

SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE DE TRABALHO: SAÚDE MENTAL DOS TRABALHADORES DA ÀREA DA SAÚDE DURANTE A PANDEMIA.

¹ Denilda Moreira do Amaral, denilda2008@hotmail.com

¹ Genildo Souza, genildopontes9@gmail.com

¹ Carolina Cavalcante Antunes, Carolina.cavalcante2611@gmail.com

¹ Valdete Pinheiro, valdetenat@gmail.com

¹ Anderson Neri, nerianderson442@gmail.com

¹ Vanderley Costa, vanderleycosta015@gmail.com

¹ Henis Maximiano Guimarães, henis197839@gmail.com

¹ Marleide Tereza Ciriaco, marleideterezaciriaco@gmail.com

¹ André Luiz Maia, andreluizmaiamaia@gmail.com

¹ Fernando José Lopes, fernando.lopes@grupoflamingo.com

¹ Faculdade Flamingo/SP.

RESUMO

Em meados de março de 2020 o Coronavírus foi considerado pandemia pela Organização Mundial da Saúde - OMS, pois já havia se espalhado pelo mundo e causado inúmeros transtornos. Mas além do impacto que causou na saúde física das pessoas, também provocou inúmeros problemas psicoemocionais. Nesse contexto, pode-se dizer que os profissionais da área da saúde, trabalhando na linha de frente foram os que mais sofreram danos em sua saúde mental. Pois além de presenciarem diariamente inúmeros óbitos, ainda precisaram lidar com excesso de trabalho, estresse, falta de materiais e medicamentos, EPIs e principalmente a falta de apoio psicológico. Evidenciando a fragilidade e a falta de interesse que a qualidade de vida e a saúde mental dos profissionais no ambiente de trabalho, são tratadas no ambiente corporativo.

Palavras-chave: Saúde Mental, Profissionais, Pandemia, Condições de trabalho.

Data de recebimento: 24/12/2022

Data de aceite: 30/12/2022

Data de Publicação: 30/12/2022

MENTAL HEALTH IN THE WORKPLACE: MENTAL HEALTH OF HEALTH WORKERS DURING THE PANDEMIC.

¹ Denilda Moreira do Amaral, denilda2008@hotmail.com

¹ Genildo Souza, genildopontes9@gmail.com

¹ Carolina Cavalcante Antunes, Carolina.cavalcante2611@gmail.com

¹ Valdete Pinheiro, valdetenat@gmail.com

¹ Anderson Neri, nerianderson442@gmail.com

¹ Vanderley Costa, vanderleycosta015@gmail.com

¹ Henis Maximiano Guimarães, henis197839@gmail.com

¹ Marleide Tereza Ciriaco, marleideterezaciriaco@gmail.com

¹ André Luiz Maia, andreluizmaia@gmail.com

¹ Fernando José Lopes, fernando.lopes@grupoflamingo.com

¹ Faculdade Flamingo/SP

ABSTRACT

Around March 2020 the coronavirus was considered as a pandemic by World Health Organization (WHO), by spreading around the world and causing a lot of trouble and pain. Beside the impact that caused on people's health, it caused into psycho emotional problems too. In this context, we can say that health professionals, working on the front line was the most hurt by emotional damage. Beside witness daily so many deaths, they still have to deal with excessive work, stress, no material and medicine, PPE and the worst, without mental health support. Showing how fragile and careless the corporate world treats their professional's life quality and mental health in business world.

Keywords: Mental Health, Professionals, Pandemic, Working conditions.

INTRODUÇÃO

O Covid 19 é uma doença viral, causada pelo vírus SARS-COV2 e popularmente chamada de Coronavírus. Os primeiros sintomas foram identificados em Wuhan- China em 31 de dezembro de 2019 e logo se espalhou ao redor do mundo, tornando-se uma pandemia. Só no Brasil o número de casos confirmados pode chegar a 34.724.189, seguido pelo total de 686.877 óbitos. ³ (Brasil, Ministério da Saúde 2022)

Segundo a OMS, uma pandemia é a disseminação mundial de uma nova doença. O termo é utilizado quando uma epidemia – grande surto que afeta uma região – se espalha por diferentes continentes com transmissão sustentada de pessoa para pessoa ⁹(FIOCRUZ)

A pandemia modificou a forma como as pessoas se relacionavam, seja em casa ou no trabalho, assim como também mudou dinâmicas já enraizadas. As rotinas foram afetadas pela doença e pelo distanciamento, ambientes corporativos foram modificados de forma negativa e se viram obrigados a mudar suas logísticas operacionais, tendo que dispensar colaboradores ou os colocar em trabalhos home-office, fazendo com que o estresse, a ansiedade e a depressão aumentassem entre os trabalhadores. Assim como deixou evidente a falta de políticas específicas que visem o bem-estar e a saúde mental dos profissionais.

