



O EFEITO DA PANDEMIA DE COVID-19 (SARSCOV-2) NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE ATUANTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE EM LAGES- SC

THE EFFECT OF THE COVID-19 (SARSCOV-2) PANDEMIC ON THE MENTAL HEALTH OF HEALTH PROFESSIONALS WORKING IN PRIMARY HEALTH CARE IN LAGES- SC

Luiz Alberto Pissinin Biguelini¹,
Alex Eduardo Muller Pandolfo²,
Vitor Luís Nedel³,
Sandra Regina Martini Brun⁴,
Julio Cesar de Castro Ozorio⁵

Resumo: A pandemia de COVID-19 impactou de forma ampliada diversos setores da sociedade, entre eles, a própria condição do “eu”, as situações de trabalho e, de forma intensa, os profissionais de saúde que atuaram diante dessa. Diversos estudos relatam o impacto negativo na saúde mental dos profissionais de saúde durante a pandemia de COVID. Nosso estudo, tem como objetivo, estimar o nível desse nos profissionais de saúde atuantes na atenção primária do município de Lages – SC no período de 2021 à 2022. Trata-se de uma pesquisa exploratória, com análise qualitativa da atual situação emocional dos profissionais de saúde atuantes nos serviços de Atenção Primária do município de Lages - SC. Para avaliar os níveis de depressão e ansiedade dos entrevistados, as perguntas foram baseadas na modificação da Escala HAD de ZIGMOND & SNAITH (1983) pelo Programa de Geral de Saúde e Segurança do Trabalhador, da Universidade Estadual Paulista Julio Mesquita Filho (UNESP). O questionário foi enviado através de plataformas digitais, como WhatsApp e e-mail, com perguntas de cunho objetivo. Os aspectos explorados se dividiram em questões relacionadas à própria saúde mental e estratégias de resiliência diante das situações de estresse. Os resultados encontrados se apresentaram de forma variada, mostrando em alguns pontos, a COVID-19 ser fonte de perturbação na saúde mental dos profissionais, com necessidade de estratégias para fomento da resiliência dentro do ambiente de trabalho, e, em outros, um certo equilíbrio, sendo possivelmente relacionados ao controle da própria pandemia advinda da vacinação.

¹ Acadêmico do Curso de Medicina da Universidade do Planalto Catarinense, UNIPLAC.

² Acadêmico do Curso de Medicina da Universidade do Planalto Catarinense, UNIPLAC.

³ Acadêmico do Curso de Medicina da Universidade do Planalto Catarinense, UNIPLAC.

⁴ Professora do Curso de Medicina da Universidade do Planalto Catarinense, UNIPLAC.

⁵ Professor do Curso de Medicina da Universidade do Planalto Catarinense, UNIPLAC.

Revista Gepesvida

Palavras-chave: pandemia; saúde mental; profissionais da saúde, atenção primária

Abstract: The COVID-19 pandemic has had a major impact on several sectors of society, including the very condition of the “self”, work situations and, in an intense way, the health professionals who worked in the face of it. Several studies report the negative impact on the mental health of healthcare professionals during the COVID pandemic. Our study aims to estimate the level of this in health professionals working in primary care in the city of Lages – SC in the period from 2021 to 2022. This is an exploratory research, with qualitative analysis of the current emotional situation of healthcare professionals. health professionals working in Primary Care services in the city of Lages - SC. To assess the interviewees' levels of depression and anxiety, the questions will be based on the modification of the HAD Scale by ZIGMOND & SNAITH (1983) by the General Occupational Health and Safety Program of the Universidade Estadual Paulista Julio Mesquita Filho (UNESP). The questionnaire was sent via digital platforms, such as WhatsApp and email, with objective questions. The aspects explored were divided into issues related to mental health and resilience strategies in the face of stressful situations. The results found were presented in a varied way, showing, in some points, COVID-19 being a source of disturbance in the mental health of professionals, with a need for strategies to promote resilience within the work environment, and, in others, a certain balance, being possibly related to the control of the pandemic itself resulting from vaccination.

Keywords: pandemic: mental health; health professionals, primary care.

INTRODUÇÃO

Desde os relatos dos primeiros casos vistos em Wuhan, na china, a COVID-19, doença causada pelo novo coronavírus (Sars-Cov2), tem preocupado os serviços de saúde no mundo. Em março de 2020, foram confirmados casos em todos os continentes. Um pouco mais de um ano depois, junho de 2021, registram-se 18.386.894 casos confirmados e 512.735 óbitos (Brasil, 2021).

A desvalorização dos profissionais de saúde é algo aparente no Brasil, especialmente nos serviços de saúde pública (SOUZA, 2011 apud LÓSS, 2020). Com a pandemia causada pelo COVID-19, as situações de negligência de políticas públicas com baixo investimento no Sistema Único de Saúde (SUS) e a desvalorização do trabalho e dos trabalhadores ficam expostas e evidenciam um cenário de vulnerabilidade já existente (CUETO, 2020). Além disso, as pandemias exigem uma resposta adequada do sistema de saúde as altas demandas por ela geradas. Contudo, na maioria das vezes, a falta de preparo desse sistema promove profundas alterações na jornada de trabalho, com realização de horas extras e modificações no ritmo de trabalho (SCHWARTZ; KING; YEN, 2020).

