**SOBRECARGA MENTAL DA EQUIPE DE SAÚDE NO PERÍODO DA COVID-19**

Silva, Rainnymarie Beatriz Silva¹

De Seixas, Yasmin Pery2

Coelho, Lara Beatriz de Sousa3

Cardoso, Maraysa Costa Vieira4

Costa, Madson Matheus Garcia1

Adão, Marcos Benedito5

Neto, João Ferreira de Magalhães1

Furtado, Sarah Caroline Gonçalves6

Ferreira, Isabelle D'Angelis de Carvalho7

Apolinário, Joelma Maria dos Santos da Silva[[1]](#footnote-1)8

**RESUMO:** **Introdução:** O final de 2019 foi marcado pelo surgimento do vírus SARS-CoV-2, ao longo dos meses a prevalência da Covid-19 tornou-se cada vez maior, disseminando aos vários continentes e passando a ser considerado a pandemia. No decurso da crise de saúde global, o grande número de óbitos, a alta carga de trabalho e outros fatores podem impactar o bem-estar mental dos colaboradores da área saúde. **Objetivo:** compreender os impactos na saúde mental dos profissionais da saúde no contexto da COVID19. **Métodos ou metodologia:** O presente estudo trata-se de uma Revisão Bibliográfica utilizando-se das bases de dados Google Acadêmico e SciELO. **Resultados:** A equipe de saúde demonstra maior suscetibilidade ao impacto na saúde emocional em meio a pandemia do COVID-19. A análise da literatura relata a presença de estresse, ansiedade e sinais do transtorno depressivo maior. **Considerações Finais:** Diante do exposto, nota-se a importância da promoção do bem-estar e da saúde mental das pessoas que atuam na área da saúde.

**Palavras-Chave:** SARS-CoV-2, Saúde Mental, Equipe de Saúde.

**Área Temática:** Importância da Humanização no Contexto Hospitalar.

**E-mail do autor principal:** rainnyssilva@gmail.com

1. **INTRODUÇÃO**

O final de 2019 foi marcado pelo surgimento do vírus SARS-CoV-2, agente causador da COVID-19, na cidade de Wuhan, na China, rapidamente a infecção se disseminou por vários países e passando a ser considerado pandemia, contudo naquele momento inicial ainda não haviam vacinas profiláticas ou medicamentos para a infecção. Em geral as características clínicas da doença são variadas, podem variar de casos assintomáticos, sinais e sintomas de resfriado comum até sintomas graves (LI et al., 2020; FREITAS et al., 2021).

Os sistemas de saúde públicos e privados, trabalhadores da saúde e pesquisadores de todo mundo buscaram compreender a patogênese da COVID-19. Quanto aos mecanismos de transmissão da doença ocorre por meio do contato direto pessoas infectadas através de gotículas, aerossóis ou com secreções contendo o vírus bem como pode ocorrer indiretamente pelo contato com fômites (LI et al., 2020).

Durante a pandemia os profissionais da saúde (PS) enfrentaram o risco ampliado de contrair a infecção pelo novo coronavírus, muitas vezes até mesmo foram submetidos a uma carga excessiva de trabalho. Eventualmente estes fatores podem levar a situações de estresse e impactar o bem-estar mental dos PS (SILVA-COSTA; GRIEP; ROTENBERG., 2022). Neste mesmo contexto esse trabalho se objetiva em compreender os impactos da crise de saúde global causada pelo novo coronavírus na saúde mental dos PS.

1. **MÉTODO OU METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma Revisão Narrativa da Literatura, utilizando-se das bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico, no qual utilizou-se os descritores na língua inglesa "*mental stress*" e "*Covid-19*", interligadas com o operador booleano *and*, as palavras-chaves foram escolhidas de acordo com sua presença nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

Para a seleção dos estudos científicos inicialmente foram considerados os títulos dos trabalhos que se relacionavam com a temática, seguido da leitura de seus resumos. A partir disso, foram selecionadas 12 publicações da base de dado SciELO e 9 do Google Acadêmico para a produção do trabalho.

