



A SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE NO CONTEXTO DE PANDEMIA DE COVID-19

MENTAL HEALTH OF HEALTHCARE PROFESSIONALS IN THE COVID-19 PANDEMIC CONTEXT

Luisa Falcheto Bertoldi¹; Thalita Cossuol de Souza²; Fábio Ramos de Souza Carvalho³

¹Psicóloga pela Faculdade Brasileira Multivix – Vitória; Residente no Programa de Residência Multiprofissional Integrada em Atenção na Terapia Intensiva – Centro Universitário do Espírito Santo (HMSJ/UNESC); ²Enfermeira pela Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Residente em Enfermagem Obstétrica pelo Centro Universitário do Espírito Santo (HMSJ/UNESC). ³Doutor em Ciências, especialidade Microbiologia, Instituto de Ciências Biomédicas, Universidade de São Paulo; Docente, qualidade Professor Doutor, PD1, Curso de Medicina, Centro Universitário do Espírito Santo (UNESC).

RESUMO

Em dezembro de 2019 houve o alerta sobre casos de pneumonia na cidade de Wuhan, na China, ligados ao novo coronavírus SARS-CoV-2. Em março de 2020 foi decretado pela Organização Mundial da Saúde o estado de pandemia por COVID-19. O crescimento dos números de casos, a falta de Equipamentos de Proteção Individual (EPI), sobrecarga de trabalho e a falta de leitos nos hospitais são alguns problemas vivenciados pelos profissionais de saúde. Diante de um contexto de emergência, respostas emocionais ficam em evidência, tornando a saúde mental um fator que precisa ser analisado. O principal objetivo foi compreender os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. Trata-se de uma pesquisa exploratória, caracterizada como revisão narrativa de literatura no período de dezembro de 2019 a 18 de maio de 2020. Esse contexto tem provocado impactos psicológicos como a ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e sentimentos de medo e desamparo nos profissionais de saúde, principalmente nos atuantes na linha de frente contra a COVID-19. Faz-se necessário o fornecimento das condições básicas de trabalho pelo sistema de saúde, principalmente através da função dos gestores. Por exemplo, a redução da jornada de trabalho, escalas flexíveis, o fornecimento de EPIs e a oferta de suporte psicológico especializado. Novas pesquisas, a curto e longo prazos, precisam ser realizadas para avaliar de forma crítica os impactos dessa pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde. Tais achados poderão contribuir para elaboração de ações e políticas em saúde mental.

Palavras-chave: Coronavírus, Equipe de Saúde, Impactos Psicológicos.

ABSTRACT

In December 2019, there was an alert on cases of pneumonia in the city of Wuhan, China, linked to the new coronavirus SARS-CoV-2. In March 2020, the pandemic



state of COVID-19 was decreed by the World Health Organization. The growth in the number of cases, the lack of Personal Protective Equipment, work overload and the lack of beds in hospitals are some problems experienced by health professionals. Faced with an emergency context, emotional responses are in evidence, making mental health a factor that needs to be analyzed. The main purpose of this study was to understand the impacts of the COVID-19 pandemic on the mental health of health professionals. This is an exploratory research, characterized as a narrative review of literature from December 2019 to May 18, 2020. This context has caused psychological impacts such as anxiety, depression, post-traumatic stress and feelings of fear and helplessness in health professionals, especially those working on the front lines against COVID-19. It is necessary to provide basic working conditions through the health system, mainly through the role of managers. For example, the reduction of working hours, flexible scales, the provision of Personal Protective Equipment and the provision of specialized psychological support. New research, in the short and long term, needs to be carried out to critically assess the impacts of this pandemic on the mental health of health professionals. Such findings may contribute to the development of mental health actions and policies.

Keywords: Coronavirus, Health Team, Psychological Impacts.

INTRODUÇÃO

No início de dezembro de 2019 houve o alerta sobre casos de pneumonia na cidade de Wuhan, na China, ligada a um novo coronavírus, que ainda não havia sido identificado em humanos. A identificação filogenética ocorreu em janeiro de 2020, estabelecendo ao novo coronavírus o nome de SARS-CoV-2. Do ponto de vista clínico, o vírus está associado à Síndrome Respiratória Aguda Grave, responsável por causar a doença respiratória infecciosa COVID-19 (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE - OPAS, 2020). Há registros de epidemias anteriores causadas por outros coronavírus, sendo estes o SARS-COV em 2002 e o MERS-COV em 2012. O primeiro foi identificado como agente etiológico da Síndrome Respiratória Aguda Grave, e o segundo à Síndrome Respiratória do Oriente Médio (OPAS, 2020).

Organizações internacionais de gestão em Saúde Pública informaram que o atual cenário mundial trata de uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII). Trata-se de uma situação que requer respostas imediatas, pois constitui risco de saúde pública, em nível global, devido à disseminação e ao potencial de transmissibilidade das doenças (OPAS, 2020). É a sexta vez na história que uma Emergência é declarada, sendo esta precedida pela pandemia de H1N1;

disseminação internacional de poliovírus; surto de Ebola na África Ocidental; surto do vírus Zika e surto de Ebola na República Democrática do Congo (OPAS, 2020). No dia 11 de março de 2020 foi declarado estado de pandemia de COVID-19 (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE - OMS, 2020).