Vale observar,

[...] no que tange à situação atual global, o aumento da demanda dos serviços da área da saúde, somado à perda de controle sobre os acontecimentos, acarreta sensação de vulnerabilidade, que se associa ao medo, gerando grandes consequências no funcionamento psíquico e cognitivo dos profissionais. Isso causa elevação do nível da carga emocional no ambiente de trabalho, gerando

Revista Gepesvida

desgaste físico e mental (LÓSS, 2020, s.p.).

A OMS afirma que saúde é um estado completo de bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência da doença ou enfermidade. Ademais, a saúde mental é fundamental para o desenvolvimento de pensamentos, emoções e o próprio ato de gozar da vida. Entretanto a saúde física e a saúde mental dos profissionais de saúde podem ser afetadas pela pandemia da COVID-19, fazendo do momento atual um ambiente propício para o surgimento de quadros de desequilíbrio emocional, como ansiedade, depressão, insônia, transtorno de estresse pós-traumático, exaustão emocional, entre outros (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Até o dia 28 de junho de 2021, segundo um boletim disponibilizado pelo Ministério da Saúde, o Brasil tinha cerca de 443.962 casos de Síndrome Gripal (SG) para COVID-19 diagnosticada em profissionais da saúde. As profissões de saúde com maiores índices de testes positivos para COVID-19 foram: técnicos/auxiliares de enfermagem (35.587), seguidos de enfermeiros (20.217) e médicos (12.745).

Em momentos difíceis, a maioria das pessoas tem a capacidade de lidar com os desafios impostos. Situações como a pandemia da COVID-19, que promovem uma exposição constante aos sentimentos de estresse e angústia, necessitam de estratégias para o aprimorar o enfrentamento das situações adversas impostas pelo cenário (OPAS, 2020).

Segundo JUNG e JUN (2020), os trâmites para o controle da contaminação, com processos repetitivos de medidas de proteção diárias, exigindo grande gasto de energia e tempo, acrescido do convívio diário de notícias e desfechos negativos, pode desencadear problemas relacionados à saúde mental de trabalhadores da linha de frente ao combate ao COVID-19.

A OPAS (2020) afirma que é necessária uma intervenção baseada no acolhimento do indivíduo e de suas emoções, de forma sensível, empática, por meios de uma escuta ativa e qualificada. Tais intervenções de em focar na esperança de bons pensamentos, enfrentamento eficaz e resolução de problemas a fim de respostas psicoemocionais positivas. Vale ressaltar que a promoção da Saúde Mental, assim como o acolhimento dos profissionais da saúde deve ser vista além do momento vivido na pandemia do coronavírus. É necessário o surgimento de ações que perpassem pelo rastreo da depressão, idealização suicida, ansiedade e estresse pós-traumático, e também a garantia de apoio emocional a esses profissionais a longa demanda, visto que os impactos

Revista Gepesvida

negativos podem durar por meses, anos ou até serem permanentes.

Como afirma Dantas (2020, s.p.):

A Rede de Atenção Psicossocial (Raps), criada em 2011, com intuito de ampliar e articular os pontos de Atenção à Saúde para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de drogas, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), pode ser potencial aliada no acolhimento aos profissionais de saúde que necessitem de suporte psicossocial durante e após a pandemia.

Para fortalecer a saúde mental e a resiliência psicológica dos profissionais de saúde, seja durante a pandemia da COVID-19, seja após, pode-se buscar formas de psicoeducação, manejo de estresse, construção de momentos de escuta desses profissionais e cuidados coletivos durante o período de trabalho. Além disso, em casos mais severos de desequilíbrio emocional, o uso da terapia cognitivo-comportamental está fortemente indicado (FIOCRUZ, 2020). O objetivo desse estudo foi Conhecer a situação da saúde mental dos profissionais da saúde que atuam na Atenção Primária à Saúde no período pandemia da COVID-19 na cidade de Lages – Santa Catarina, Brasil.

REVISÃO DE LITERATURA

Estudos mostram que o efeito de grandes epidemias e pandemias é bastante relacionado com desencadeadores e/ou agravantes de problemas relacionados à saúde mental da população em geral. Não obstante, nos profissionais de saúde, que se envolvem direta ou indiretamente no cuidado de pacientes afetados, as repercussões relacionadas à saúde emocional são amplificadas (DANTAS, 2020). A pandemia de COVID-19 trouxe resultados semelhantes, apresentando prejuízo ao bem-estar físico e mental dos profissionais de saúde atuantes no combate ao novo vírus, especialmente os que trabalham diretamente com os pacientes infectados (LÓSS, 2020).

Em Brasília, foram avaliados os médicos residentes durante abril até junho, e demonstrou que, por conta da ansiedade relatada por estes, 25% cogitaram trocar de especialidade. Além dos sintomas de ansiedade, foi relatado também: incapacidade de relaxar, medo de morte e nervosismo, constatado em cerca de 41,7% atuantes. Também, 83,3% afirmaram que o sono foi prejudicado de alguma forma, sendo que 75% apresentavam sonolência ao transcorrer do dia (BRASIL, 2020).

