



e-ISSN 2446-8118

78

SOFRIMENTO PSÍQUICO DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E A PANDEMIA DE COVID-19: REVISÃO INTEGRATIVA

PSYCHIC SUFFERING OF HEALTH PROFESSIONALS AND THE COVID-19 PANDEMIC: INTEGRATIVE REVIEW

EL SUFRIMIENTO PSÍQUICO DE LOS PROFESIONALES DE LA SALUD Y LA PANDEMIA DE LA COVID-19: REVISIÓN INTEGRADORA

Roberto Nascimento de Albuquerque¹
Gabriel Nonato da Silva Alves²

RESUMO: Objetivo: verificar as principais questões emocionais e psicológicas enfrentadas pelos profissionais de saúde brasileiros durante a pandemia da Covid-19 e os principais cuidados por parte dos profissionais e das instituições de serviço frente a essa situação. **Materiais e Métodos:** trata-se de uma revisão integrativa de literatura, ocorrida entre os meses de agosto e outubro de 2021, nas bases de dados da Biblioteca Virtual de Saúde e a *Scientific Eletronic Library Online*. Foram incluídos artigos publicados na íntegra, em língua portuguesa e publicados entre os anos de 2019 e 2021. **Resultados:** Após análise criteriosa, foram selecionados 17 artigos e observou-se que diferentes fatores têm causado sofrimento psíquico como o medo do desconhecido, o contato diário com a morte, a falta de condições de trabalho, o medo de contaminar seus familiares, a precariedade das relações trabalhistas, abandono ou desemprego, dentre outros. Nesse contexto, foram implantados diferentes cuidados voltados à saúde mental desses profissionais, tais como a implantação de atendimentos remotos/ligações *on-line* com psicólogos, psiquiatras e enfermeiros de saúde mental. **Conclusão:** É notório que os profissionais de saúde envolvidos no tratamento e cuidados do Covid-19 estão em constante sofrimento psíquico. Faz-se necessária novas pesquisas no âmbito da saúde mental para verificar o real impacto que a pandemia de Covid-19 trará na saúde mental desses profissionais. **DESCRITORES:** COVID-19; Angústia Psicológica; Saúde Mental; Pessoal de Saúde; Intervenção Psicossocial.

ABSTRACT: Objective: to verify the main emotional and psychological issues faced by Brazilian health professionals during the Covid-19 pandemic and the main care taken by professionals and service institutions in the face of this situation. **Materials and Methods:** this is an integrative literature review, carried out between August and October 2021, in the Virtual Health Library and Scientific Electronic Library Online databases. Articles published in full, in Portuguese and published between the years 2019 and 2021 were included. **Results:** After careful analysis, 17 articles were selected and it was observed that different factors have caused psychic suffering such as fear of the unknown, daily contact with death, the lack of working conditions, the fear of contaminating their

¹ Enfermeiro. Mestre e Doutor em Enfermagem pela Universidade de Brasília. Professor Titular do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Brasília (CEUB).

² Graduando em Enfermagem pelo Centro Universitário de Brasília (CEUB), Brasília, Distrito Federal, Brasil.

families, the precariousness of labor relations, abandonment or unemployment, among others. In this context, different care aimed at the mental health of these professionals was implemented, such as the implementation of remote consultations/online calls with psychologists, psychiatrists and mental health nurses. **Conclusion:** It is clear that health professionals involved in the treatment and care of Covid-19 are in constant psychological distress. Further research in the field of mental health is necessary to verify the real impact that the Covid-19 pandemic will have on the mental health of these professionals.

DESCRIPTORS: COVID-19; Psychological Distress; Mental Health; Health Personnel; Psychosocial Intervention.

RESUMEN: Objetivo: verificar los principales problemas emocionales y psicológicos enfrentados por los profesionales brasileños de la salud durante la pandemia de la Covid-19 y los principales cuidados de los profesionales e instituciones de servicios frente a esta situación. **Materiales y Métodos:** se trata de una revisión integrativa de la literatura, realizada entre agosto y octubre de 2021, en las bases de datos Biblioteca Virtual en Salud y Scientific Electronic Library Online. Se incluyeron artículos publicados en su totalidad, en portugués y publicados entre los años 2019 y 2021. **Resultados:** después de un análisis cuidadoso, se seleccionaron 17 artículos y se observó que diferentes factores han causado sufrimiento psíquico como el miedo a lo desconocido, el contacto diario con la muerte, la falta de condiciones laborales, el miedo a contaminar a sus familias, la precariedad de las relaciones laborales, el abandono o el desempleo, entre otros. En ese contexto, se implementaron diferentes cuidados dirigidos a la salud mental de estos profesionales. **Conclusión:** Es claro que los profesionales de la salud involucrados en el tratamiento y cuidado de la Covid-19 se encuentran en un sufrimiento psicológico extremo. Es necesario seguir investigando en el campo de la salud mental para comprobar el impacto real que tendrá la pandemia de la Covid-19 en la salud mental de estos profesionales.

DESCRIPTORES: COVID-19; Salud Mental; Personal de Salud.