A principal forma de contaminação pelo vírus acontece de pessoa para pessoa, ao ter contato com pequenas gotículas respiratórias que são expelidas e se espalham quando a pessoa infectada tosse ou espirra (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ - FIOCRUZ, 2020). Além do contato com gotículas, pode-se contaminar com aerossóis de pacientes intubados ou com outros dispositivos de respiração que contribuem para a suspensão de partículas do vírus. Outras possibilidades de contrai-lo ocorrem através do contato com superfícies contaminadas, abraços, apertos de mão e beijos. Os principais sintomas são febre alta, tosse geralmente seca e dificuldade para respirar (FIOCRUZ, 2020).

Devido à alta transmissibilidade e gravidade da doença, os casos estão aumentando exponencialmente, os sistemas de saúde estão superlotados e com escassez de recursos (OPAS, 2020). No Brasil, os hospitais de alguns estados já estão com lotação máxima nos leitos de UTI e com filas de espera para pacientes graves com COVID-19 (GUIMARÃES, 2020). A taxa de óbitos confirmada em âmbito global é de 4.993.470, enquanto no Brasil é de 21.048 até o dia 23 de maio de 2020 (OPAS, 2020; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Neste contexto, a saúde mental apresenta relevância, pois sabe-se que diante de uma situação de emergência ou desastre há respostas emocionais de insegurança, instabilidade, medo, desamparo e desesperança (ALMONDES; TEODORO, 2020). A literatura tem apontado a presença de sofrimento, mudanças comportamentais, cognitivas e reações emocionais tanto em pacientes e familiares quanto em profissionais de saúde e líderes das equipes, por exemplo, os coordenadores de cada categoria ou setor (ALMONDES; TEODORO, 2020; CRISPIM *et al*, 2020; KISELY *et al*, 2020; ROLIM NETO *et al*, 2020).

No contexto da pandemia de COVID-19 os profissionais da saúde são convocados e permanecem exercendo seu trabalho principalmente em hospitais. Estes passaram a ficar expostos a possibilidade de contrair o vírus, encontrando-se suscetíveis a riscos ocupacionais e à pressão psicológica (CRISPIM *et al*, 2020; EL-HAGE, 2020; LAI *et al*, 2020; ORNELL *et al*, 2020).

A crise de saúde pública demanda a construção de novas estratégias de enfrentamentos. Pesquisas sobre os possíveis impactos na saúde mental dos profissionais de saúde podem contribuir para a elaboração de ações e políticas em saúde mental, com ênfase em saúde coletiva. Tais pesquisas podem abarcar medidas de prevenção e promoção de saúde, tendo por base as especificidades do contexto e estrutura de sistema de saúde de cada país.

Na categoria profissional da saúde, além dos médicos e enfermeiros, abarcam-se diversas outras profissões, como psicólogos, nutricionistas, fisioterapeutas, farmacêuticos, assistente sociais, médicos veterinários, dentistas, dentre outros que de alguma forma prestam serviços voltados à saúde. Entretanto, a maioria dos estudos apontaram para pesquisas realizadas com médicos e enfermeiros, alguns não especificaram as categorias profissionais.

Cada profissional tem a sua importância e especificidade de atuação. Sabe-se que um paciente com COVID-19 demandará cuidados multiprofissionais, como psicólogos prestando atendimento desde o acolhimento ao paciente até seus familiares que não podem visitá-lo; dos nutricionistas na assistência de terapia nutricional, avaliando os riscos nutricionais e alimentação mais adequada; os fisioterapeutas que avaliam questões respiratórias, mudanças de decúbito e ventilação mecânica etc.

O presente estudo propôs como objetivo principal compreender os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. Objetivou-se, especificamente, (i) compreender os fatores de risco que podem causar impactos na saúde mental dos profissionais de saúde; (ii) identificar as possíveis alterações na saúde mental nesses profissionais de saúde causadas pela pandemia do covid-19; (iii) assinalar o que a literatura tem trazido como possibilidades de estratégias de enfrentamento a essas condições e reestabelecimento da saúde mental.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa exploratória, caracterizada como revisão narrativa de literatura, ou estado da arte, no período de dezembro de 2019 a 18 de maio de 2020. Este tipo de revisão tem papel fundamental na educação continuada, uma vez que possibilita a discussão, o desenvolvimento e a atualização do tema através da análise personalizada e olhares críticos dos autores.

Os materiais selecionados contemplam artigos científicos publicados e cartas ao editor em periódicos científicos internacionais especializados, englobando, de maneira geral, pesquisas bibliográficas e aplicadas, revisões narrativas e de meta-análise. As plataformas usadas foram PUBMED, LILACS e SCIELO, com os termos “*mental health*”, *covid-19*, *health professionals*, nesta ordem, e operador booleano “*and*”.

Os critérios utilizados no processo de inclusão consideraram os seguintes termos e expressões, em inglês, que também fazem referência a impactos psicológicos: “*impact*”, “*adverse mental health*”, “*psychological well-Being*”, “*challenges*” e “*emocional impact*”. Para profissionais da saúde também foram considerados os seguintes em termos em língua inglesa, nos títulos: “*health professionals*”, “*healthcare professionals*” e “*healthcare workers*”, pois fazem menção ao grupo selecionado para a pesquisa.