Revista Gepesvida

Textos que abordaram a saúde mental de trabalhadores de saúde na china mostraram que os profissionais de saúde diretamente ligados aos pacientes infectados e envolvidos em qualquer etapa do manejo desses pacientes, tiveram maiores índices de sofrimento psíquico, como medo, depressão, ansiedade, angústia e outros sentimentos relacionados ao contato com o vírus (PRADO, 2020). Além disso, em outras epidemias por Sars, foi relatado o aumento do consumo de tabaco, álcool e o aumento do estresse pós-traumático entre profissionais japoneses (SHIGEMURA, 2020). De mesma forma, em um estudo realizado por Kang L. *et al* (2020), os índices de depressão e ansiedade foram proporcionais ao grau de exposição dos profissionais de saúde às pessoas infectadas pela COVID-19.

Lai *et al* (2020) mostram que os profissionais de saúde que trabalham com os pacientes de COVID-19 estão sujeitos ao trabalho exaustivo, além da falta de materiais de proteção individual (EPI) e maior risco de contaminação pelo vírus. Entre as preocupações dos profissionais de saúde, destaca-se, além da própria contaminação, o medo de transmitir o vírus para entes queridos e pessoas próximas. O temor do adoecimento, da morte e da repulsão das pessoas próximas após um diagnóstico positivo da doença, torna o trabalho e a rotina do profissional de saúde altamente estressante.

Algumas análises mostram que, após a instauração da COVID-19, se prevê um aumento em relação a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde brasileiros, podendo ocasionar um real problema de saúde pública nos serviços de saúde (ORTIZ *et al*, 2020). As novas demandas do meio laboral, com grandes cargas de trabalho e a maior responsabilidade imposta sobre os profissionais atuantes na linha de frente do COVID-19 servem como fator de risco ao dano à saúde desses profissionais (RAMOS, 2020). Saidel (2020) mostra que a pandemia de COVID-19 serviu para expor as fragilidades inerentes a saúde mental dos profissionais de saúde. A exposição e a tensão colocada sobre tais para equilibrar as demandas profissionais e familiares, a exaustão diante das demandas laborais e o papel que possuem nos cuidados de saúde dos pacientes infectados pelo vírus, colocam, muitas vezes, esses profissionais em um estado de culpa e cobrança permanentes perante as obrigações diárias. Por fim, esse estado de sofrimento emocional pode levar a uma menor qualidade de vida e, conseqüentemente, no atendimento e prestação de serviços desses profissionais aos pacientes assistidos (TEIXEIRA, 2019).

Em relação ao manejo da saúde emocional dos profissionais de saúde, Souza e

Revista Gepesvida

Araújo (2015 apud DANTAS, 2020) mostram que a resiliência psicológica, que condiz com a superação de momentos complexos e de risco, e a adaptação para com determinadas situações estressantes se torna um conceito necessário no âmbito dos serviços de saúde que trabalham com a COVID-19, pois está relacionada com a noção dos fatores de risco e proteção. Os fatores de risco dificultam a superação diante das carências impostas, mas esses são reduzidos com os fatores de proteção. Os profissionais com condições mais favoráveis para a execução de trabalho, ou seja, com maiores fatores de proteção – como o acréscimo de habilidades para lidar com os desafios impostos pela COVID-19, terão menores impactos negativos na saúde mental.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo de caso de cunho qualitativo, de caráter exploratório, que visa avaliar a situação emocional dos profissionais de saúde atuantes nos serviços de Atenção Primária durante a pandemia de COVID-19 no município de Lages – SC . Para Yin (2005), o uso do estudo de caso é adequado quando se pretende investigar um fenômeno contemporâneo dentro de seu contexto da vida real. Segundo Gil (2009) dentre os propósitos dos estudos de caso estão: 1) explorar situações da vida real cujos limites não estão claramente definidos; 2) preservar o caráter unitário do objeto estudado; 3) descrever a situação do contexto em que está sendo feita uma determinada investigação. Para esse autor, o conceito de caso ampliou-se, a ponto de poder ser entendido como uma família ou qualquer outro grupo social, um pequeno grupo, uma comunidade ou mesmo toda uma cultura.

O delineamento da pesquisa foi realizado por meio da aplicação de um questionário online baseado em adaptações da Escala HAD de ZIGMOND & SNAITH (1983) pelo Programa de Geral de Saúde e Segurança do Trabalhador, da Universidade Estadual Paulista Julio Mesquita Filho (UNESP) para avaliar os níveis de depressão e ansiedade dos entrevistados.

O questionário foi formalizado na plataforma do Google Forms e enviado através de plataformas digitais, como WhatsApp e e-mail, com perguntas de cunho objetivo. Os dados coletados foram organizados em uma planilha idealizada para essa finalidade dentro da própria plataforma Google, expressando seus resultados estatísticos.