Vale a pena salientar que home-office é o trabalho feito em casa acordado com a empresa e legalizado pela legislação do trabalho em CLT já o teletrabalho é uma opção de fazer suas funções em casa e que necessariamente não precisa estar dentro da forma de contratação de trabalho.

O trabalho em casa foi estratégia adotada por 46% das empresas durante a pandemia,

segundo a Pesquisa Gestão de Pessoas na Crise covid-19. O estudo elaborado pela Fundação Instituto de Administração (FIA) coletou, em abril, dados de 139 pequenas, médias e grandes empresas que atuam em todo o Brasil.

O percentual de companhias que adotou o teletrabalho durante a quarentena foi maior no ramo de serviços hospitalares (53%) e na indústria (47%). Entre as grandes empresas, o índice das que colocaram os funcionários em regime de home office ficou em 55% e em 31%, entre as pequenas. Um terço do total das empresas (33%) disse que adotou um sistema parcial de trabalho em casa, valendo apenas em alguns dias da semana (<https://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2020-07/home-office-foi-adotado-por-46-das-empresas-durante-pandemia>).

Durante uma pandemia o aumento de transtornos mentais pode ocorrer por vários motivos, sejam eles pelo próprio vírus ou por medo do desconhecido, pelo luto ou pelo isolamento forçado. Como cita REARDOR (2015):

Durante epidemias o número de pessoas que tem a saúde mental afetada tende a ser maior do que o número de pessoas infectadas pelo vírus porque elas são confrontadas com condições estressantes sem treino prévio e com muito pouco tempo para se prepararem para uma nova rotina.

Para os trabalhadores que se viram obrigados a permanecer na linha de frente de combate a pandemia, não foi diferente. Os trabalhadores da saúde foram acometidos de vários problemas mentais durante esse período, precisando conviver com a incerteza, o medo, o desgaste emocional e a morte diária, diversos tiveram que travar lutas solitárias contra a depressão, ansiedade, insônia, deixando clara a precariedade de cuidado quanto à saúde mental deles.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade. A saúde mental implica muito mais que a ausência de doenças mentais. ⁴ (Biblioteca virtual em saúde, 2017)

Quando se refere à saúde mental dos trabalhadores da saúde, preconiza-se o desgaste emocional ao qual foram expostos durante o período da pandemia, sofrendo com o descaso, o excesso de trabalho e as condições precárias a que foram expostos.

1 – SAÚDE MENTAL

Ter uma boa saúde Mental está muito além da falta de doença. Para estar em um bom estado mental o indivíduo precisa estar em harmonia com o ambiente em que está inserido e saber administrar suas emoções. Para Amarante (2007, p.19), saúde mental é um campo que tem diversos significados, na medida em que diz respeito ao estado mental dos sujeitos e das coletividades que, do mesmo modo, são condições complexas.

As maiores prevalências de Transtorno Mental Comum foram identificadas nas pesquisas com professores (média de prevalência de 36,9%) e profissionais da saúde (média de 27,7%) (Jacinto & Da Rosa Tolfo, 2017)

A preocupação quanto à saúde mental vem aumentando durante os anos e a OMS já sinaliza um aumento considerável de pessoas com transtornos e doenças mentais como depressão e ansiedade.

A saúde mental representa mais de 1/3 da incapacidade total no mundo, com transtornos depressivos e ansiosos como maiores causas — os quais respondem, respectivamente, pela 5ª e 6ª causas de anos de vida vividos com incapacidade no Brasil. Ainda segundo a OPAS, entre 35% e 50% das pessoas com transtornos mentais em países de alta renda não recebem tratamento adequado e, nos países de baixa e média renda, o percentual é ainda maior, ficando entre 76% e 85%. ¹(Agencia Nacional de Saúde Suplementar 2021).