O critério de exclusão deu-se através da leitura de títulos e resumos, sendo excluídos os que não contemplaram os termos utilizados para a pesquisa. Foram excluídos materiais que abordaram a saúde mental no âmbito global, sem discorrer sobre a saúde mental dos profissionais de saúde. Não se utilizou materiais que contemplaram apenas medidas de prevenção para a saúde mental, sem considerar e discorrer sobre os impactos psicológicos percebidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na plataforma PUBMED foram encontrados 56 (cinquenta e seis) artigos, e 16 (28% da amostra) foram utilizados. Na plataforma LILACS foram encontrados 2 (dois) artigos e nenhum utilizado. Na plataforma SCIELO 4 (quatro) artigos foram encontrados, sendo utilizados 2 (50% da amostra) artigos. Inclusive 1 destes também foi encontrado na PUBMED.

A coleta de materiais evidenciou a predominância de publicações de revisão de literatura, principalmente as que envolvem leituras sobre os impactos das epidemias e pandemias anteriores como SARS, MERS, H1N1, H7N9 e Ebola. Percebeu-se, entretanto, a escassez de pesquisas aplicadas correlacionando as mudanças causadas pela pandemia de COVID-19 e os impactos na saúde mental dos profissionais de saúde, principalmente referentes ao contexto brasileiro.

A leitura sobre os impactos causados por outros surtos proporciona a compreensão de um quadro geral aproximado, uma vez que algumas características

podem se repetir ao longo da história para contextos atuais (KISELY et al, 2020). Dentre elas estão as alterações psíquicas e emocionais vivenciadas diante de um contexto de surto, sobre o qual os profissionais nada sabem e não se sentem preparados. Há também pelo desenvolvimento abrupto dos casos, o que não proporciona muito tempo para que protocolos de segurança e ação sejam elaborados. Esta revisão tem revelado o enfrentamento do cenário pandêmico como um desafio para a saúde pública. Esses períodos de crise associados a doenças infecciosas reverberam na saúde mental e podem se fazer presentes mesmo depois do fim do surto (KISELY et al, 2020; ORNELL et al, 2020).

Os profissionais de saúde, prestadores de assistência aos pacientes com a suspeita e/ou confirmação de COVID-19, são mais suscetíveis a desenvolver problemas emocionais (LAI et al., 2020; ORNELL et al, 2020). Portanto, tentar-se-á elencar alguns fatores que têm influenciado a maneira como os profissionais percebem o contexto e aumentado o risco de resultados psicológicos adversos.

FATORES DE RISCO

Pouco se sabe sobre o funcionamento do SARS-COV-2, suas características epidemiológicas como a variabilidade clínica, contaminação por pessoas assintomáticas, velocidade de progressão e tempo de incubação (EL-HAGE et al., 2020).

A rapidez com que o vírus se dissemina e o início abrupto de um quadro grave de pneumonia configura um estado clínico que, geralmente, demanda serviço de terapia intensiva e pode aumentar drasticamente a necessidade de assistência hospitalar especializada (ZAKA et al, 2020). Os sistemas de saúde enfrentam, globalmente, dificuldades em responder essa demanda, tanto por falta de leitos quanto de equipamentos e profissionais especializados (ZAKA et al, 2020). Alguns hospitais estão remanejando funcionários, sem a capacitação técnica necessária, para setores de trabalho na linha de frente do combate ao covid-19 (ROLIM NETO et al., 2020; ZAKA et al, 2020).

O crescimento exponencial das infecções aumentou a necessidade de cuidados, ou seja, a jornada de trabalho tem demandado turnos sem pausa para descanso (ZAKA et al, 2020; GAVIN et al., 2020; PETZOLD; PLAG; STRÖHLE, 2020). Os longos períodos de trabalho têm levado os profissionais à exaustão física (EL-HAGE et al., 2020). Conseqüentemente, devido à jornada maior de trabalho,

acredita-se haver uma relação diretamente proporcional entre as horas trabalhadas e a exposição/contato com pacientes infectados, aumentando a preocupação sobre contrair o vírus (KISELY et al., 2020; ORNELL et al, 2020).

Alguns desafios e medos sentidos por esses profissionais estão relacionados ao estigma social e distanciamento de seu grupo social devido à apreensão sobre a possibilidade de infectar seus familiares e amigos (BLAKE et al, 2020; ZAKA et al, 2020; PETZOLD; PLAG; STRÖHLE, 2020). A fim de evitar a transmissão aos seus entes queridos, eles têm reduzido o contato ou buscado formas de se isolarem do seu grupo de convivência pessoal (EL-HAGE et al., 2020). Em relação às instituições e às novas demandas de atuação, esses profissionais lidam continuamente com a falta de estrutura hospitalar e de equipamento de proteção individual (EPI). Os equipamentos podem ser quaisquer dispositivos que auxiliem contra possíveis riscos, no caso dos hospitais que atendem pacientes com COVID-19 trata-se de luvas, capotes, óculos, escudo facial e toucas. Esses dispositivos são causadores de desconforto como a dificuldade de respirar (BLAKE et al, 2020; KISELY et al.,2020; ORNELL et al, 2020; ZAKA et al, 2020; WU; STYRA; GOLD, 2020).