Revista Gepesvida

Foram fatores de exclusão os dados obtidos a partir profissionais atuantes na Atenção Primária que não se enquadraram como profissionais de saúde (ex. Segurança), profissionais não atuantes nos serviços de atenção básica do município de Lages – SC e profissionais da atenção primária em usufruto de licenças laborais ou em afastamento do cargo, foram, também, fatores de exclusão, profissionais que se recusem a responder o questionário ou que o tenham respondido apenas parcialmente.

A coleta de dados foi iniciada no ano de 2021, o após aprovação do CEP, e as respostas foram recebidas até outubro de 2022.

Os dados obtidos foram catalogados em planilha e posteriormente avaliados através do programa *Microsoft Excel* conforme os objetivos do estudo, tornando-se objetos de pesquisa para posteriores análises e produções acadêmicas que contribuam para o desenvolvimento do conhecimento acerca das temáticas propostas neste projeto. Diante dos resultados, foram elaboradas as seguintes categorias para o tratamento dos dados: impacto na saúde mental e estratégias de enfrentamento e resiliência diante de momentos de crise, associando ao contexto da COVID-19.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

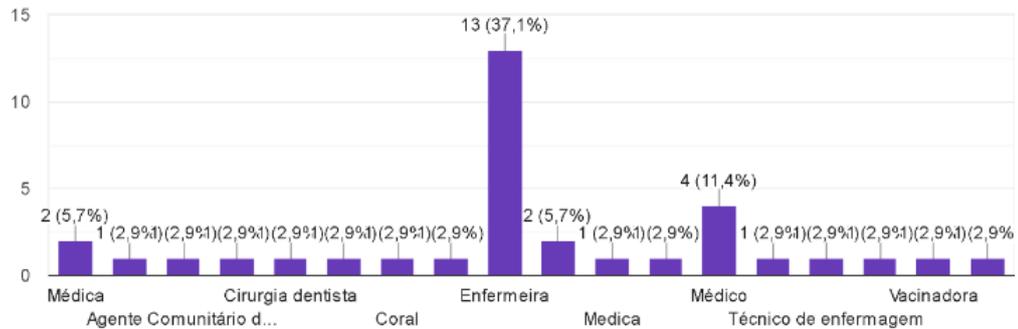
PERFIL DOS PARTICIPANTES DA PESQUISA

Com o objetivo de alcançar os profissionais de saúde atuantes na atenção primária do município de Lages – SC, houve a distribuição do questionário por meio de plataformas de conversa digital. Para a resposta do questionário, foi solicitado aos participantes apenas que identificassem sua função dentro da Atenção Primária, sem necessidade de demais dados pessoais. A organização dos participantes, de acordo com a função exercida dentro da atenção primária e suas respectivas participações, é mostrada como segue o gráfico abaixo.

Revista Gepesvida

Profissão exercida na APS

35 respostas



Nota-se o maior contingente de respostas vindo de enfermeiros, seguido, respectivamente de médicos, técnicos de enfermagem, agentes comunitários de saúde, dentistas e vacinadores. O tópico “Coral” se trata de um erro de entendimento do questionário, sendo desconsiderado na análise.

Após a realização dessa etapa foi possível realizar as inferências e interpretações dos dados, relacionando esses achados com os objetivos da pesquisa. Os dados do estudo e a discussão foram analisados a partir de literatura existente para embasar e relativizar a realidade analisada com contextos variados.

IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL

Referente à primeira questão do questionário, ao serem questionados sobre se sentirem tensos ou contraídos no ambiente de trabalho, os profissionais da saúde afirmaram, em sua maioria, que “em boa parte do tempo e na maioria do tempo” se sentiram tensos e contraídos tendo em vista o contexto da pandemia de COVID-19 e inserção profissional. Nesse sentido podemos considerar a necessidade de medidas que minimizem riscos e contribuam para um ambiente de trabalho mais saudável. Há indícios claros de que é preciso promover a saúde e o bem-estar desses profissionais para que se possa então, garantir assistência qualificada aos usuários.

O contexto da pandemia desafiou a prática desses profissionais e potencializou fatores já existentes, indicando adoecimento, seja ele físico ou mental. Dessa forma, convém destacar a temática ambientes de trabalho saudáveis ainda é pouco abordada na

Revista Gepesvida

literatura. Estudos propostos pela OMS mostram uma fragmentação entre ambiente físico e ambiente psicossocial de trabalho (FERREIRA *et al.*, 2017; PEREIRA *et al.*, 2020; RIBEIRO *et al.*, 2018). Sendo assim, este estudo pode contribuir para a produção de conhecimento sobre as estratégias organizacionais e políticas públicas brasileiras voltadas para a saúde, segurança e bem-estar dos trabalhadores.

Questionados se “Sentem uma espécie de medo, como se alguma coisa ruim fosse acontecer”, os profissionais mostram um equilíbrio nas respostas, entre aqueles que sentem algum medo e aqueles que “não sentem ou que sentem pouco e não se preocupam com isso”.

O equilíbrio dessas respostas pode mostrar que as relações interpessoais no ambiente de trabalho são determinadas por diversos fatores, como as vivências pessoais, a comunicação e a cultura organizacional. Esses profissionais podem estar inseridos num grupo onde as trocas e as parcerias apoiam os desafios que ali assumem. Isso porque relações hierarquizadas e comunicação deficiente podem afetar as relações interpessoais e tornar o ambiente de trabalho desfavorável (TRAJANO *et al.*, 2017).