Em meio a crise descobriu-se que o sistema de saúde do Brasil e do mundo não estão preparados para enfrentar uma pandemia como a que passamos, mostrou como o sistema é precário quando se trata de cuidados relacionados a saúde mental de profissionais considerados de linha de frente. Sendo necessária a criação de políticas e estratégias que preconizem uma melhor qualidade de vida e bem-estar aos indivíduos, levando em consideração sua subjetividade.

1.1 - O efeito da pandemia na saúde mental

No ano de 2019, aproximadamente em dezembro iniciou-se uma das maiores pandemias dos últimos tempos, causado pelo Covid19, caracterizando-se como um dos maiores problemas sanitários dos últimos anos. Profissionais de todas as áreas sentiram o impacto da pandemia em seu cotidiano, sofrendo com problemas físicos e psíquicos, tendo que lidar com o medo e com a incerteza. Segundo estudo divulgado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), no primeiro ano da Pandemia a depressão e a ansiedade aumentaram em 25% mundialmente, mostrando que em um momento crítico como esse a população sofre não somente com o alto índice de mortes ou contaminação, mas também com os efeitos que o isolamento e o elevado número de informações vinculadas de forma irresponsável pela mídia.

O isolamento, somado ao medo, ao estresse e a insegurança podem ser considerados agentes desencadeadores do aumento de problemas psíquicos na população e esse aumento do número de transtornos mentais pode ser considerado em longo prazo, um dos maiores problemas causados pela Covid-19.

Podem aumentar os sintomas de ansiedade, assim como pessoas em tratamento para alcoolismo e problemas semelhantes podem ser vulneráveis a complicações decorrentes do isolamento social forçado (Usher, Bhullar & Jackson, 2020). A pobreza está relacionada a um risco mais elevado de sofrimento mental.

Durante uma pandemia, é provável que seja vivenciada uma carga elevada de experiências e emoções negativas, suscitando a necessidade de cuidados psicológicos constantes desde o período inicial do problema (Ho et al., 2020., W. Li et al., 2020)

Nesse contexto caótico o cuidado com saúde mental que há muito tempo é negligenciado pela saúde pública, se mostrou ainda mais necessário com o surgimento do elevado número de pessoas que desenvolveram algum transtorno mental no período da pandemia.

1.2 - Saúde mental dos profissionais da linha de frente

Durante o período da pandemia, os profissionais da área da saúde que são considerados trabalhadores da linha de frente, foram que sentiram os maiores impactos em relação à saúde mental. Sofrendo, com estresse elevado, esgotamento físico e mental mediante o aumento significativo de carga horária e a pressão psicológica que sofreram durante esse período.

Figura 1: Impactos da Pandemia



Fonte: mt.corens.portalcofen.gov.br

É notório que o impacto na saúde mental dos profissionais da área da saúde, aconteceu de forma grave, causando prejuízos, sequelas e afetando diretamente sua qualidade de vida.

A Rotina mudou, o que era uma jornada antes já difícil, se multiplicou, os plantões ficaram ainda mais esgotantes. E a família em casa? E a Vida? O que responder diante disso?!

O cuidado com os familiares devido à exposição com o vírus SARS-CoV-2 distanciou essas famílias, houve desrespeito e preconceito com aqueles cuja função era combater na linha de frente esse vírus tão cruel, e tudo isso acabou abalando a saúde mental desses profissionais de tal forma que alguns não conseguiram retornar as suas atividades após a pandemia. Muitos relataram que a exaustão, a fadiga em alimentação refletiram em depressão, ideação suicida,

ansiedade e estresse pós-traumático, sem contar que não tiveram apoio emocional ao longo desse período, tendo em vista que os impactos negativos causados podem durar meses ou até anos.

A rotina diária com a morte e o distanciamento forçado da própria família e amigos, fez com que esses profissionais passassem a conviver com o receio, choro e a desesperança que em todos os momentos do seu dia eram agravados cada vez que alguém próximo se contaminava. Mas como se manter intacto mentalmente mediante de um cenário tão devastador envolvendo não somente o lado profissional, mas também o emocional? Como se manter forte vendo seus colegas de trabalho e entes queridos sendo levados pela pandemia sem ao menos poder se despedir ou fazer algo a respeito para evitar?