INTRODUÇÃO

As pandemias são consideradas eventos catastróficos, de caráter mundial, que afetam intensamente a vida humana. Elas podem elevar o nível de letalidade, ter rápida disseminação e impactar negativamente os serviços de saúde. Além disso, são responsáveis por graves crises de saúde pública, econômicas e sociais.¹

Em meados de dezembro de 2019, uma nova doença respiratória denominada Covid-19 foi verificada na cidade de Wuhan, na China. Esta doença, de alta taxa de transmissibilidade, alcançou proporções continentais, tornou-se uma pandemia e atingiu milhões de pessoas ao redor do mundo. Pesquisas revelaram que a transmissão da Covid-19, ocorre, maioritariamente, através de gotículas contaminadas de secreções orofaríngeas de um indivíduo infectado para

outro que não esteja, ou pelo compartilhamento de objetos e contato com superfícies infectadas. Ressalta-se que a transmissibilidade pode se agravar devido ao número elevado de pessoas acometidas que apresentam sintomas leves ou assintomáticos e que também podem transmitir o vírus.²

Para tentar combater o avanço da Covid-19, diversos países precisaram revisar seus protocolos de biossegurança e de atendimento aos pacientes infectados, o que impactou drasticamente o cotidiano de milhões de pessoas.³

Foram adotadas medidas de segurança para reduzir a transmissão do vírus e a evolução da pandemia, tais como: isolamento dos casos suspeitos e confirmados da Covid-19, campanhas de educação em saúde relacionadas a não disseminação do vírus, disposição de álcool em gel em locais públicos para higienização das mãos e a

obrigatoriedade do uso de máscaras faciais. Também houve o incentivo ao distanciamento social, o fechamento de universidades, escolas e quaisquer eventos que promovam aglomeração de pessoas. Além disso, promoveu-se a conscientização da população para que permanecessem em casa, restringindo viagens e a utilização de transportes públicos e a privação da circulação de indivíduos nas ruas - a não ser para a compra de elementos necessários para a sobrevivência e atendimentos de saúde.^{2,4}

A questão do isolamento social trouxe à tona questionamentos importantes acerca das condições socioeconômicas da população, os quais mostraram que este confinamento impactou diretamente na renda da maior parte da população, incluindo muitos profissionais de saúde, os quais foram demitidos ou precisaram abandonar seus empregos.⁵

O hospital, caracterizado como um serviço essencial neste momento de pandemia da Covid-19, também teve de se adequar, aumentar o número de leitos para pacientes com essa doença, além de contratar um número maior de profissionais. Dados de maio de 2021, levantados pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), cerca de 162.773.940 casos foram confirmados da Covid-19, sendo 3.375.573 mortes.⁶ Já entre profissionais de saúde brasileiros, pesquisa realizada na cidade do Rio de Janeiro identificou que 25% dos profissionais de saúde tinham se contaminado pelo novo Coronavírus.⁷

Essa nova realidade fez com que aumentasse drasticamente o estresse e sofrimento psíquico dos profissionais de saúde. Trabalhadores da saúde tiveram que lidar diariamente com a morte de seus pacientes, com a falta de insumos necessários para assistência direta, com a carga horária exaustiva, com a inconfiabilidade acerca dos protocolos e tratamentos, com o medo diário de ser contaminado e, conseqüentemente, contaminar suas famílias. Tudo isso contribuiu negativamente para a saúde mental desses profissionais.⁸⁻¹⁰

Outro fator que interfere drasticamente na saúde mental dos indivíduos neste cenário

de pandemia da Covid-19, foi o impedimento da vivência do luto de forma convencional, entes queridos, familiares e amigos não podendo, em sua grande maioria, participar do sepultamento dos falecidos em decorrência do vírus.⁵

Pesquisa conjunta realizada pela OPAS, Universidade do Chile e a Universidade de Columbia, denominada “Health Care Workers (HEROES)”, apontou que entre 5 a 15% dos profissionais de saúde apresentaram ideações suicidas, e entre 15 e 22% exibiram sintomas semelhantes à depressão.¹¹

Assim, faz-se necessária especial atenção à saúde mental desses profissionais de saúde que estão na linha de frente do cuidado de pessoas com Covid-19, pois, nesse momento pandêmico, muita atenção tem sido dada à vacinação da população e pouco se fala da saúde mental desses trabalhadores.

Frente ao exposto, a questão norteadora deste estudo é: “Quais os problemas emocionais e psicológicos que os profissionais de saúde na linha de frente têm enfrentado durante a pandemia da Covid-19 no Brasil e o que tem sido feito para auxiliá-los?”

Portanto, este estudo teve como objetivo verificar as principais questões emocionais e psicológicas enfrentadas pelos profissionais de saúde brasileiros durante a pandemia da Covid-19 e os principais cuidados por parte dos profissionais e das instituições de serviço frente a essa situação.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa, composta por seis etapas: construção da questão norteadora, seleção dos critérios de inclusão e exclusão, categorização dos estudos, avaliação dos estudos incluídos, interpretação dos resultados e discussão.

A busca referencial teórica foi realizada entre os meses de agosto e outubro de 2021 por meio de pesquisa e análise de informações eletrônicas nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), a

qual engloba demais bases como Literatura Latino Americana e do Caribe em ciências da Saúde (LILACS), Sistema Online de Busca e Análise de literatura Médica (MEDLINE) e Banco de Dados em Enfermagem (BDENF) e a base de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO). Os descritores e booleanos utilizados para o levantamento do material científico foram: “transtornos mentais” AND “profissionais de saúde” AND “Covid-19”.