Interrogados se estão com a cabeça cheia de preocupações, também há um certo equilíbrio entre “A maior parte do tempo e De vez em quando”

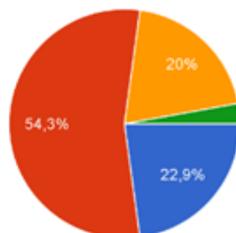
De acordo com Rocha *et al.* (2021), o trabalho em equipe ocorre por meio de trocas de saberes e habilidades individuais e coletivas, com o objetivo comum de buscar os melhores resultados para os usuários e instituição. Entretanto, essa é uma competência que não se aprende na teoria, mas se desenvolve na prática, por meio das relações. 37% dos entrevistados estão preocupados na maior parte do tempo e outros 37 só estão com a cabeça cheia de vez em quando. A situação se agrava ao considerarmos os 17,1% que se preocupam boa parte do tempo, desta forma a grande maioria se apresenta cheia de preocupações, indicando que a dinâmica do trabalho pode ficar comprometida e trazer adoecimento para os profissionais. Há, de mesmo modo, um equilíbrio entre aqueles que se sentem lentos e aqueles que nem sempre, quando questionados sobre se sentirem lentos no ambiente laboral. Com o adoecimento de profissionais, a sobrecarga de trabalho se agrava diante da equipe remanescente. Aliás, o apoio social dentro do ambiente de trabalho é relacionado com a percepção de estresse no contexto laboral. Aqueles que recebem menos auxílio, ou seja, em ambientes de menor trabalho conjunto, há maior propensão ao estresse (SANTANA *et al.*, 2021).

Revista Gepesvida

As questões que se seguem parecem se associar de forma mais próxima à saúde mental.

Eu tenho uma sensação ruim de medo, como um frio na barriga ou um aperto no estômago:

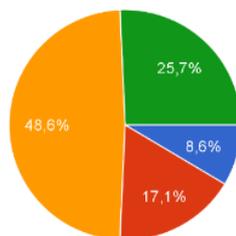
35 respostas



- Nunca.
- De vez em quando.
- Muitas vezes.
- Quase sempre.

Eu perdi o interesse em cuidar da minha aparência:

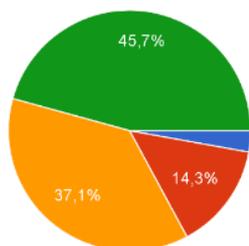
35 respostas



- Completamente.
- Não estou mais me cuidando como deveria.
- Talvez não tanto quanto antes.
- Me cuido do mesmo jeito que antes.

De repente, tenho a sensação de entrar em pânico:

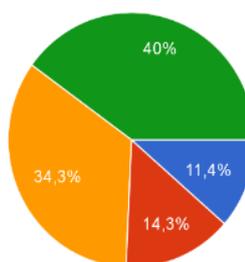
35 respostas



- A quase todo o momento.
- Várias vezes.
- De vez em quando.
- Não senti isso.

Eu me sinto inquieta (o), como se eu não pudesse ficar parada (o) em lugar nenhum:

35 respostas



- Sim, demais.
- Bastante.
- Um pouco.
- Não me sinto assim.

Revista Gepesvida

Várias pesquisas também tratam das relações entre o estresse ocupacional, o sofrimento psíquico e a saúde mental dos profissionais da saúde. E, inúmeras são as possibilidades de cuidado em Saúde Mental desses profissionais tendo em vista o cenário vivido na pandemia por Covid-19. A resiliência psicológica é uma tendência que se manifesta na superação de situações de risco. Esse processo permite que a pessoa se adapte, apesar da presença de estressores. Resiliência envolve mecanismos emocionais, cognitivos e socioculturais que são construídos no decorrer da existência humana, por meio de desafios graduais que reforçam atributos pessoais, estratégias de enfrentamento e habilidades (SOUZA; ARAUJO,2015).

Em situações, como a pandemia por Covid-19, que incluem estresse e angústia, é possível identificar as estratégias para gestão do estresse entre os profissionais aos quais nos referimos (IASC,2020). Para favorecer a Saúde Mental e a resiliência psicológica dos profissionais de saúde, durante e após o período pandêmico, estão as capacitações sobre psicoeducação, manejo do estresse, construção de momentos de escuta e cuidados coletivos durante os plantões. Uma das técnicas utilizadas em crise como a vivenciada é a chamada “Primeiros Cuidados Psicológicos”, que deve preferencialmente ser aplicada em curtos períodos (NOAL; PASSOS; FREITAS, 2020).

ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

Quando questionados sobre o “gosto de realizar as mesmas coisas que antes”, se referindo ao momento pré-pandemia, 68,6% referiram “nem tanto”. Do mesmo modo, 37,1% dos participantes, quando perguntados sobre o divertimento com situações engraçadas, referiram uma menor resposta positiva ao estímulo. Ainda, 37,1% dos entrevistados responderam “poucas vezes” para a pergunta “consigo ficar sentado à vontade e me sentir relaxado”. Tais situações, criam conteúdo para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e resiliência no cenário exposto.