Nadando contra a maré do que foi orientado para a população, os profissionais da saúde mesmo que quisessem não tinham a opção de se manterem em isolamento social, já que seu trabalho era de extrema necessidade para que pessoas contaminadas pudessem ter algum tipo de conforto e até mesmo se curarem do vírus. Mesmo lidando com a morte diariamente o profissional da saúde não está imune à dor que a mesma causa e essa dor afeta diretamente seu psicológico, principalmente quando lembramos que por trás de cada paciente perdido existe uma família na esperança de rever seu ente querido curado.

Tudo isso somado as condições de trabalho precárias, com falta de EPIs, carência de medicamentos, falta de leito e material necessário para atender a alta demanda de pacientes, acabou por impactar de forma negativa o desempenho desses profissionais e mais que isso levou a um estado de esgotamento mental elevado respingando na sua qualidade de vida.

Sofrendo pressões de todos os lados mediante as circunstâncias em que trabalhavam e tendo que lidar com suas emoções e ao mesmo tempo com a pressão dos familiares que sofriam por seus entes queridos, estes profissionais tiveram um aumento significativo em sua instabilidade mental, onde os níveis de estresse, ansiedade, irritabilidade, insônia e depressão se acentuaram. Precisa-se destacar que a área da saúde se enquadra predominantemente no lado inquietante do exercício profissional, já que o contato direto com o paciente pode acionar gatilhos emocionais no profissional da saúde uma vez que as dores do paciente são com ele compartilhadas.

Conforme Huang (2020), (EPI) equipamento de proteção individual são todos aqueles acessórios que têm a função de amenizar ou evitar problemas relacionados ao trabalho executado pelo empregado em sua função. Os equipamentos devem proporcionar segurança ao trabalhador em sua execução funcional, lembrando que isso depende também da conscientização do indivíduo em usar o equipamento e saber que este pode salvar sua vida ou evitar graves acidentes, portanto de caráter ativo, não se trata apenas de utilizar, mas saber de sua real função na prevenção de acidentes, portanto uma mudança de comportamento por parte da pessoa que está utilizando, isso está explícito no (Decreto Lei nº 348/93, de 1 de outubro, art. 3º).

Sendo assim a própria condição de trabalho que o profissional e inserido pode apresentar características inerentes de exaustão e responsabilidade, que em excesso podem causar danos psicoemocionais já que a grande maioria não tem um tipo de apoio ou cuidado emocional e consequentemente o aumento de sintomas psiquiátricos em indivíduos que já tinham predisposições.

A rotina desses profissionais que já não era fácil ficou ainda mais difícil quando no auge da pandemia muitas vezes levados pela falta de vagas em UTIs, respiradores, oxigênio, medicamentos e equipamentos tiveram que escolher entre os pacientes quem priorizar.

Diante de todo esse cenário de caos e sofrimento, lutando diariamente contra a morte seria inevitável não sofrerem graves consequências psicoemocionais que certamente lhe causaria sequelas irreparáveis.

2 - METODOLOGIA

O estudo foi executado com base em uma pesquisa bibliográfica sobre o assunto. Ao longo do trabalho foi desenvolvida uma pesquisa descritiva, com consulta em artigos científicos, sites de informações, análise de conteúdo e entrevista de campo com um profissional da saúde, com abordagem qualitativa e quantitativa a fim de interpretar e relacionar as informações ao longo do estudo.

Para Gil (1999), o método científico é um conjunto de procedimentos intelectuais e técnicos utilizados para atingir o conhecimento. Para que seja considerado conhecimento científico, é necessária a identificação dos passos para a sua verificação, ou seja, determinar o método que possibilitou chegar ao conhecimento.⁶ (GEN. NEGÓCIOS E GESTÃO)

Todos os dados foram analisados com a finalidade de se obter um estudo objetivo, com levantamento de informações e investigação profunda sobre o tema abordado, explicando de forma clara a extrema importância da pesquisa.