Os critérios de inclusão foram publicações no idioma inglês e selecionando apenas os estudos divulgados à comunidade acadêmica e científica entre os anos de 2020 a 2022. O critério de exclusão foram artigos não relacionados à temática, do mesmo modo os trabalhos duplicados foram excluídos.

1. **RESULTADOS**

Os PS demonstram alta suscetibilidade aos impactos da pandemia na saúde mental e na qualidade de vida, pois os trabalhadores estão suscetíveis a diversos eventos que podem condicionar situações de estresse. Entre os aspectos que podem impactar o bem-estar dos destacam-se o aumento da possibilidade de se infectar pelo vírus, a preocupação a respeito da pandemia, do trabalho, insônia, alta pressão, o medo, o aumento da demanda, a sobrecarga de serviços e outros fatores (PEIXOTO et al., 2021; ROBLES et al., 2021; SANTOS et al., 2021; SILVA et al., 2022).

Neste mesmo contexto diversos trabalhos nacionais e internacionais relatam alterações na saúde mental dos PS, entre os impactos na saúde mental mais comuns destacam-se a presença de estresse pós-traumático e estresse ocupacional, alterações no ciclo do sono, sinais de desânimo, ansiedade, nervosismo e irritabilidade como também aspectos ligados a síndrome de burnout (FUKUTI et al., 2021; ROBLES et al., 2021; SANTOS et al., 2021; CUNHA et al., 2021; SILVA-COSTA; GRIEP; ROTENBERG., 2022; SOARES et al., 2022).

**Falta de Equipamentos de Proteção Individual (EPI)**

Recomenda-se o uso dos EPI’s para os trabalhadores a fim de minimizar o risco de acidentes durante as atividades de trabalho bem como, reduzir a contaminação por algum agente microbiológico ou químico. Na área de saúde esses equipamentos são utilizados tanto para a proteção dos profissionais como também dos pacientes de modo a impedir a contaminação biológica (ALMEIDA, 2020).

Durante o período da pandemia a necessidade do uso de EPI's pelos PS aumentou. Frente a alta demanda de mascaras para a proteção respiratória o uso das mesmas passou a ser adotado por períodos superiores aos recomendados assim como a reutilização das mesmas. Aliás, outra questão relevante a ser abordada é a contaminação e os erros durante o manuseio dos EPI’s, fatores como a pressa na execução da tarefa (paramentação e a remoção dos dispositivos de proteção), o cansaço e outros fatores pode interferir no manuseio destes equipamentos e causar contaminações (ALMEIDA, 2020; ALMEIDA et al., 2021; COSTA; SERVO; FIGUEIREDO., 2022)

Como resultado a um impacto negativo na saúde mental dos trabalhadores, tendo em vista o risco de exposição ocupacional dos PS com o vírus, o medo e a apreensão com a probabilidade de propagar a doença para na sociedade e a falta de EPI’s. Por outro lado, o uso dos aparatos de segurança biológica conforta e expande o entendimento de proteção (CALIARI et al., 2021; SOUZA et al., 2021; COSTA; SERVO; FIGUEIREDO., 2022).

**Distanciamento familiar**

O isolamento e a restrição da mobilidade social impostos como medida de promoção e prevenção à saúde a infecção do novo coronavírus provocaram mudanças nas relações sociais e interpessoais da população no geral. Ademais, com as longas jornadas de trabalho, o excesso de trabalho, o estresse aliado ao distanciamento dos familiares pode favorecer o esgotamento emocional dos PS (SANTOS *et al*., 2021).

Adicionalmente, a preocupação com a probabilidade de transmitir a infecção para pessoas próximas proporcionou o aumento da tensão e angústia, uma vez que os PS podem ter contato com pacientes infectados pelo vírus (FAIROZEKHAN *et al*., 2021). Do mesmo modo, trabalhadores da área da saúde que vivem sozinhos apresentam um impacto negativo na saúde psicológica. Por outro lado, ter um momento para conversar e estar em família tem demonstrado reduzir os sinais de ansiedade e tristeza (SANTOS *et al*., 2021).