Como critérios de inclusão: artigos publicados nas referidas bases de dados nos últimos dois anos (período da pandemia da Covid-19), em português e disponíveis gratuitamente na íntegra. Já os critérios de exclusão estabelecidos foram: artigos em duplicidade e que não abordassem o tema proposto.

Para uma seleção apurada dos artigos,

foram utilizadas as fases do *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Metanalysis* (PRISMA)¹² de acordo com os critérios de inclusão e exclusão do presente estudo.

RESULTADOS

Foram identificadas 553 publicações das quais 468 foram excluídas após a aplicação dos filtros e dos critérios de inclusão e exclusão, restando 85 artigos. Posteriormente, foram lidos os títulos e resumos dos artigos potencialmente elegíveis, os quais 27 artigos foram selecionados. Em seguida, foram lidos em sua totalidade, e selecionados 17 artigos para a discussão desse presente estudo (Figura 1).

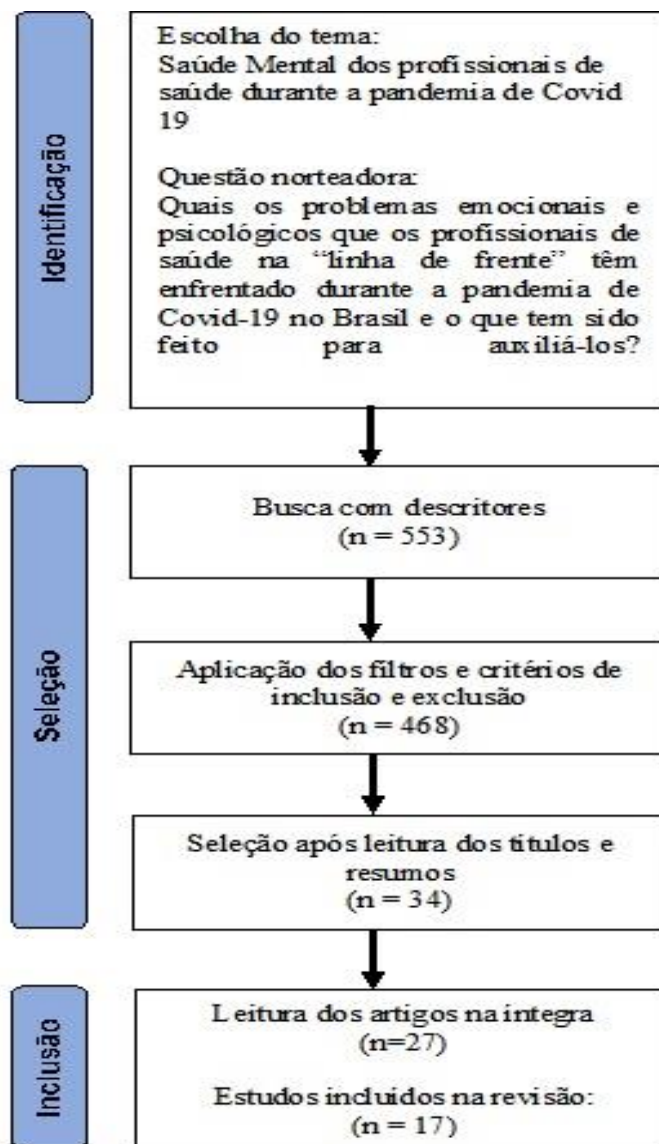


Figura 1 - Fluxograma da seleção dos estudos adaptado do *Preferred Reporting Items For Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*¹².

Os artigos selecionados para a discussão deste artigo encontram-se nos Quadro 1 e 2.

Quadro 1: Resultados encontrados nos estudos de acordo com autores, ano e título.

Ano	Autores/Ano	Título
2021	Carvalho <i>et al.</i> ⁷	Sofrimento psíquico em profissionais de saúde: uma reflexão em tempos de pandemia pela Covid-19.
2021	Morais <i>et al.</i> ⁹	Impacto da pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde que trabalham na linha de frente da Covid-19 e o papel da psicoterapia.
2021	Almeida <i>et al.</i> ⁸	Síndrome de Burnout em profissionais de saúde da linha de frente do Covid-19.
2021	Ferrari; Brust-Renck ¹³	Cuidados em saúde mental ofertados a profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19.
2020	Medeiros ¹⁴	A luta dos profissionais de saúde no enfrentamento da Covid-19.
2020	Costa ¹⁵	Riscos Psicossociais e Covid-19: renascimento da saúde e segurança do trabalho.
2020	Ramos-Toescher <i>et al.</i> ¹⁶	Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a Pandemia de Covid-19: recursos de apoio.

2020	Teixeira <i>et al.</i> ¹⁷	A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19.
2020	Barroso <i>et al.</i> ¹⁸	A saúde do trabalhador em tempos de Covid-19: reflexões sobre saúde, segurança e terapia ocupacional.
2020	Moreira; Luca ¹⁹	Apoio Psicossocial e Saúde Mental dos profissionais de Enfermagem no Combate à Covid-19.
2020	Santos <i>et al.</i> ²⁰	Cuidado de si: trabalhadoras da saúde em tempos de pandemia pela Covid-19.
2020	Duarte; Silva; Bagatini ²¹	Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus.
2020	Dal'Bosco <i>et al.</i> ²²	A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da Covid-19 em um hospital universitário regional.
2020	Saidel <i>et al.</i> ²³	Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus.
2020	Humerez; Ohl; Silva ²⁴	Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: Ação do Conselho Federal de Enfermagem.
2020	Borloti <i>et al.</i> ²⁵	Saúde mental e Intervenções Psicológicas durante a Pandemia da Covid-19: um panorama.
2019	Borges <i>et al.</i> ²⁶	Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19.

