

SAÚDE MENTAL DOS TRABALHADORES DE LINHA DE FRENTE DA COVID-19

Geovânia Cristina Bezerra da Silva¹ | Jessyca Araci Mota Maciel² | Ariel Barbosa Gonçalves³

RESUMO

Este artigo pretende descrever os impactos causados pela pandemia da COVID-19 nos profissionais de saúde que estão atuando na linha de frente ao combate à doença, elencando os sintomas gerados pela excessiva exposição ao vírus, o medo do contágio, o sentimento de impotência e o estresse ocasionado pelas exaustivas jornadas de trabalho. Apontamos ainda, os cuidados a serem tomados para prevenir adoecimento psíquico no futuro.

PALAVRAS-CHAVE

Saúde do trabalhador, Profissionais de saúde, COVID-19, Saúde mental.

ABSTRACT

This article intends to describe the impacts caused by the pandemic of COVID-19 on health professionals who are working in the front line to fight the disease, listing the symptoms generated by excessive exposure to the virus, fear of contagion, the feeling of helplessness and the stress caused by exhausting working hours. We also point out the precautions to be taken to prevent psychic illness in the future.

KEYWORDS

Occupational health, Health professionals, COVID-19, Mental health.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho vem tratar dos impactos da Covid-19, doença que teve seus primeiros casos na China em dezembro de 2019, e rapidamente se alastrou por vários países do mundo, fazendo com a Organização mundial de saúde classificasse o evento como uma pandemia. Em abril de 2020, cerca de 206 países já registravam casos da doença respiratória ocasionada pelo novo coronavírus – Sars-CoV-19 (OMS,2020).

No Brasil, em 09 de junho de 2020 os números já batiam a marca de 739.503 casos confirmados do novo coronavírus, com 38.406 mortes em decorrência da doença e 311.064 curas em todo o território nacional (Ministério da Saúde, 2020).

Tendo em vista a necessidade do isolamento social para a diminuição da curva, impactos econômicos e biológicos foram causados na vida dos sujeitos. Além disso, o Covid-19 poderá afetar a saúde mental dos mesmos, principalmente em razão ao medo de exposição ao contágio, a morte em larga escala, a mudança de rotina e estresse (BARROS-DELBEN et al, 2020). Assim os profissionais da linha de frente ao enfrentamento da doença estão entre a categoria mais vulnerável, não só pela

exposição a doença, mas também as consequências emocionais e psicológicas causadas pelo momento vivido (MEIRELES, 2020).

A partir do exposto, surge o seguinte questionamento: a pandemia pelo novo coronavírus pode provocar ou intensificar sintomas de sofrimento psíquico à saúde mental dos profissionais de saúde? Os profissionais que trabalham com a saúde da população se dedicam completamente à luta no combate ao COVID-19, enfrentando plantões exaustivos e tendo que lidar com morte a cada dia, tendo muitos já sido afastados de suas ocupações em decorrência de adoecimento pelo vírus e outros por questões relacionadas à sua saúde mental (BARROS-DELBEN et al, 2020).

REFERENCIAL TEÓRICO

A pandemia mundial do novo Corona vírus tem deixado toda a população em estado de alerta, o medo do contágio, da morte, as preocupações socioeconômicas e a necessidade de isolamento social, como a medida mais eficaz no combate à doença, pode gerar consequências devastadoras de curto e longo prazo na saúde mental das pessoas, principalmente àqueles na linha de frente na atenção à população (DELBEN *et al*, 2020).

Os profissionais da saúde que atuam na linha de frente do covid-19, encontram-se entre os grupos mais vulneráveis para o adoecimento mental. Os mesmos enfrentam desafios exaustivos na rotina de linha de frente, dando tudo de si para cuidar dos pacientes infectados, no qual esta rotina pode acabar resultando em desgaste físico e mental (MEIRELLES, 2020).

Alguns desafios que são enfrentados pelos mesmos como não conseguir dormir bem, medo de ser infectado, exposição a morte em larga escala e frustração por não conseguirem salvar vidas podem ser um gatilho para o aumento de sintomas de ansiedade, depressão e estresse (SCHMID et al, 2020, apud, Bao et al, 2020).