A escassez de equipamentos, como ventiladores mecânicos, coloca os profissionais em uma posição de escolha ao terem que tomar decisões sobre quais pacientes têm maior probabilidade de recuperação, caso tenham acesso ao tratamento necessário (ZAKA et al, 2020). Desta nova realidade emergem dilemas éticos e morais que evidenciam o despreparo logístico das equipes nas tentativas de priorizar recursos e cuidados (EL-HAGE et al., 2020; BLAKE et al., 2020).

Alguns estudos pontuam outros fatores relacionados ao ambiente laboral, tais como as regras institucionais, o suporte ofertado e o clima organizacional (ORNELL et al, 2020). Percebe-se que a falta de apoio institucional, de bonificação, de treinamento adequado e capacidade de controlar a disseminação da infecção também impactam no bem-estar dos profissionais (KISELY et al., 2020).

Os pacientes demandantes de atenção e cuidado psicológico são outro ponto, visto que também sofrem com o afastamento de seus familiares e com o medo iminente de morte. Os profissionais precisam lidar com a ansiedade e o pânico sentido pelos pacientes. Entretanto, não se sentem capazes de gerenciar tais problemas psicológicos (ZAKA et al, 2020).

A estes profissionais ainda é atribuído o título de “super-heróis”, associado à ideia de invencibilidade, de não desistência, de um profissional que não falha e não fica doente (ORNELL et al, 2020). Além da alta cobrança laboral, os esforços prestados podem não ser vistos como recompensadores, ao perceberem que o número de mortes continua aumentando (EL-HAGE et al., 2020).

Os erros médicos têm aumentado, principalmente em relação à segurança do paciente, podendo refletir na qualidade do serviço ofertado (GAVIN et al., 2020). Fatores como a falta de controle e de conhecimento; a progressão do quadro pandêmico e as mortes de profissionais geram impactos psicológicos nos profissionais de saúde (EL-HAGE et al., 2020).

Fatores individuais também são analisados, pois nota-se maior probabilidade de sofrimento psicológico em profissionais, com ênfase em indivíduos do sexo feminino; grau de escolaridade; idade menor, ou seja, quanto mais jovem for; com cargo profissional em nível técnico; com maior aproximação em pacientes com COVID-19 e com presença de crianças em casa (KISELY et al., 2020; LAI et al., 2020; PETZOLD; PLAG; STRÖHLE, 2020). Percebe-se que os impactos são maiores em mulheres jovens do que em homens, assim como mais predominantes em enfermeiros do que em médicos (EL-HAGE et al., 2020). Portanto, os índices podem variar de acordo com o sexo, idade e tipo de atividade prestada (BOHLKEN et al., 2020).

IMPACTOS PSICOLÓGICOS

Estudos apontam que as respostas emocionais percebidas nos surtos anteriores podem se atualizar nessa nova pandemia (BLAKE et al., 2020; EL-HAGE et al., 2020; TSAMAKIS et al., 2020). Os fatores supracitados podem gerar estresse, pois percebem-se despreparados para ofertar o suporte necessário ao paciente e preocupados com a possibilidade de contrair o vírus (ORNELL et al, 2020). As incertezas sobre a falta de tratamento adequado e vacina podem promover o sentimento de insegurança, desamparo e ineficácia pessoal (WU; STYRA; GOLD, 2020).

Os sentimentos de medo e incerteza estão presentes tanto no contexto laboral quando social, quando esses profissionais passam a ficar apreensivos com a possibilidade de transmitir o vírus aos seus entes queridos, amigos ou colegas (ORNELL et al, 2020; GAVIN et al., 2020). O desejo de estarem presentes em suas

famílias é constante. Entretanto, tendem a manter o distanciamento social. Emerge, conseqüentemente, excessiva preocupação por não poderem cuidar dos seus familiares (GAVIN et al., 2020). Esta situação pode causar sentimentos de solidão e desamparo (WU; STYRA; GOLD, 2020).

Em razão de a COVID-19 ser uma doença recente, pouco se sabe sobre sua fisiopatologia, conseqüências clínicas e possibilidades de tratamento (ORNELL et al, 2020). As incertezas desse contexto e os novos protocolos de atuação profissional geram preocupações constantes. Dessa forma, além da sobrecarga física há a fadiga emocional. O elevado número de mortes, apesar dos esforços dos profissionais, pode potencializar sentimentos de ineficácia pessoal (EL-HAGE et al., 2020). A pressão psicológica aumenta e os sentimentos de solidão, desamparo, estresse, irritabilidade e desespero são vivenciados com maior frequência (ORNELL et al, 2020).

Os profissionais de linha de frente desses contextos apresentaram maior risco de desenvolverem o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), a Síndrome de Burnout e o estresse traumático secundário (ORNELL et al, 2020; EL-HAGE et al., 2020). A síndrome de Burnout emerge quando a demanda de trabalho se sobrepõe à capacidade dos profissionais de respondê-la. Os relatos atuais apontam para o aumento excessivo da carga horária de trabalho.

Na tentativa de enfrentar essa situação, percebe-se que alguns profissionais têm adotado comportamentos considerados prejudiciais a sua saúde física, mental e as relações de trabalho. Alguns exemplos são o uso de substâncias químicas, como psicotrópicos, e o absenteísmo. Esses comportamentos foram percebidos tanto em profissionais durante os surtos anteriores como na atual pandemia (GAVIN et al., 2020).