Fonte: Dados produzidos pelos autores, a partir da pesquisa nas bases de dados selecionadas.

Quadro 2 – Objetivos e principais resultados encontrados.

Autores	Objetivos	Principais Resultados
Carvalho <i>et al.</i>	Refletir sobre os eventos precipitadores do sofrimento psíquico em profissionais de saúde em tempos de pandemia.	A contaminação dos pares, a dificuldade para realização de exames diagnósticos, o déficit de profissionais, a realocação da(o)s profissionais, a insuficiência/inadequação de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) e a volumosa documentação para manejo clínico constituem eventos relacionados à precipitação do sofrimento psíquico em profissionais de saúde.
Morais <i>et al.</i>	Identificar o impacto da Covid-19 na saúde mental e comportamental nos profissionais de saúde que estão diretamente relacionados ao tratamento desta pandemia, sugerindo ações preventivas e terapêuticas.	O Covid-19 produziu efeitos deletérios, principalmente na saúde mental dos profissionais de saúde, pelo medo constante de infecção e carga horária exaustiva. As ações preventivas foram: diminuição da carga horária, criar um ambiente acolhedor e construir uma rede de apoio psicológico para todos, aliando todas as equipes do hospital (trabalho multidisciplinar).
Almeida <i>et al.</i>	Reunir e resumir a literatura presente sobre a síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes durante a pandemia de Covid -19.	Os principais fatores associados à SB foram: turnos de trabalho iguais ou superiores a 8 horas, remanejamento de função e contato direto com pessoas infectadas por Covid-19, resultando no relato de exaustão emocional, física e psicológica.
Quadro 2: Continuação		
Ferrari; Brust-Renck	Compreender as ações de cuidado em saúde mental ofertadas aos trabalhadores da saúde pública diretamente atuantes no combate à doença e descrever as implicações emocionais que os profissionais de saúde mental experienciaram no trabalho desenvolvido.	Muitos profissionais, tanto da linha de frente quanto da saúde mental, referiram sintomas psicológicos desencadeados ou agravados pela pandemia, preocupações com a possibilidade de contaminar alguém próximo, invisibilidade das necessidades em saúde mental da população, e a falta de investimento nesse setor.
Medeiros	Verificar a luta dos profissionais de saúde no enfrentamento da Covid-19.	Foi demonstrada a exaustão física e mental, dificuldades na tomada de decisão e ansiedade pela dor de perder pacientes e colegas, além do risco de infecção e a possibilidade de transmitir para familiares.
Costa	Verificar os Riscos Psicossociais e Covid-19 entre profissionais de saúde.	Para alguns profissionais, a necessidade de terem que continuar a trabalhar e optarem por deixar os filhos com os avós, ou até, no caso de profissionais de saúde, a opção de deixar os filhos durante algumas semanas ao cuidado de familiares, para

		não correrem o risco de contágio dos filhos, gerou problemas de consciência, sensação de abandono, receio de contágio de pessoas mais idosas ou mais vulneráveis.
Ramos-Toescher <i>et al.</i>	Refletir sobre as implicações da pandemia de coronavírus na saúde mental dos profissionais de enfermagem e os principais recursos de apoio em desenvolvimento.	Uma crise em saúde mental pode estar a ocorrer entre os profissionais de enfermagem. Por estarem, diretamente, ligados ao atendimento de casos do novo coronavírus, experienciam situações estressoras, adicionais àquelas já vivenciadas nos serviços de saúde, incluindo preocupações, medo e insegurança com a saúde de si e da população.
Teixeira <i>et al.</i>	Sistematizar os principais problemas que estão afetando os profissionais de saúde envolvidos diretamente no enfrentamento da pandemia de Covid-19 e apontar ações e estratégias para a proteção e a assistência à saúde desses profissionais.	O principal problema é o risco de contaminação que tem gerado afastamento do trabalho, doença e morte, além de intenso sofrimento psíquico, que se expressa em transtorno de ansiedade generalizada, distúrbios do sono, medo de adoecer e de contaminar colegas e familiares. Grande parte dos cuidados de saúde mental necessários pode ser fornecida por meio de serviços de telemedicina, incluindo vídeo com profissionais de saúde mental, aplicativos móveis, recursos online e suporte virtual por pares.
Barroso <i>et al.</i>	Apontar importantes contribuições, no âmbito da Saúde e da Segurança do Trabalhador, no que se refere ao enfrentamento da Covid-19, baseando-se em leis, políticas, normas e recomendações internacionais sobre o assunto.	É necessário garantir a efetivação dos princípios e das ações preconizados pela Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora e das demais políticas e legislações trabalhistas, bem como criar, reformular e implementar medidas efetivas no âmbito da saúde e da segurança ocupacional de trabalhadores de todos os serviços considerados essenciais no Brasil.
Moreira; Luca	Descrever e discutir a atuação dos profissionais de enfermagem, sua exposição aos fatores de risco no trabalho e a importância do apoio psicossocial na pandemia da Covid-19.	Os profissionais de enfermagem estão na linha de frente no combate à Covid-19 e expostos a maior risco de contaminação devido à escassez de recursos, como a falta de equipamentos de proteção individual. Os afastamentos dos colegas contaminados, as altas demandas, a escassez de materiais, o medo de ser contaminado e a falta de apoio psicossocial sobrecarregam esses profissionais e causa estresse e pode desencadear esgotamento físico e psíquico.
Santos <i>et al.</i>	Problematizar as práticas de cuidado durante a pandemia da Covid-19 com foco no direito à proteção das mulheres profissionais da saúde	O estudo avança na indagação sobre a crise do cuidado e visibiliza o cuidado de si de trabalhadoras da saúde especialmente durante a pandemia da Covid-19 como caminho possível para a reversão de práticas de dominação por meio da criação de práticas de liberdade, afirmando a produção do cuidado como criadora de valor e respeito pela vida de todas e todos.
Duarte; Silva; Bagatini	Refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto na pandemia de coronavírus.	Observa-se que os profissionais de enfermagem são suscetíveis à exacerbação de sintomas de depressão, ansiedade, insônia, angústia, estresse, em meio à pandemia de coronavírus, tendo em vista os turnos exaustivos de trabalho, a morte de pacientes, risco de autocontaminação e de seus familiares e isolamento social.
Dal’Bosco <i>et al.</i>	Identificar a prevalência e fatores associados à ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem que atuam no enfrentamento da Covid-19 em hospital universitário.	Houve a prevalência de ansiedade (48,9%) e de depressão (25%) entre os profissionais de enfermagem que trabalhavam diretamente no enfrentamento da Covid-19.
Saidel <i>et al.</i>	Refletir sobre as intervenções/ações de cuidado em saúde mental voltados aos	Foi possível elencar ações em saúde mental que têm se mostrado assertivas no cuidado aos