Segundo Barros (2021), duas estratégias que podem ser elencadas nesse quesito são o “copping” e a “sala de bem estar”. O “copping” se relaciona com estratégias desenvolvidas pelo próprio indivíduo, objetivando criar recursos cognitivos, emocionais e psicológicos para o enfrentamento de estressores. Existem dois tipos de estratégias de “copping”, aquela focalizada na emoção, que visa controlar o estado emocional

Revista Gepesvida

relacionado ao evento estressor por meio de práticas direcionadas, como assistir uma comédia ou praticar atividades físicas; e, aquela focalizada no problema, em que a estratégia de enfrentamento se baseia na resolução do problema causador do estado de stress. , por sua vez, refere a um local que estimule o autocuidado e práticas de relaxamento físico e mental, de forma a buscar a redução do estresse entre os trabalhadores (ANTONIAZZI, 1998). A sala de bem-estar se refere ao próprio ambiente de trabalho criando situações que estimulem o autocuidado, apoio entre os membros da equipe e seja um ambiente que proporcione técnicas e ensinamentos para alívio e controle do estresse laboral (BARROS, 2021). Entre outras formas de enfrentamento, técnicas baseadas em meditação, Mindfulness, promoção de autocuidado, atividades físicas, alimentação saudável, psicoterapia, videochamadas com amigos e familiares, e técnicas de respiração também apresentam resultados interessantes para a melhora do estresse, ansiedade e depressão (COSTA, 2023). O apoio da equipe de trabalho pode ser utilizado pelos profissionais para atenuar os fatores estressores relacionados ao contexto laboral. Aqueles que recebem menos auxílio, ou seja, em ambientes de menor trabalho conjunto, há maior propensão ao estresse (SANTANA *et al.*, 2021).

Por fim, quando perguntados sobre a sensação de alegria, 57,1 % dos entrevistados afirmaram essa sensação “muitas vezes”. Nota-se, aqui, um padrão estatístico positivo no âmbito da saúde emocional dos entrevistados. De mesmo modo, quando questionados com a pergunta “fico animado esperando coisas boas que estão por vir”, 40% dos entrevistados anotaram a opção “do mesmo jeito que antes”, enquanto 34,3% dos entrevistados responderam “bem menos que antes”. Ao serem indagados sobre “Consigo sentir prazer quando assisto a um bom programa de televisão, de rádio ou quando leio alguma coisa”, 54,3 % dos participantes responderam “quase sempre”. Deve-se destacar que a maioria das respostas foi obtida após o advento da vacinação de COVID-19, fato que pode contribuir para tal efeito ou dificultar a visualização real no período crítico da pandemia. Um estudo com profissionais de saúde de um hospital de Maryland mostrou redução nos níveis de ansiedade dos profissionais de saúde no cuidado dos pacientes, bem como melhora dos níveis de humor desses trabalhadores (HADDADEN, 2021).

Revista Gepesvida

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia de COVID-19 causou e, ainda causa, diversos efeitos na população. Dentre esses efeitos, o impacto na saúde mental foi algo de grande monta. Os profissionais de saúde que atuaram na linha de combate ao COVID-19 foram extremamente expostos ao medo, insegurança, além de jornadas extensas de trabalho. Nossa análise demonstrou, que nos profissionais de saúde da Atenção Primária de Lages, a pandemia causou impacto semelhante ao encontrado em outros estudos, em diversas populações. Cabe destacar, entretanto, que houve certa variedade nas respostas obtidas, com resultados divergentes a depender da pergunta realizada. Vale ressaltar ainda que a compreensão e resposta de cada profissional entrevistado pode ter sido influenciado pelo contexto em que houve a aplicação do questionário, sendo que a maioria das respostas foi obtida após a vacinação para COVID-19, com melhora relativa dos índices epidemiológicos. Além disso, o montante de profissionais entrevistados ficou reduzido pela baixa quantidade de respostas obtidas, dificultando uma análise mais abrangente. O preparo mental e estratégias de resiliência frente a momentos de dificuldade promovem alívio e melhora dos níveis de estresse e condições de saúde emocional dos profissionais de saúde, devendo ser incentivados e aplicados dentro das relações de trabalho. Por fim, a pandemia foi e ainda é motivo de questionamentos e interesse de muitas pesquisas. Tendo ela como exemplo, o homem pode criar maneiras de resolução de momentos de crise e, com isso, buscar soluções para as dificuldades que estes trazem consigo.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Boletim epidemiológico especial doença pelo coronavírus Covid-19**. Brasília: Ministério da Saúde; 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/julho/02/69_boletim_epidemiologico_covid_2junho.pdf . Acesso em: 01 de julho de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Boletim epidemiológico especial doença pelo coronavírus Covid-19**. Brasília: Ministério da Saúde; 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/covid-19/2023/boletim-epidemiologico-no-151-boletim-coe-coronavirus/view> . Acesso em: 19 de julho de 2023.