**Qualidade de vida e saúde mental**

Como ressaltado anteriormente os PS estão expostos a eventos que causam sofrimento emocional, do mesmo modo durante a pandemia destaca-se o impacto na saúde mental dos trabalhadores da área da saúde e o aumento a da sensibilidade de emoções negativas nestes trabalhadores e a redução da autoestima (NUNES; DE SOUZA; LEPPICH, 2021; CALIARI et al., 2022; ROCHA; CARVALHO; LINS-KUSTETER., 2022).

Além da preocupação com a possível insuficiência de EPI’s, o acréscimo constante dos índices de mortalidade, assim como o receio de transportar a enfermidade para as pessoas próximas têm sido., tais fatores têm sido associados ao aumento da apreensão nos trabalhadores (ALMEIDA et al., 2021; FAIROZEKHAN et al., 2021; HORTA et al., 2021; SILVA et al., 2022). No estudo de URZAL e colaboradores (2021) foi relatado que outro fator que pode impactar o bem-estar mental dos trabalhadores trata-se da presença de fatores que aumentem a probabilidade para o desenvolvimento de possíveis complicações relacionadas a COVID-19, tais como a obesidade, a presença doenças crônicas não transmissíveis. Outro estudo realizado por PEIXOTO e colaboradores (2021) ressaltam o aumento da preocupação com a pandemia, e a má qualidade do sono entre dentistas.

No trabalho de NUNES, DE SOUZA e LEPPICH foram relatados sinais do transtorno distímico, isso é sinais de tristeza, desânimo, em grande parte dos PS, da mesma forma nas pesquisas de SANTOS e colaboradores (2021) relatou a presença de sinais de apreensão, nervosismo e tristeza entre PS, mas também descreveu que a realização de exercícios físicos e dialogar com a família e colegas pode proporcionar o aumento na qualidade de vida e auxiliar na proteção psicológica.

Indubitavelmente a pandemia proporcionou fatores que aumentam a probabilidade do desenvolvimento da Síndrome de Burnout, trata-se de um transtorno emocional caracterizado pela presença de sinais de fadiga extrema, em PS (DE MATTOS et al, 2022). Na contextualização da literatura de SOARES e colaboradores (2022) expôs fatores relacionados à síndrome de Burnout nos OS em meio a pandemia: i. grande demanda de trabalho; ii. preocupação com a família pela exposição ao agente causador da doença; iii. ansiedade e sintomas depressivos; iv. Alterações sociais e socioeducacionais provocadas pela pandemia; v. outros fatores. Com base nos fatores observados anteriormente nota-se a importância do apoio psicológico aos PS.

1. **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Tendo em vista os aspectos observados, é importante adotar medidas que objetivem oferecer apoio psicológico, proporcionando uma escuta qualificada, atenuando os impactos do enfrentamento da Covid-19 no bem-estar mental dos PS. Oferecendo um espaço para a troca de experiência e sentimentos entre os trabalhadores com o propósito de reduzir o estresse e aumentar a sensação de acolhimento. Pois, as longas jornadas de trabalho aliadas às grandes responsabilidades cabíveis a esses profissionais, muitas vezes, o levam ao distanciamento das relações. O esgotamento mental é uma pauta importante a ser considerado no ambiente de trabalho.

**REFERÊNCIAS**

ALMEIDA, Antonia Mylene Sousa *et al*. A saúde mental dos profissionais de enfermagem na linha de frente à assistência de pacientes com covid-19. **Revista de Casos e Consultoria**, v. 12, n. 1, p. e25073-e25073, 2021.

ALMEIDA, Ildeberto Muniz de. Proteção da saúde dos trabalhadores da saúde em tempos de COVID-19 e respostas à pandemia. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, p. e17, 2020.

CALIARI, Juliano de Souza *et al*. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, 2021.

COSTA, N. N. G.; SERVO, M. L. S.; FIGUEIREDO, W. N. COVID-19 e o estresse ocupacional vivenciado pelos profissionais de saúde no contexto hospitalar: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 1, p. 1-9. 2021.

CUNHA, Daianny Arrais de Oliveira da *et al*. Estresse da equipe de enfermagem em cuidados paliativos no enfrentamento da COVID-19. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, 2021.

