da superação de situações e momentos complexos ou de risco, e assegura a continuidade de um desenvolvimento saudável. Trata-se também de um processo dinâmico que permite à pessoa se adaptar, apesar da presença de estressores. Resiliência abrange mecanismos emocionais, cognitivos e socioculturais que são construídos no decorrer da existência humana, por meio de desafios graduais que reforçam atributos pessoais, estratégias de enfrentamento e habilidades¹⁹.

Em momentos de grandes dificuldades enfrentadas, é possível perceber que a maioria das pessoas tem força e habilidade para lidar com desafios. Há situações, como a pandemia por Covid-19, que causam estresse e angústia e, para enfrentá-las, é possível identificar as estratégias usadas no passado que poderiam ser úteis também para o momento atual. Embora o cenário seja outro, as estratégias para gestão do estresse podem ser novamente acessadas de modo individual ou coletivo, no intuito de buscar resiliência²⁰.

Enfatiza-se que se torna cada vez mais necessária a noção de resiliência psicológica nos serviços de saúde que atuam no âmbito da Covid-19, porque está fortemente vinculada à compreensão de fatores de risco e proteção. Os fatores de risco restringem a probabilidade de superação diante das carências impostas, em que seu impacto é reduzido pelos fatores de proteção. Assim, mesmo com os desafios impostos pela pandemia, os profissionais de saúde terão menores impactos negativos na saúde mental caso tenham as condições favoráveis para execução do trabalho¹⁹.

Outras questões que favorecerão a Saúde Mental e a resiliência psicológica dos profissionais de saúde, durante e após o período pandêmico, são as capacitações sobre psicoeducação, manejo do estresse, construção de momentos de escuta e cuidados coletivos durante os plantões. Uma das técnicas utilizadas em crise como a vivenciada é a chamada “Primeiros Cuidados Psicológicos”, que deve preferencialmente ser aplicada em curtos períodos²¹.

Caso a necessidade dos profissionais seja de suporte a crises mais intensas e/ou severas, outras estratégias podem ser utilizadas por um profissional de Saúde Mental para estabilização emocional; nesse momento, estão sendo fortemente indicadas técnicas relacionadas à terapia cognitivo-comportamental²¹.

Considerações finais

Isso posto, pode-se afirmar que a agenda de ações de Saúde Mental continua sendo urgente e vital na atualidade e deve ser um dos alicerces da resiliência em uma sociedade que enfrentará inúmeros desafios como resultado dessa pandemia por Covid-19²², que ainda não se sabe quando findará, nem ao menos quais serão as sequelas definitivas na Saúde Mental dos profissionais de saúde que estão trabalhando de maneira tão intensa.

Nesse cenário pandêmico, aponta-se, também, a necessidade de estudos sobre os impactos da Covid-19 no futuro²², para que em outros momentos históricos se tenha conhecimento científico ampliado sobre os aspectos da Saúde Mental que circunscrevem as pandemias e outros eventos críticos, para que surjam estratégias eficazes no campo da saúde pública e coletiva para os devidos enfrentamentos de maneira mais assertiva e em tempo hábil.

Conflito de interesse

O autor não tem conflito de interesse a declarar.

Direitos autorais

Este artigo está licenciado sob a Licença Internacional Creative Commons 4.0, tipo BY (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pt_BR).



Editora

Rosana Teresa Onocko Campos

Editora associada

Simone Mainieri Paulon

Submetido em

13/04/20

Aprovado em

20/10/20

Referências

1. Xu Z, Shi L, Wang Y, Zhang J, Huang L, Zhang C, et al. Pathological findings of COVID-19 associated with acute respiratory distress syndrome. *Lancet Respir Med*. 2020; 8(1):420-2.
2. Wu F, Zhao S, Yu B, Chen YM, Wang W, Song ZG, et al. A new coronavirus associated with human respiratory disease in China. *Nature*. 2020; 579:265-9.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Painel coronavírus [Internet]. Brasília. Ministério da Saúde; 2020 [citado 9 Ago 2020]. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>
4. Silva AG, Miranda DM, Diaz AP, Teles ALS, Malloy-Diniz LF, Palha AP. Mental health: why it still matters in the midst of a pandemic. *Braz J Psychiatry*. 2020; 42(3):229-31.
5. Amarante P. Saúde mental e atenção psicossocial. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; 2007.
6. Organización Mundial de la Salud. Organización Panamericana de la Salud. Prevención de la conducta suicida. Washington, DC: OPAS; 2016.
7. World Health Organization. Situation report – 63. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) [Internet]. Geneva: WHO; 2020 [citado 9 Ago 2020]. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200323-sitrep-63-covid-19.pdf?sfvrsn=d97cb6dd_2
8. Souza WV, Filho DAM, Valongueiro S, Melo APL, Brandão SP, Martelli CMT. Epidemia de microcefalia e vírus Zika: a construção do conhecimento em epidemiologia. *Cad Saude Publica*. 2018; 34(10):1-14.