Revista Gepesvida

BRASIL. Ministério da Saúde. **Pesquisa analisa impacto psicológico da covid em profissionais da saúde**. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 Disponível em: <https://www.gov.br/mec/ptbr/assuntos/noticias/pesquisa-analisa-impacto-psicologico-do-enfrentamento-a-covid-19-em-profissionais-da-saude> . Acesso em: 03 de março de 2021.

BRITO-MARQUES, Janaína Mariana de Araújo Miranda *et al.* Impacto da pandemia COVID-19 na qualidade do sono dos médicos no Brasil. **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**, v. 79, n. 2, pp. 149-155, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/anp/a/xCzQ55LfSWkPxW64Mgvcgbs/?lang=en#>. Acesso em: 15 de julho de 2021.

CUETO, M. O COVID-19 e as epidemias da globalização. **História, Ciências e Saúde- Manguinhos**, Capa, 29 de março 2020. Disponível em: <http://www.revistahcsm.coc.fiocruz.br/o-covid-19-e-as-epidemias-da-globalizacao/> . Acesso em: 05 de março de 2021.

DANTAS, E. S. O. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, n. 1, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/Interface.200203>. Acesso em: 10 de março de 2021.

DE SOUZA RAMOS, R. A Enfermagem Oncológica no Enfrentamento da Pandemia de Covid-19: Reflexões e Recomendações para a Prática de Cuidado em Oncologia. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 66, n. TemaAtual, p. e-1007, 30 abr. 2020. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/revista/index.php/revista/article/view/1007/618>. Acesso em: 04 de julho de 2021.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia Covid-19: orientação aos trabalhadores dos serviços de saúde**. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2020. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/41828> . Acesso em: 17 de maio de 2021.

JUNG, S. J.; JUN, J. Y. Mental Health and Psychological Intervention Amid COVID-19 Outbreak: Perspectives from South Korea. **Yonsei Medical Journal**, v. 61, n. 4, p. 271 – 272, abril 2020. Disponível em: <https://eymj.org/DOIx.php?id=10.3349/ymj.2020.61.4.271> Acesso em: 21 de abril de 2021.

KANG, L. *et al.* The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. **The Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 3, março 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: 23 de abril de 2021.

LAI, M. J. *et al.* Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. **JAMA Netw Open**, v. 3, n. 3, 2020. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2763229> Acesso em: 10 de maio de 2021.

Revista Gepesvida

LÓSS, J. da C. S. *et al.* A saúde mental dos profissionais de saúde na linha de frente contra a covid-19. **REVISTA TRANSFORMAR**, v. 14, Edição Especial “Covid-19, MAIO 2020. Disponível em:

<http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/375>. Acesso em: 13 de abril de 2021.

OLIVEIRA, M.L.M.C *et al.*, Lêvitude Emocional e as Estratégias da Teoria Cognitivo Comportamental Para o Enfrentamento do COVID-19. **Rev. Enfermagem e Saúde Coletiva**, Faculdade São Paulo – FSP, 2020. Disponível em:

<https://www.revesc.org/index.php/revesc/article/view/53/62> Acesso em: 27 de abril de 2021.

OPAS, O. P. de S. **Folha informativa** – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus). 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19>. Acesso em: 10 de março de 2021.

PRADO, A. D.; Peixoto, B. C.; da Silva, A. M. B.; Scalia, L. A. M. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa.

Revista Eletrônica Acervo Saúde, n. 46, p. e4128, 26 jun. 2020. Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/4128>. Acesso em: 29 de junho de 2021.

RAMÍREZ-ORTIZ, J. *et al.* Mental health consequences of the COVID-19 pandemic associated with social isolation. **Colomb. J. Anesthesiol**, v. 48, n. 4, setembro 2020.

Disponível em: <https://www.revcolanest.com.co/index.php/rca/article/view/930>. Acesso em: 2 de julho de 2021.

SAIDEL, Maria Giovana Borges *et al.* Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 28, p.

e49923, maio 2020. ISSN 0104-3552. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/49923>. Acesso em: 13 jul. 2021

SCHWARTZ, J.; KING, C.; YEN, M. Protecting Healthcare Workers During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak: Lessons From Taiwan's Severe Acute Respiratory Syndrome Response. **Clin Infect Dis**, v. 71, n. 15, p. 858 – 860, julho 2020.

Disponível em: <https://academic.oup.com/cid/article/71/15/858/5804239>. Acesso em: 17 de março de 2021.

SHIGEMURA, J. *et al.* Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. **Psychiatry Clinical Neurosciences**, v. 74, n. 4, p. 281 – 282, Abril 2020. Disponível em:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/pcn.12988>. Acesso em: 2 de julho de 2021.

TEIXEIRA, Fabíola Dalprat; PREBIANCHI, Helena Bazanelli. Comprometimento, estresse e satisfação com a vida de profissionais da saúde. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Brasília, v. 19, n. 2, p. 598-606, jun. 2019. Disponível em

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572019000200004&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 9 de jul. 2021

Revista Gepesvida

VENTURA, D.F.L., *et al.* Desafios da pandemia de COVID-19: por uma agenda brasileira de pesquisa em saúde global e sustentabilidade. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, n. 4, e00040620, mar. 2020. Disponível em:

<http://www.cadernos.ensp.fiocruz.br/csp/artigo/1023/desafios-da-pandemia-de-covid-19-por-uma-agenda-brasileira-de-pesquisa-em-saude-global-e-sustentabilidade>. Acesso em 13 jun. 2021.