	profissionais da saúde que prestam assistência ao paciente suspeito ou diagnosticado com Covid-19.	trabalhadores de saúde, atuantes na ponta do cuidado, sobretudo as baseadas no esclarecimento da doença, uso adequado de equipamentos de proteção individual, além do mapeamento daqueles profissionais fragilizados emocionalmente e/ou com sofrimento mental anterior à pandemia, além do suporte emocional oferecido por meio de plataformas digitais.
Humerez; Ohl; Silva	Refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem brasileiros no contexto da pandemia Covid-19.	Verificou-se uma elaboração de um projeto de Atendimento de Enfermagem em Saúde Mental aos profissionais de enfermagem na pandemia. Depois dos primeiros trinta dias de atendimentos, os sentimentos mais emergentes foram: ansiedade, medo, ambivalência, depressão e exaustão.
Borloti <i>et al.</i>	Avaliar aspectos relativos ao controle da disseminação da Covid-19, à adesão aos procedimentos de tratamento e de prevenção, e às intervenções psicológicas de escolha.	Intervenções psicoeducativas e o apoio psicológico on-line são alternativas de intervenção passíveis de serem executadas por psicólogos, no enfrentamento do estresse e no favorecimento do desenvolvimento da autoconfiança e do autocontrole. Além disso, são relevantes intervenções psicológicas tanto para amenizar o sofrimento mental quanto para prevenir agravos, decorrentes da situação de pandemia.
Borges <i>et al.</i>	Analisar os fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia da Covid-19.	Permitiu identificar os seguintes fatores de risco para a síndrome nos trabalhadores: sobrecarga de trabalho, estresse, esgotamento físico, depressão e interação social comprometida.

Fonte: Dados produzidos pelos autores, a partir da pesquisa nas bases de dados selecionadas.

DISCUSSÃO

Um dos profissionais mais exigidos na pandemia da Covid-19 têm sido os profissionais de saúde. É evidente a exaustão física e mental desses profissionais envolvidos diretamente no tratamento de pacientes com Covid-19. Um dos motivos revelados está relacionado com as questões diárias do próprio trabalho dentro dos hospitais. Esses profissionais estão em constante preocupação em relação ao acesso a equipamentos de proteção individual (EPIs), obrigatórios para o atendimento de pacientes sintomáticos de síndrome respiratória aguda (SARS-Cov-2). Contudo, observa-se a escassez desses EPIs em numerosas instituições brasileiras, fato este, muitas vezes relacionado ao aumento no custo de produção e conseqüentemente, aumento do preço.¹⁴

Observa-se, também, que médicos, enfermeiros e toda equipe de saúde estão expostos diariamente a níveis elevados de ansiedade, visto que, no cenário de pandemia, práticas cotidianas como utilizar o banheiro e fazer refeições se tornaram gatilhos para o aumento do estresse laboral devido a

necessidade de troca constante dos equipamentos de proteção individual (luvas, máscaras, capotes, etc.). Revelou-se que uma falha na troca desses equipamentos pode aumentar o medo e a ansiedade desses profissionais em causarem infecção cruzada entre seus pacientes e levar o vírus para o convívio familiar.¹⁵

Assim, o medo do desconhecido e a possibilidade de contrair o vírus durante o período laboral também fez com que muitos profissionais de saúde atuantes na linha de frente da Covid-19 se distanciassem de filhos, amigos e parentes, com objetivo de evitar possíveis contaminações. Essa situação foi um fator extremamente importante para o surgimento de alterações comportamentais, adoecimento psicológico e deterioração da saúde mental dos profissionais de saúde.^{7,9,13}