Os relatos dos profissionais que vivenciaram surtos anteriores e estiveram em constante pressão psicológica, evidenciaram altos índices de ansiedade, depressão e estresse (BLAKE et al., 2020; TSAMAKIS et al., 2020). Há relatos de profissionais que apresentaram constante medo de adoecer ou morrer; sentimento de desamparo e sintomas depressivos conseqüentes do isolamento social ou período de quarentena (PETZOLD; PLAG; STRÖHLE, 2020). Além disso, dados de literatura apontaram para a presença de sentimento de culpa (GAVIN et al., 2020) e autocuidado reduzido devido à falta de tempo e energia (PETZOLD; PLAG; STRÖHLE, 2020).

Durante a evolução do surto do COVID-19, os profissionais são confrontados com desafios e a necessidade de tomarem decisões rápidas, desde a triagem do paciente até o isolamento e tratamento eficientes. Equipes de Saúde na Grécia, por exemplo, relataram níveis altos de estresse devido à pressão em responder com prontidão a essas novas demandas, além do fato de precisarem tratar pacientes que se negam a realizar tratamentos. Relataram também sentimento de desamparo ao terem seu trabalho limitado devido escassez de recursos como EPIs e ventiladores mecânicos (TSAMAKIS et al., 2020).

Os dilemas morais frente a escassez de recursos e falta de preparo profissional podem causar lesão moral nos profissionais de saúde. A lesão moral diz respeito ao sofrimento psicológico consequente de ações ou falta delas, capazes de violarem a ética ou a moral dos profissionais de saúde, provocando sentimentos e pensamentos negativos sobre si mesmos ou sobre os outros (GREENBERG et al., 2020). Este fator de risco, associado aos aspectos psicossociais dessas lesões morais, podem eventualmente desencadear depressão, transtorno de estresse pós-traumático e ideação suicida.

A dificuldade de elaboração do luto também poderá ser uma questão futura deixada pela pandemia de COVID-19 devido ao início abrupto e a complicações que emergem. Esse momento impede a despedida dos familiares e a realização dos rituais essenciais para um luto não complicado. Não há tempo de preparação para tentar elaborar as perdas (YAHYA et al., 2020).

Lai et al. (2020) realizaram uma pesquisa transversal com médicos e enfermeiros e avaliaram a saúde mental dos profissionais de saúde que tratam pacientes com COVID-19. Esses autores analisaram os possíveis fatores de risco e quantificaram a magnitude dos sintomas de ansiedade, depressão, insônia e angústia. Os resultados apontaram, de maneira geral, alta incidência desses sintomas, sendo a depressão e a angústia mais prevalentes (LAI et al., 2020). Os autores também reportaram que enfermeiras, mulheres, trabalhadores da linha de frente atuantes na cidade de Wuhan relataram níveis mais altos de sintomas de depressão, ansiedade, insônia e angústia (LAI et al., 2020).

Uma pesquisa realizada revisou estudos quantitativos sobre o estresse psicológico na equipe de saúde, sendo predominantes os profissionais da enfermagem e medicina. Nesses estudos foram utilizadas escalas de medo, depressão e pesadelo, questionários padronizados e inquéritos online. As principais

consequências encontradas foram altos índices de estresse, ansiedade e depressão (BOHLKEN et al., 2020). Corroborando com as observações prévias reportadas por Lai et al. (2020), os principais resultados das pesquisas demonstram a sobrecarga emocional à qual os profissionais estão expostos e as possíveis consequências desses impactos nos contextos do trabalho social e familiar.

RECOMENDAÇÕES

De maneira geral, os estudos abordaram algumas recomendações sobre as possibilidades de suporte e de enfrentamento desse quadro pandêmico e dos seus respectivos impactos para a saúde mental. Reforçaram a necessidade de investigar de maneira criteriosa as repercussões da pandemia, visando a elaboração de tratamento em saúde mental adequado para esses efeitos psicológicos (EL-HAGE et al., 2020).

O suporte ofertado pela gestão das instituições poderá ajudar na redução do estresse (EL-HAGE et al., 2020). Líderes das equipes dos profissionais e a gestão executiva precisam rastrear, triar e encaminhar os profissionais de saúde que apresentaram alguma alteração psíquica e/ou emocional para os serviços especializados e previamente capacitados. Faz-se necessário observar com mais cuidado aqueles que antes da pandemia apresentavam quadros clínicos depressivos ou de uso de substâncias químicas (GOLD, 2020). A gestão executiva dos profissionais de saúde tem papel fundamental no reconhecimento dos compromissos dos trabalhadores, na disseminação de informações objetivas e precisas, de proporcionar treinamento técnica adequado, escalas flexíveis, além de compartilhar a responsabilidade sobre decisões difíceis conforme mencionadas anteriormente (EL-HAGE et al., 2020).

O clima organizacional tem influência direta na maneira como esses impactos serão vivenciados e revertidos. Deve-se estabelecer um estilo de liderança capaz de priorizar a transparência e a segurança das informações e diretrizes transmitidas. Essas medidas de precaução podem ser consideradas fatores essenciais no manejo do estresse dos profissionais (BLAKE et al., 2020). Além disso, os líderes de equipes precisam exercer a comunicação e discussão com os profissionais, e ajudar na compreensão de decisões que desafiam a moral, quando está em discussão a

escolha sobre qual paciente receberá todos os tratamentos (GREENBERG et al., 2020).