A escolha da metodologia estruturou-se com base nos transtornos mentais que os profissionais da saúde sofreram durante o período crítico da pandemia de Covid 19, onde tiveram que lidar com enormes pressões psicológicas.

3 - CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto evidencia o impacto negativo que houve na saúde mental dos profissionais da saúde durante e pós-pandemia, trazendo informações relevantes quanto a vulnerabilidade mental desses profissionais que atuaram e atuam na linha de frente ao combate à Coronavírus, e a preocupação que tiveram devido à exposição ao risco de contaminação, a responsabilidade imposta na tomada de decisões, jornadas de trabalho extensas, falta de EPIs, combate a desinformações e fake News, a falta de insumos e medicamentos. Além da perda de companheiros de trabalhos, amigos e até familiares, que acabou por desencadear graves traumas, e conseqüentemente a curto e longo prazo o sofrimento psicológico desses profissionais.

Com base nas informações levantadas, percebe-se que é necessária a realização de projetos e a criação de políticas que visem à saúde mental no ambiente de trabalho, com o intuito de abrandar os efeitos negativos e proporcionar uma melhor qualidade de vida aos profissionais no pós-pandemia. Este é um momento em que as pessoas terão que se afinar à perda e à mudança emocional, social e econômica que foram submetidas.

Se pode verificar que fica cada vez mais evidente a necessidade de apoio psicológico nos serviços de saúde que atuam não somente em função de combater a Covid 19, mas sim em todas as áreas de atendimento assistencial que ela abrange, visto que vinculasse à compreensão de fatores de risco e proteção.

Os fatores de risco delimitam os impactos na saúde mental deixados pela pandemia e podem ser mais brandos se tratados com a seriedade que requerem.

REFERÊNCIAS

Agência Nacional de Saúde Suplementar, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/ans/pt-br/assuntos/noticias/beneficiario/janeiro-branco-sinal-de-alerta-para-a-saude-mental>, Acesso em 03/10/2022.

Agência Brasil, 2020 -, <https://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2020-07/home-office-foi-adotado-por-46-das-empresas-durante-pandemia>. Acesso em 03/12/2022.

AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. SciELO-Editora FIOCRUZ, 2007

Brasil, Ministério da Saúde (M S), **Coronavírus COVID 19**. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br> Acesso em 11/10/2022.

Biblioteca Virtual da Saúde – Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: <https://bvsm.sau.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o,a%20aus%C3%A2ncia%20de%20doen%C3%A7as%20mentais.> Acesso em 30/09/2022.

Coronavirus: Saiba o que é uma pandemia, 2020. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-03/coronavirus-saiba-o-que-e-uma-pandemia>. Acesso em 15/10/2022

Gen. Negócios e Gestão, 2017. Disponível em: <https://gennegociosegestao.com.br/entrevista-antonio-carlos-gil/#:~:text=Antonio%20Carlos%20Gil%3A%20Especificar%20os,a%20defini%C3%A7%C3%A3o%20de%20uma%20metodologia> Acesso em 24/10/2022.

HUANG, C; et al. **Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China**. Lancet 2020 <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2022/04/pandemia-da-covid-19-e-os-efeitos-causados-na-saude-mental-dos-trabalhadores-essenciais.pdf> Acesso em: 30/09/2022

JACINTO, Aline e TOLFO, Suzana da Rosa. **Fatores psicossociais de risco no trabalho e Transtorno Mental Comum: uma revisão sistemática de estudos que utilizaram os instrumentos JCQ, JSS e SRQ-20**. Rev. Psicol. IMED [online]. 2017

O que é uma Pandemia, 2021. Disponível em: <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-uma-pandemia#:~:text=Segundo%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20pandemia%20%C3%A9,sustentada%20de%20pessoa%20para%20pessoa.> Acesso em 25/10/2022.

Portal Cofen, 2022. http://mt.corens.portalcofen.gov.br/pesquisa-revela-impacto-das-dificuldades-do-trabalho-na-saude-mental-dos-profissionais-da-enfermagem_19580.html Acesso em 12/10/2022

REARDON, Sara. **Ebola's mental-health wounds linger in Africa**. Nature News, v. 519, n. 7541, p. 13, 2015

USHER K, BHULLAR N, JACKSON D. **Life in the pandemic: social isolation and mental health**. J Clin Nurs. 2020