ZHANG, C., Yang, L., Liu, S., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Zhang, B. Survey of insomnia and related social psychological factors among medical staff involved in the 2019 novel coronavirus disease outbreak. **Frontiers in Psychiatry**, 11(306), 1-9. Disponível em:

<https://dx.doi.org/10.3389/fpsy.2020.00306>. Acesso em: 15 de julho de 2021.

SANTOS, Katarina Márcia Rodrigues dos *et al.* Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Escola Anna Nery [online]**. 2021, v. 25, n. spe [acessado 9 agosto 2021]. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0370>

DE AGUIAR, Fábio. Escala Had - avaliação do nível de ansiedade e depressão.

Programa de Geral de Saúde e Segurança do Trabalhador: Universidade Estadual Paulista Julio Mesquita Filho (UNESP). Disponível em:

https://www.fmb.unesp.br/Home/ensino/Departamentos/Neurologia%2CPsicologiaePsiquiatria/ViverBem/had_com_escore.pdf. Acesso em: 9 ago. 2021.

LEONEL, Filipe. **Pesquisa analisa o impacto da pandemia entre profissionais de saúde**. **Portal Fiocruz**, 22 mar. 2021. Disponível em:

<<https://portal.fiocruz.br/noticia/pesquisa-analisa-o-impacto-da-pandemia-entre-profissionais-de-saude>>. Acesso em: 19 jul. 2023

BARROS, K. C. C. *et al.* Estresse ocupacional em ambiente hospitalar no cenário da COVID-19: revisão das estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de enfermagem. **Enfermagem Brasil**, v. 20, n. 3, p. 413–428, 12 ago. 2021. Disponível em:

<https://convergenceseditorial.com.br/index.php/enfermagembrasil/article/view/4233/7307> Acesso em: 19 set. 2023.

ANTONIAZZI, A. S.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 3, n. 2, p. 273–294, dez. 1998.

Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/XkCyNCL7HjHTHgtWMS8ndhL/#>.

Disponível em: 19 set. 2023.

RIBEIRO DA COSTA, G.; TELES DE OLIVEIRA GOUVEIA, M. Estratégias de enfrentamento para redução de estresse dos profissionais de enfermagem em tempos da covid-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme, [S. l.]**, v. 97, n. 1, p. e023026, 2023.

DOI: 10.31011/reaid-2023-v.97-n.1-art.1681. Disponível em:

<https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/1681> Acesso em: 19 set. 2023.

HADDADEN, M. *et al.* Health care workers attitudes toward COVID-19 vaccination and the effect on personal and professional life. **Journal of Community Hospital Internal Medicine Perspectives**, v. 11, n. 5, p. 585–589, 3 set. 2021. Disponível em:

Revista Gepesvida

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8462893/> Acesso em 19 set. 2023.

TRAJANO, M. D. F. C. *et al.* Relações interpessoais no centro cirúrgico sob a ótica da enfermagem: estudo exploratório. **Online Brazilian Journal of Nursing**, v. 16, n. 2, p. 159, 9 out. 2017. Disponível em:

<https://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/5530/html>. Acesso em: 19 set 2023.

ROCHA, B. S. *et al.* O uso da metodologia da aprendizagem baseada em equipes no desenvolvimento de competências em enfermagem / The use of team-based learning methodology in the development of nursing skills. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 4, p. 36093–36108, 8 abr. 2021. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/27876/22101>.

Acesso em: 19 set. 2023.

INTER AGENCY STANDING COMMITTEE. Organização Pan-Americana de Saúde. **Guia preliminar: como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19**. Versão 1.5. GAGLIATO M, tradutor. Washington: IASC, OPAS; 2020. Disponível em:

<https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2020-03/IASC%20Interim%20Briefing%20Note%20on%20COVID19%20Outbreak%20Readiness%20and%20Response%20Operations%20-%20MHPSS%20-%28Portuguese%29.pdf> Acesso em: 19 set 2023.

NOAL, D. S.; PASSOS, M. F. D.; FREITAS, C. M. (org.). **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19**. Brasília: **Fundação Oswaldo Cruz**, 2020. 342 p. Disponível em:

<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/44264>. Acesso em 19 set 2023.

SOUSA, V.F.S.; ARAÚJO, T. C. C. F. Estresse Ocupacional e Resiliência Entre Profissionais de Saúde. **Psicol Ciênc Prof**.v. 35, n. 3, p. 900-15, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Rhkt76ZKTnCNjVFSLGQ7Whw/?lang=pt#>. Acesso em 19 set 2023.

SANTANA, L. C.; FERREIRA, L. A.; SANTANA, L. P. M. Occupational stress in nursing professionals of a university hospital. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 2, p. e20180997, 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/LCY7SMYHSJ6k8FWrG6GGVGn/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 19 set 2023.

Data de recebimento: 30-01-23

Data de aprovação: 17-11-23