Com elevado estresse no trabalho, profissionais de diferentes especialidades tem demonstrado exaustão, funções cognitivas alterada, insônia e irritabilidade, principalmente em trabalhadores do serviço primordial ao enfrentamento da doença, como hospitais e unidade de atenção primária. Já com pouco tempo de isolamento social notava-se o surgimento de alguns transtornos mentais comuns, como: estresse agudo, fadiga, agressividade, episódios de pânico, depressão e ansiedade em decorrência do elevado número de notícias sobre a doença em meios de comunicação (CRUZ *et al*, 2020).

Diante desse contexto de grande exaustão profissional, é importante que alguns cuidados à saúde mental sejam exercidos, tanto pelos próprios trabalhadores desses dispositivos de saúde, quanto pelos gestores (BATISTA; SANTOS; BARBOSA; C. SANTOS, 2020).

Algumas estratégias de enfrentamento podem ajudar na diminuição da exaustão emocional, como descansar entre os turnos, ter uma boa alimentação, conversar com os colegas compartilhando as angústias, fortalecer as trocas de experiências com os mesmos e tentar praticar a resiliência para tentar ressignificar a experiência vivida (BATISTA; SANTOS; BARBOSA; C. SANTOS, 2020).

METODOLOGIA

Este artigo foi elaborado a partir de uma revisão bibliográfica básica, não possuindo qualquer intenção de alterar a realidade, tendo como fonte artigos, sites e publicações oficiais sobre a situação do Coronavírus no Brasil e no mundo.

CONCLUSÃO

O presente estudo pretendeu expor dados e informações acerca da saúde mental dos trabalhadores na linha de frente no combate da pandemia do novo Coronavírus (Covid-19), percebendo os impactos emocionais e psicológicos causados pelo cenário atual àqueles que não podem ficar em isolamento em suas casas e têm que encarar os agravos da pandemia, estando mais expostos ao adoecimento mental em decorrência de jornadas exaustivas de trabalho, exposição ao contágio e medo de contaminação de entes queridos e já apresentando estados de estresse agudo, fadiga e sintomas de ansiedade e depressão.

Sugere-se que estratégias de promoção de saúde sejam realizadas pelos próprios trabalhadores, além do planejamento de ações por parte dos gestores e atores públicos, visando a diminuição do impacto da pandemia na saúde dos trabalhadores num futuro próximo.

REFERÊNCIAS

BARROS-DELBEN et al. **Saúde Mental em situação de emergência: COVID-19**. Revista debates in Psychiatry. Ahead of Print, 2020.

BATISTA. D, SANTOS. L, BARBOSA. M, SANTOS.T. **Suporte em saúde mental em tempos de covid-19: Guia de cuidados aos profissionais da saúde**. Disponível em: <http://www2.ebserh.gov.br/documents/16756/5119444/A+cartilha+sau%CC%81de+mental+covid-19+ok.pdf/b277aed9-f881-45cd-b289-4457f33a0d85> Acesso em: 08 de Junho de 2020

CRUZ, Roberto *et al.* COVID-19: Emergências e Impactos na saúde e no trabalho. **Revista psicologia: Organizações e trabalho**, 2020.

DELBEN, Paola *et al.* Saúde Mental em situação de Emergência: COVID-19. **Psychiatry** revista debates in - Ahead of print, 2020.

MEIRELES, Gabriela. **Profissionais da linha de frente encaram desafios de saúde mental na pandemia.** Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/profissionais-da-linha-de-frente-encaram-desafios-de-saude-mental-na-pandemia/> Acesso em: 08 de Junho de 2020

Ministério da Saúde (2020a). Paineis coronavírus. Recuperado em 09 de junho de 2020. <https://covid.saude.gov.br/>

Organização Mundial da Saúde (2020a). Coronavirus disease (COVID-19) situation dashboard, 2020. <https://covid19.who.int/>

SCHMIDT, Beatriz et al. **Impactos na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo Coronavírus (Covid-19).** Revista Estud. Psicol, Campinas, 2020

Recebido em: 12 de Junho de 2020
Aceito em: 30 de Julho de 2020

¹Discente do Centro Universitário Vale do Salgado;
geovaniacristinaa@gmail.com

²Docente do Centro Universitário Vale do Salgado; jessycaadm@outlook.com

³Docente do Centro Universitário Vale do Salgado; arielbarbosa@univs.edu.br