Outro motivo que tem aumentado o estresse e a ansiedade desses profissionais está relacionado a frustração em não conseguir salvar seus pacientes. Eles revelaram que o agravamento dos casos e a falta de ventiladores mecânicos para auxiliar na respiração dos pacientes também tem trazido intenso sofrimento psíquico. Isso porque, muitas

vezes, precisam escolher aquele paciente que teria maiores chances de sobreviver e deixar desassistidos outros pacientes.¹⁵

Um agravante do sofrimento psíquico entre os profissionais de saúde também está relacionado à dificuldade de comunicação, tanto entre profissionais-pacientes quanto profissionais-profissionais. A comunicação entre pacientes e profissionais têm sido dificultadas pelo uso de máscaras com materiais mais espessos (N 95), capotes, *Face Shields* e demais EPI's dos profissionais; além disso, as máscaras de oxigênio, respiradores mecânicos e demais equipamentos do ambiente hospitalar se tornam empecilhos para a melhora da comunicação e criação de vínculos. Entre os profissionais, a necessidade de manter o distanciamento e a utilização constante desses EPIs acabam por afastar seus pares durante os plantões.¹⁶

Ressalta-se, também, que o déficit de profissionais devido o afastamento das atividades laborais por infecção pelo próprio Coronavírus, causando uma sobrecarga de trabalho aos demais, além da dificuldade na realização de exames diagnósticos que confirmem a infecção pelo Covid-19 também têm sido importantes motivos de sofrimento psíquico desses profissionais de saúde.^{7,9,17}

Essas dificuldades supracitadas, acrescidas da precarização e desvalorização de muitos profissionais de saúde, marcadas por baixos salários, ausências de planos de carreira atrativos, vínculos empregatícios fragilizados e insuficiência em relação à capacitação com enfoque nos trabalhadores foram cruciais para muitos deles abandonarem suas profissões.^{18,19}

Observa-se, no decorrer da pandemia, um fenômeno entre os profissionais de saúde denominado traumatização vicária. Esse fenômeno ocorre quando pessoas que não experienciam um trauma de forma direta, começam a manifestar sintomas psicológicos por conta da empatia pela pessoa que sofreu. Isso desencadeia o afastamento destes profissionais de suas atividades laborais, além de uma tendência a reportar sensações de frustração, raiva, tristeza e culpa.^{20,21}

Ressalta-se que os profissionais de saúde podem sofrer duplamente durante este momento de pandemia da Covid-19. Como profissionais, sofrem com a incerteza do

tratamento de seus pacientes e a tensão em lidar constantemente com a morte; como cidadãos, por exemplo, podem sofrer com as dificuldades encontradas no dia-a-dia (é o caso das mulheres profissionais de saúde). Como muitas delas são responsáveis pelos cuidados do lar e educação dos filhos, o fechamento de escolas e creches fez com que elas adequassem seus plantões para se dedicarem às questões educacionais exigidas pelas aulas remotas de filhos. Algumas reduziram seus salários devido à diminuição de plantões; outras foram demitidas.^{17,20}

Pesquisadores apontam que o grau de saúde mental e física de um indivíduo não devem ser desassociados de sua atribuição profissional e de sua atividade laboral, dando atenção aos fatores condicionantes acerca da ligação entre trabalho e saúde.²² Nesse sentido, observa-se o aparecimento de um sério problema de saúde mental entre os profissionais de saúde denominado Síndrome de Burnout. Essa síndrome é caracterizada pela diminuição de realização pessoal, exaustão emocional e um processo de despersonalização que ocorre em razão a exposição a fontes de estresse crônico, fenômenos estes que podem acometer, principalmente, profissionais que possuem contato direto com pessoas.⁸

Além disso, pesquisas revelaram que as profissionais de saúde atuantes na linha de frente no combate a pandemia tiveram exacerbção de sofrimentos psíquicos pré-existentes, tais como automutilação, violência doméstica, ideação suicida e uso abusivo de álcool e outras drogas.¹³

Frente ao exposto, houve a necessidade de implementar ações de ajuda psicossocial e cuidados voltados à saúde mental desses profissionais. Foram criados grupos de apoio por meio de telechamadas, plataformas *on-line* de conversação, bem como a divulgação de materiais impressos e em vídeo relacionados à saúde mental para os profissionais de saúde.^{16,23}

O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), por exemplo, criou o projeto *Live Chat*, uma plataforma de atendimento *on-line*, realizada por enfermeiros especialistas em saúde mental. Com atendimento ininterrupto (24 horas, sete dias na semana), o objetivo terapêutico da plataforma é o desenvolvimento

de uma ligação interpessoal entre os enfermeiros de saúde mental para com os profissionais de enfermagem que se encontram em sofrimento psíquico, possibilitando um ambiente de escuta e acolhimento.²⁴

Outras ações que podem ser implementadas para o cuidado com a saúde mental desses profissionais de saúde são: cuidar bem da alimentação, blindar-se em relação a excesso de informações que propagam boatos acerca da pandemia, cuidar do sono (principal fator garantidor do bem-estar após plantões conturbados), proporcionando o descanso necessário após uma longa carga horária de trabalho.^{18,23,24}