A monitoração das mudanças percebidas nos locais que prestam assistência aos pacientes, confirmados ou suspeitos com COVID-19, é essencial para que o sistema de saúde estabeleça protocolos de atuação eficazes. Deve-se estabelecer também o rastreamento das desordens causadas em relação à saúde mental, e o acompanhamento do consumo de psicotrópicos pelos profissionais, pois estes têm maior facilidade em adquiri-los (EL-HAGE et al., 2020). Uma das possibilidades é a elaboração de pesquisas a longo prazo, que consigam rastrear essas mudanças (EL-HAGE et al., 2020), bem como a utilização de questionários padronizados, ou questionários autoaplicáveis, para avaliar níveis de ansiedade, depressão, estresse e exaustão.

Pesquisas realizadas pós-pandemias evidenciaram que o suporte psicológico a ser ofertado deve ser baseado em modelos de adaptação e resiliência (GAVIN et al., 2020). O processo de resiliência, autocuidado e autocompaixão poderá ser fortalecido com uma gestão de liderança que forneça suporte psicossocial, comunicação objetiva e suporte à equipe (BLAKE et al., 2020).

Alguns fatores de proteção podem contribuir na elaboração de medidas de prevenção e promoção de saúde mental. Por exemplo, a elaboração de critérios de segurança sobre o manejo do paciente e protocolos contra o risco de contaminação; reconhecimento do trabalho dos profissionais; o acesso a atendimento psicológico; fornecimento de treinamento; combate ao estigma e discriminação contra os profissionais (KISELY et al., 2020; WU; STYRA; GOLD, 2020).

Por exemplo, um hospital da China estabeleceu medidas para tentar contornar os impactos na saúde mental causados pelo contexto pandêmico. Foi ofertada estadia temporária à equipe médica preocupada em voltar para casa e infectar familiares; aos médicos com dificuldade no manejo das respostas emocionais dos pacientes foi fornecido um treinamento sobre formas de enfrentar os problemas psicológicos dos pacientes; para diminuir o cansaço e a preocupação com EPI o hospital forneceu local de descanso, providenciou EPIS e gerenciou seu uso (ZAKA et al., 2020).

O reconhecimento dos profissionais é considerado um fator protetor, seja através do aumento de salário ou com bonificação (EL-HAGE et al., 2020). Outra estratégia é o fortalecimento da rede de apoio para tentar dissipar sentimentos de

solidão. Videochamadas e reuniões virtuais são métodos auxiliares na promoção do contato, preservação das relações e do bem-estar dos profissionais (WU; STYRA; GOLD, 2020).

Em Wuhan, os profissionais médicos de outras províncias foram enviados aos seus hospitais para suprir a mão de obra devido à alta contaminação da equipe médica (KANG et al., 2020). Um de seus hospitais criou quatro equipes de intervenção psicológica. Equipe de resposta psicossocial (coordena tarefas e publicidade); equipe de suporte técnico (formula regras, intervenções, orientações e supervisão); equipe médica (intervenção psicológica a pacientes e profissionais); equipe de linha direta (assistência psicológica via chamada telefônica). Plataformas on-line também foram disponibilizadas a esses profissionais, visando compartilhar orientações sobre como diminuir os riscos de contaminação e, assim, diminuir a pressão sentida (KANG et al., 2020).

A experiência tem demonstrado que o conhecimento sobre prevenção, tratamento e o estabelecimento de protocolos corroboram para o sentimento de maior segurança e confiança desses profissionais, impactando diretamente em sua atuação (TSAMAKIS et al., 2020). A tecnologia atual está mais difundida no meio social quando comparada à época das epidemias e pandemias anteriores, facilitando, por exemplo, a comunicação, a descoberta de materiais de orientação e o acesso à terapia (YAHYA et al., 2020).

Pesquisadores do Reino Unido elaboraram e avaliaram um pacote de aprendizado digital para ajudar a promover o bem-estar psicológico dos profissionais de saúde. Trata-se de um pacote que sintetizou informações de orientação, suporte e sinalização sobre a COVID-19. De maneira geral, buscou descrever ações que o líder da equipe pode realizar para fornecer segurança; orientações sobre comunicação e redução do estigma social com apoio de amigos e familiares através dos Primeiros Socorros Psicológicos; estratégias de autocuidado e gerenciamento de emoções. Esse aplicativo tem orientado líderes ao fornecer treinamento aos profissionais e ajudar na produção de políticas voltadas à saúde mental (BLAKE et al., 2020).

No Brasil, o atendimento psicológico on-line tem sido ofertado a toda comunidade. Os psicólogos interessados em ofertar esse serviço precisam estar cadastrados no sistema do Conselho Federal de Psicologia. Entende-se que os psicólogos possuem ferramentas para promover a saúde mental, prevenir impactos

negativos, ofertar suporte e orientação também aos profissionais de saúde (SCHMIDT et al., 2020). Outra ferramenta disponível é a dos Primeiros Socorros Psicológicos embasada na avaliação das necessidades e preocupações de cada indivíduo; apoio emocional; oferta de necessidades básicas; escuta terapêutica; acesso a informações e serviços de apoio social (KISELY et al., 2020).