9. Kuper H, Lopes Moreira ME, Araújo TVB, Valongueiro S, Fernandes S, Pinto M, et al. The association of depression, anxiety, and stress with caring for a child with congenital zika syndrome in Brazil: results of a cross-sectional study. *PLoS Negl Trop Dis*. 2019; 13(9):1-12.
10. Keita MM, Taverne B, Sy Savané S, March L, Doukoure M, Sow MS, et al. Depressive symptoms among survivors of Ebola virus disease in Conakry (Guinea): preliminary results of the PostEboGui cohort. *BMC Psychiatry*. 2017; 17(1):127.
11. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. *Int J Environ Res Public Health*. 2020; 17(5):1729.
12. The Lancet. COVID-19: protecting health-care workers. *Lancet*. 2020; 395(10228):P922. Doi:[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30644-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30644-9)
13. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim epidemiológico especial doença pelo coronavirus Covid-19 [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [citado 10 Ago 2020]. Disponível em: <http://saude.gov.br/images/pdf/2020/July/08/Boletim-epidemiologico-COVID-21-corrigido-13h35.pdf>
14. Xiang YT, Yang Y, Li W, Zhang L, Zhang Q, Cheung T, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*. 2020; 7(3):228-9.
15. Shigemura J, Ursano RJ, Morganstein JC, Kurosawa M, Benedek DM. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. *Psychiatry Clin Neurosci*. 2020; 74(4):281-2. Doi: 10.1111/pcn.12988.
16. Zanatta AB, Lucca SR. Prevalência da síndrome de burnout em profissionais da saúde de um hospital oncohematológico infantil. *Rev Esc Enferm USP*. 2015; 49(2):253-60.
17. Brasil. Ministério da Saúde. Pesquisa analisa impacto psicologico da covid em profissionais da saúde [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [citado 9 Ago 2020]. Disponível em: <https://www.gov.br/casacivil/pt-br/assuntos/noticias/2020/julho/saude-mental-pesquisa-analisa-impacto-psicologico-do-enfrentamento-a-covid-19-em-profissionais-da-saude>
18. Saidel MGB, Lima MHM, Campos CJG, Loyola CMD, Esperidião E, Santos JR. COVID-19: saúde mental dos profissionais de saúde. *Rev Enferm UERJ*. 2020; 28:e49923.
19. Sousa VFS, Araujo TCCF. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde. *Psicol Cienc Prof*. 2015; 35(3):900-15.
20. Inter Agency Standing Committee. Organização Pan-Americana de Saúde. Guia preliminar: como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19. Versão 1.5. Gagliato M, tradutor. Washington: IASC, OPAS; 2020.
21. Fundação Oswaldo Cruz. Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia Covid-19: orientação aos trabalhadores dos serviços de saúde. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2020.
22. Ventura DFL, Ribeiro H, GIULIO GM, Jaime PC, Nunes J, Bógus CM. Desafios da pandemia de COVID-19: por uma agenda brasileira de pesquisa em saúde global e sustentabilidade. *Cad Saude Publica*. 2020; 36:1-5.



The pandemic caused by Covid-19 has negatively affected the mental health of health professionals, especially those working on the frontline dealing with the fear of infection and infecting others, lack of personal protective equipment and excessive workloads. This text discusses the nuances related to the mental health of Brazilian health professionals in times of pandemic, highlighting the importance of the psychosocial care network in providing support to those who need special care and psychological resilience as a strategy for tackling adversities posed by the pandemic. The mental health service continues to face urgent challenges and deserves the due attention of health authorities in Brazil.

Keywords: Mental health. Pandemics. Health professionals. Coronavirus infection.

La pandemia causada por Covid-19 ha afectado significativamente la salud mental de los profesionales de la salud, especialmente de los que trabajan en la línea de frente asistencial, puesto que enfrentan diariamente el miedo de infectarse y de infectar a los demás, la carencia de equipos de protección individual y la sobrecarga de trabajo. El objetivo de este texto es discutir los matices relacionados con la salud mental de los profesionales de salud en Brasil en tiempos de la pandemia de Covid-19. Se cita la importancia de la Red de Atención Psicosocial como instrumento de apoyo a los profesionales que necesitan cuidados de base territorial y se subraya la resiliencia psicológica como estrategia de enfrentamiento de las adversidades provenientes de la pandemia. Además, se sabe que los desafíos relacionados a la salud mental permanecen urgentes y merecen el debido valor de las autoridades sanitarias en Brasil.

Palabras clave: Salud mental. Pandemias. Profesionales de salud. Infecciones por coronavirus.