Consultas com psicólogos podem auxiliar no enfrentamento das consequências da pandemia; implantar ações de ativação comportamental, as quais auxiliam na restauração das emoções e sentimentos após quadros de depressão; promover sessões de terapia comportamental dialética, a qual reativa a capacidade de manter atenção plena em suas atribuições, restaura a habilidade reduzida pelo medo e ansiedade e auxilia nos processos de tomada de decisão. Estes tratamentos são extremamente eficazes antes, durante e depois de crises psíquicas.²⁵

Cuidados voltados ao ambiente laboral também são importantes. O envolvimento dos líderes de instituições com os demais profissionais das equipes de saúde, utilizando-se de uma comunicação eficiente, desenvolvendo o trabalho em equipe, incentivando estratégias que possibilitem a proteção da saúde mental como a introdução dos trabalhadores de saúde nos debates decisivos de fluxo e rotinas hospitalares, entre outras práticas de apoio social são importantes para a diminuição de sofrimentos psíquicos relacionados ao ambiente de trabalho durante esse período pandêmico. Ademais, o cuidado acerca da saúde mental destes trabalhadores de saúde não deve deixar de existir ou diminuir no pós-pandemia. Alguns profissionais continuam com sentimentos de luto, angústia, medo, cansaço físico e psíquico.^{19,26}

CONCLUSÃO

Verificou-se que as principais questões

emocionais e psicológicas enfrentadas pelos profissionais de saúde durante a pandemia da Covid-19 foram: medo do desconhecido, o contato diário com a morte, a falta de condições de trabalho (número de leitos insuficientes, falta de equipamentos de proteção individual, sobrecarga de trabalho, falta de insumos para realização de exames), o medo de contaminar seus familiares, precariedade das relações trabalhistas, abandono ou desemprego, dentre outros. Essas situações tiveram como consequências: insônia, ansiedade, depressão, sentimento de culpa e raiva, Síndrome de Burnout dentre outras.

As principais estratégias de cuidados de saúde mental para esses profissionais foram: a implantação de atendimentos remotos/ligações *on-line* com psicólogos, psiquiatras e enfermeiros de saúde mental. No ambiente laboral deve-se incentivar a comunicação entre os pares, fortalecer os vínculos, implementar ambientes de acolhimento e psicoeducação para que os profissionais possam ter um suporte emocional e reduzir o estresse.

Acredita-se que a pandemia da Covid-19 ainda trará outras consequências emocionais e psicológicas aos profissionais de saúde como o desenvolvimento do vício em álcool e outras drogas, traumas decorrentes das perdas ocasionadas pela pandemia, práticas de automutilação e ideações suicidas, abandono de seus empregos e consequentemente diminuição da renda.

Ressalta-se que o quantitativo de pesquisas voltadas ao suporte psicológico e emocional para os profissionais de saúde no período da pandemia da Covid-19 no âmbito nacional ainda é pequeno, principalmente pelo pouco tempo para a literatura representar todo este cenário vivido. Portanto, faz-se necessária novas pesquisas no âmbito da saúde mental para verificar o real impacto que a pandemia da Covid-19 trará na saúde mental desses profissionais.

REFERÊNCIAS

1 Guillot CC, Martinez RM, Falcón AL. Grandes pandemias y sus desafíos. Revista

Dilemas Contemporâneos: Educación, Política y Valores [Internet]. 2021 [acesso 2022 jan 12]; 47(3): 2. Doi: <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i3.2671>

2 Aquino EM, Silveira IH, Pescarini JM, Aquino R, Souza-Filho JA, Rocha AS et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 30]; 25(suppl 1): 2423-2446. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>.

3 Figueiredo Júnior AM, Calandrine EF, Sousa YM, Galvão MM, Cunha FF, Veras ASF et al. COVID-19 em profissionais de saúde, vivências e perspectivas um relato de experiência. *Revista Eletrônica Acervo Saúde* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 29]; 12(2): e5258. Doi: <https://doi.org/10.25248/reas.e5258.2020>.

4 Farias HS. O avanço da Covid-19 e o isolamento social como estratégia para redução da vulnerabilidade. *Revista brasileira de geografia econômica* [Internet]. 2020 [acesso 2022 jan 02]; 1(17): 1-13. Doi: <https://doi.org/10.4000/espacoeconomia.11357>.

5 Vasconcelos SE, Dias PEB, Bittencourt HK, Carvalho, JPSS, Quadros EAS, Viviani MMF et al. Impactos de uma pandemia na saúde mental: analisando o efeito causado pelo COVID-19. *Revista Eletrônica Acervo Saúde* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 30]; 12(12): e5168. Doi: <https://doi.org/10.25248/reas.e5168.2020>.

6 Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Atualização epidemiológica da doença causada pelo novo coronavírus (COVID-19) [Internet]. 2021 [acesso 2021 dec 10]. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/54595>.

7 Carvalho MRS, Gomes NP, Corrêa RM, Oliveira MAS, Lima NS, Santos JKPF et al. Sofrimento psíquico em profissionais de saúde: uma reflexão em tempos de pandemia

pela COVID-19. *Saúde Coletiva* [Internet]. 2020 [acesso 2022 jan 15]; (11) COVID: 7026-7032. Disponível em: <http://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/1758/2053>.

8 Almeida SLAC, Salvaro MM, Geraldo MVF, Guimarães VMH, Fornero LCM, Amorim ACC et al. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde da linha de frente do COVID-19. *Brazilian Journal of Development* [Internet]. 2021 [acesso 2021 nov 29]; 7(7): 66360-66371. Doi: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n7-082>.