CONCLUSÕES

Os profissionais de saúde estão sobrecarregados, a demanda de trabalho excessivamente alta gera fadiga física e emocional. Essa situação desencadeia tensões e diversos fatores estressores vivenciados no dia-a-dia, seja no ambiente laboral ou doméstico.

O despreparo dos sistemas de saúde e dos profissionais de saúde em responder as demandas de um contexto pandêmico fica evidente. Esse momento singular mostra a importância de estabelecer protocolos de atuação, treinamentos adequados e gestão de apoio e transparência. Quando se trata de saúde os gastos não podem ser reduzidos e a comunicação é fundamental na produção de informações que promovam o sentimento de segurança.

Deve-se estabelecer a proteção e apoio psicológico às equipes de profissionais de saúde. O sistema precisa garantir os suprimentos e equipamentos necessários para a atuação desses profissionais. As necessidades básicas, como descanso e segurança da saúde no local de trabalho, também precisam ser atendidas. Medidas de controle dos problemas psicológicos causados têm de ser elaboradas, levando em consideração que os impactos desse contexto podem afetar algumas funções psíquicas, como a atenção, compreensão e a tomada de decisão desses profissionais.

As pesquisas devem estabelecer, dentre outros, os objetivos de avaliar os impactos da pandemia e analisar também as questões anteriores a ela. Por exemplo, rastrear os vícios, quadros depressivos ou de tentativas de suicídio que já se faziam presentes nesses profissionais de saúde. Dessa forma, esse é um momento histórico que redireciona os olhares para a forma como estamos fomentando os Sistemas de Saúde e assistindo os profissionais que neles atuam. É urgente a elaboração de pesquisas que rastreiem os impactos na saúde mental a curto e longo prazos, para que o sistema de saúde mental possa se fazer apto a responder as novas demandas sociais.

REFERÊNCIAS

ALMONDES, K. M.; TEODORO, M. Tópico 3: Os três Ds: desespero, desamparo e desesperança em profissionais da saúde. **Orientações técnicas para o trabalho de psicólogos/os no contexto da COVID-19**. São Paulo: SBP, 2020. Disponível em: <https://www.sbponline.org.br/2020/03/grupode-trabalho-gt-de-enfrentamento-da-pandemia-sbp-covid-19>. Acesso em: 2 maio 2020

CRISPIM, D.; SILVA, M.J.P.; CEDOTTI, W.; CÂMARA, M.; GOMES, S.A. **Comunicação difícil e Covid-19**. [S.l.]: Homepage online 2020. Disponível em: <<https://ammg.org.br/wp-content/uploads/comunica%C3%A7%C3%A3o-COVID-19.pdf>>. Acesso em: 22 abr. 2020.

BLAKE, H.; BERMINGHAM, F.; JOHNSON, G.; TABNER, A. Mitigating the Psychological Impact of COVID-19 on Healthcare Workers: A Digital Learning Package. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, ed. 9, 26 abr. 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32357424/>> Acesso em: 9 maio 2020.

BOHLKEN, J.; SCHÖMIG, F.; LEMKE, M.R.; PUMBERGER, M.; RIEDEL-HELLER, S.G. COVID-19-Pandemie: Belastungen des medizinischen Personals. **Psychiatrische Praxis**, v. 47, ed. 04, p. 190-197, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32340048/>>. Acesso em: 15 maio 2020.

EL-HAGE, W.; HINGRAY, C.; LEMOGNE, C.; YRONDI, A.; BRUNAUT, P.; BIENVENU, T.; ETAIN, B.; PAQUET, C.; GOHIER, B.; BENNABI, D.; BIRMES, P.; SAUVAGET, A.; FAKRA, E.; PRIETO, N.; BULTEAU, S.; VIDAILHET, P.; JOLLANT, F.; CAMUS, V.; LEBOYER, M.; KREBS, M. O.; AOUIZERATE, B. Les professionnels de santé face à la pandémie de la maladie à coronavirus (COVID-19): quels risques pour leur santé mentale?. **Psychiatry Research**, v. 46, n. 3, 22 abr., p. 573-580, 2020. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0013700620300762?via%3Dihub>>. Acesso em: 15 maio 2020.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). Covid-19 – Material para download. **Comunicação e informação**, Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/coronavirus/material-para-download>>. Acesso em: 11 maio 2020.

GAVIN, B.; HAYDEN, J.; ADAMIS, D.; MCNICHOLAS, F. Caring for the Psychological Well-Being of Healthcare Professionals in the Covid-19 Pandemic Crisis. **Irish Medical Journal**, v. 113, n.4, 3 abr. 2020. Disponível em: <<https://www.irishpsychiatry.ie/wp-content/uploads/2020/04/Caring-for-the-Psychological-Well-Being-of-Healthcare-Professionals-in-the-Covid-19-Pandemic-Crisis-IMJ-2020.pdf>>. Acesso em: 15 maio 2020.

GUIMARÃES, C. Especialistas analisam a disponibilidade de leitos no país e discutem possibilidades. **EPSJV/Fiocruz, Comunicação e Informação**, Rio de Janeiro, 08 maio, 2020. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/noticia/especialistas->

analisa-disponibilidade-de-leitos-no-pais-e-discutem-possibilidades>. Acesso em 12 maio 2020.