DE MATTOS, Juliana Gonçalves Silva *et al*. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde da linha de frente contra a Covid-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 1, p. e33211124923-e33211124923, 2022.

FREITAS, Ronilson Ferreira *et al*. Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 12-20, 2021.

FAIROZEKHAN, Arishiya Thapasum *et al*. Psychological perceptions and preparedness during novel coronavirus disease-2019 (COVID-19) pandemic-a multinational cross-sectional study among healthcare professionals. **Brazilian Dental Journal**, v. 32, p. 116-126, 2021.

FUKUTI, P. *et al*. COMVC-19: A Program to protect healthcare workers’ mental health during the COVID-19 Pandemic. What we have learned. **Clinics**, v.76 ,p. 1-10. 2021. Acessado em: 17 de novembro de 2022

HORTA, Rogério Lessa *et al*. O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 30-38, 2021.

LI, Heng *et al*. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): current status and future perspectives. **International journal of antimicrobial agents**, v. 55, n. 5, p. 105951, 2020.

NUNES, Demétrius Paiva; DE SOUZA, Fernanda Pasquoto; LEPPICH, Carolina Rocha. Sintomas depressivos e a qualidade de vida em profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, v. 24, n. 2, p. 33-47, 2021.

PEIXOTO, Karen Oliveira *et al*. Association of sleep quality and psychological aspects with reports of bruxism and TMD in Brazilian dentists during the COVID-19 pandemic. **Journal of Applied Oral Science**, v. 29, p. e20201089, 2021.

ROBLES, R. *et al*. Mental health problems among healthcare workers involved with the COVID-19 outbreak. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 43, p. 494-503. 2021.

ROCHA, Maria Adriana Mota; CARVALHO, Fernando Martins; LINS-KUSTERER, Liliane Elze Falcão. Qualidade de vida relacionada à saúde de profissionais de enfermagem na Bahia na pandemia da COVID-19. **Escola Anna Nery**, v. 26, 2022.

SANTOS, Katarina Márcia Rodrigues dos *et al*. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Escola Anna Nery**, v. 25, 2021.

SILVA-COSTA, Aline; GRIEP, Rosane Harter; ROTENBERG, Lúcia. Percepção de risco de adoecimento por COVID-19 e depressão, ansiedade e estresse entre trabalhadores de unidades de saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 38, p. e00198321, 2022.

SILVA, Miryam Cristina Mazieiro Vergueiro da *et al*. Psychological demands of health professionals in the initial phase of the COVID-19 pandemic. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 35, 2022.

SOARES, J. P. *et al*. Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa. **Saúde Debate**, v. 46, p. 385-398. 2022. DOI: 10.1590/0103-11042022E126.

SOUZA, Norma Valéria Dantas de Oliveira *et al*. Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. **Revista gaucha de enfermagem**, v. 42, 2021.

URZAL, M. *et al*. Prevalência e Fatores associados a sintomas de Ansiedade, Depressão e Perturbação Pós-Stress Traumático em Profissionais de Saúde durante a Pandemia por COVID-19. **Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional online**, v. 11, p. 1-23, 2021. DOI: 10.31252/RPSO.26.06.2021.

1. Nutrição, UFPA, Belém-PA, rainnyssilva@gmail.com

   2Enfermagem, CUSC, São Paulo-SP, kynho\_9833@hotmail.com

   3Enfermagem, UniFacema, Caxias-MA, larabiacoelho@gmail.com

   4Enfermagem, Unifor, Fortaleza-CE, maraysacosta@hotmail.com

   1Nutrição, UFPA, Belém-PA, madsongarcia55@gmail.com

   5Biomedicina, UEMG, Passos-MG, marcosbenedito.mba16@gmail.com

   1Nutrição, UFPA, Belém-PA, joao\_neto2406@hotmail.com

   6Enfermagem, UNAMA, Belém-PA, sarahcfurtado2001@gmail.com

   7Odontologia, UFVJM, Diamantina-MG, dangeliscf@gmail.com

   8Farmácia, FAVENI, Campina Grande-PB, jo.silva00@hotmail.com. [↑](#footnote-ref-1)