9 Moraes CPT, Gomes GMB, Machado LCS, Daumas LP, Gomes MMB, Impacto da pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde que trabalham na linha de frente da Covid-19 e o papel da psicoterapia. *Brazilian Journal of Development* [Internet]. 2021 [acesso 2021 nov 30]; 7(1): 1660-1668. Doi: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n1-113>.

10 Santos SRB, Souza CJ, Soares HH. Na linha de frente ao desconhecido: sistematização as medidas de biossegurança frente ao COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 30]; 12206-12213. Doi: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n5-068>.

11 Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). OPAS lança campanha para criar conscientização sobre impactos da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde da linha de frente [Internet]. 2021 [acesso 2021 nov 22]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/8-10-2021-opas-lanca-campanha-para-criar-conscientizacao-sobre-impactos-da-covid-19-na>.

12 Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, et al. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med* [Internet]. 2009 [acesso 2022 mar 02]; 6(7): e1000097. Doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>

13 Ferrari J, Brust-Renck PG. Cuidados em saúde mental ofertados a profissionais de

saúde durante a pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira de Psicoterapia* [Internet]. 2021 [acesso 2021 nov 29]; 23(1): 127-142. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbp.celg.org.br/pdf/v23n1a11.pdf>

14 Medeiros EA. A luta dos profissionais de saúde no enfrentamento da COVID-19. *Acta Paulista de Enfermagem* [Internet]. 2020 [acesso 2021 dec 28]; 33(3): 1-4. Doi: <http://dx.doi.org/10.37689/acta-ape/2020EDT0003>.

15 Costa CRC. Riscos Psicossociais e COVID-19: renascimento da saúde e segurança do trabalho. *E-revista Tripalium* [Internet]. 2020 [acesso 2021 dec 16]; 2(3): 3-15. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/31773/1/Riscos%20psicossociais%20e%20Covid-19%20o%20renascimento%20da%20sa%C3%BAde%20e%20seguran%C3%A7a%20no%20trabalho.pdf>.

16 Ramos-Toescher AMR, Tomaschewisk-Barlem JG, Barlem ELD, Castanheira JS, Toescher RL. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a Pandemia de COVID-19: recursos de apoio. *Escola Anna Nery* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 30]; 24(spe):e20200276. Doi: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0276>.

17 Teixeira CFS, Soares CM, Souza EA, Lisboa ES, Pinto ICM, Andrade LR et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. *Ciências & Saúde Coletiva* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 30]; 25(9): 3465-3474. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>.

18 Barroso BIL, Souza MBCA, Bregalda MM, Lancman S, Costa VBB. A saúde do trabalhador em tempos de COVID-19: reflexões sobre saúde, segurança e terapia ocupacional. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional* [Internet]. 2020 [acesso 2022 jan 03]; 28(3): 1093-1102. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/cadbto/a/7K494CxFTXtTtLsynkyJnjF/?lang=pt>.

19 Moreira AS, Lucca SR. Apoio Psicossocial e Saúde Mental dos profissionais de Enfermagem no Combate à COVID-19. *Enfermagem Foco* [Internet]. 2020 [acesso 2021 dec 22]; 11(1): 1-7. Doi: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3590>.

20 Santos GBM, Lima RCD, Barbosa JPM, Silva MC, Andrade MAC. Cuidado de si: trabalhadoras da saúde em tempos de pandemia pela Covid-19. *Trabalho, Educação e Saúde* [Internet]. 2020 [acesso 2021 jan 05]; 18(3): e00300132. Doi: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00300>.

21 Duarte MLC, Silva DG, Bagatini MMC. Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus. *Revista Gaúcha de Enfermagem* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 27]; 42(esp): e20200140. Doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200140>.

22 Dal’Bosco EB, Floriando LSM, Skupien SV, Arcaro G, Martins AR, Anselmo ACC. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. *Revista Brasileira de Enfermagem* [Internet]. 2020 [acesso 2021 nov 27]; 73(suppl 2): e20200434. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>.

23 Saidel MGB, Lima MHM, Campos CJG, Loyola CMD, Espiridião E, Rodrigues J. Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. *Revista de Enfermagem UERJ* [Internet]. 2020 [acesso 2021 dez 11]; 28: e49923. Doi: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2020.49923>.

24 Humerez DC, Ohl RIB, Silva MCN. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia COVID-19: Ação do Conselho Federal de Enfermagem. *Cogitare Enfermagem* [Internet]. 2020 [acesso 2022 jan 15]; 25: e74115. Doi:

<http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.74115>.

25 Borloti E, Haydy VB, Kienen N, Zacarin MRJ. Saúde mental e Intervenções Psicológicas durante a Pandemia da Covid-19: Um panorama. Revista Brasileira de Análise do Comportamento [Internet]. 2020 [acesso 2022 jan 22]; 16(1): 21-30. Doi: <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v16i1.8885>.

26 Borges FES, Aragão DFB, Borges FES, Borges FES, Sousa ASJ, Machado ALG. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19. Revista Enfermagem Atual In Derme [Internet]. 2021 [acesso 2022 jan 12]; 95(33): e-21006. Doi: <https://doi.org/10.31011/reaid-2020-v.94-n.32-art.835>.

Recebido em: 31.01.2022
Aprovado em: 02.03.2022