GREENBERG, N.; DOCHERTY, M.; GNANAPRAGASAM, S.; WESSELY, S. Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid-19 pandemic. **The BMJ**, 26 mar. 2020. Disponível em: <<https://www.bmj.com/content/368/bmj.m1211>>. Acesso em: 15 maio 2020.

GOLD, J. A. Covid-19: adverse mental health outcome for healthcare workers. **The BMJ**, 5 mai. 2020. Disponível em: <<https://www.bmj.com/content/369/bmj.m1815>>. Acesso em: 10 maio 2020.

KANG, L.; LI, Y.; HU, S.; CHEN, M.; YANG, C.; YANG, B. X.; WANG, Y.; HU, J.; LAI, J.; MA, X.; CHEN, J.; GUAN, L.; WANG, G.; MA, H.; LIU, Z. The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. **The Lancet. Psychiatry**, 5 fev. 2020. Disponível em: <[https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30047-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30047-X/fulltext)>. Acesso em: 15 maio 2020.

KISELY, S.; WARREN, N.; MCMAHON, L.; DALAIS, C.; HENRY, I.; SISKIND, D. (2020). Occurrence, prevention, and management of the psychological effects of emerging virus outbreaks on healthcare workers: rapid review and meta-analysis. **The BMJ**, v.369, 5 maio 2020. Disponível em: <<https://www.bmj.com/content/369/bmj.m1642>>. Acesso em: 15 maio 2020.

LAI, J.; MA, S.; WANG, Y.; CAI, Z.; HU, J.; WEI, N.; WU, J.; DU, H.; CHEN, T.; LI, R.; TAN, H.; KANG, L.; YAO, L.; HUANG, M.; WANG, H.; WANG, G.; LIU, Z.; HU, S. (2020). Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. **JAMA Netw Open**, v. 3, n. 3, 23 mar. 2020. Disponível em: <<https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2763229>>. Acesso em: 15 mai. 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Painel Coronavírus**. Brasil, 2020. Disponível em: <<https://covid.saude.gov.br/>>. Acesso em 23 maio 2020.

ROLIM NETO, M. L.; ALMEIDA, H. G.; ESMERALDO, J. D.; NOBRE, C. B.; PINHEIRO, W. R.; DE OLIVEIRA, C.; SOUSA, I.; LIMA, O.; LIMA, N.; MOREIRA, M. M.; LIMA, C.; JÚNIOR, J. G.; DA SILVA, C. When health professionals look death in the eye: the mental health of professionals who deal daily with the 2019 coronavirus outbreak. **Psychiatry Research**, v. 288, 13 abr. 2020. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120306697?via%3Dihub>>. Acesso em: 12 maio 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020**. Mar., 2020. Disponível em: <<https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>> Acesso em: 24 abr. 2020.

ORNELL, F.; HALPERN, S.C.; KESSLER, F.H.P.; NARVAEZ, J.C.M. The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.36 n. 4, 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2020000400504&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 11 maio 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus). **Folha informativa**. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875>. Acesso em: 10 mai. 2020.

PETZOLD, M. B.; PLAG, J.; STRÖHLE, A. Umgang mit psychischer Belastung bei Gesundheitsfachkräften im Rahmen der Covid-19-Pandemie [Dealing with psychological distress by healthcare professionals during the COVID-19 pandemia]. **Nervenarzt**, 27 mar. 2020. Disponível em:<<https://link.springer.com/article/10.1007/s00115-020-00905-0#citeas>>. Acesso em: 15 mai0 2020.

SCHMIDT, B.; CREPALDI, M.A.; BOLZE, S. D. A.; NEIVA-SILVA, L.; DEMENECH, L. M. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo Coronavírus (COVID-19). **Estud. psicol.** (Campinas), v. 37, 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100501&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 18 maio 2020.

TSAMAKIS, K.; RIZOS, E.; MANOLIS, A. J.; CHAIDOU, S.; KYMPOUROPOULOS, S.; SPARTALIS, E.; SPANDIDOS, D. A.; TSIPTSIOS, D.; TRIANTAFYLLIS, A. S. Covid-19 pandemic and its impact on mental health of healthcare professionals. **Experimental and Therapeutic Medicine**, 7 abr. 2020. Disponível em: <<https://www.spandidos-publications.com/10.3892/etm.2020.8646>> Acesso em 15 maio 2020.

YAHYA, A. S.; KHAWAJA, S.; CHUKWUMA, J. The impact of COVID-19 in psychiatry. **Prim Care Companion CNS Disord**, 16 abr. 2020. Disponível em: <<http://www.psychiatrist.com/PCC/article/Pages/2020/v22n02/20102627.aspx>>. Acesso em: 14 maio 2020.

WU, P. E.; STYRA, R.; GOLD, W. L. Mitigating the psychological effects of COVID-19 on health care workers. **CMAJ**, v. 192, n. 17, 27 abr. 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32295761/>>. Acesso em: 10 maio 2020

ZAKA, A.; SHAMLOO, S. E.; FIORENTE, P.; TAFURI, A. COVID-19 pandemic as a watershed moment: A call for systematic psychological health care for frontline medical staff. **Journal of Health Psychology**, v. 25, n. 7, 5 maio, p.883-887, 2020.