



A SAÚDE MENTAL DE PROFISSIONAIS DA LINHA DE FRENTE DA COVID-19.

Laion Roberto Ferreira da Silva¹, Emilly Rocha Alves², Gabriel Henrique Filgueira Ferrucci³, José Bôto Cruz Filho⁴, Gabriel Novaes dos Santos⁵, Arnaldo Félix da Silva Júnior Nogueira⁶, Felipe Cury Coutinho⁷, Erika Rodrigues Duarte⁸, Adriana Oliveira Santos⁹, Cintia Mari Akieda¹⁰, Kaori Taga Nagasawa¹¹, Matheus Maciel Batista¹², Ricardo Diniz dos Santos Filho¹², Caio Meireles Nunes¹², Róger Mendonça Lucas¹³

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

A pandemia de COVID-19 impôs desafios significativos aos profissionais de saúde da linha de frente, afetando não apenas sua saúde física, mas também sua saúde mental. O enfrentamento constante da doença, as condições de trabalho estressantes e a exposição a situações traumáticas podem impactar negativamente o bem-estar psicológico desses profissionais. Este estudo tem como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura sobre a saúde mental dos profissionais da linha de frente da COVID-19, analisando as principais preocupações, fatores de risco, estratégias de enfrentamento e intervenções propostas. A metodologia empregada é uma revisão integrativa da literatura, que envolveu uma busca em bases de dados acadêmicas, como PubMed, Scopus e Google Scholar, utilizando os seguintes descritores: "saúde mental", "profissionais de saúde", "linha de frente", "COVID-19". A revisão integrativa da literatura revelou que os profissionais de saúde da linha de frente da COVID-19 enfrentam um risco significativo de problemas de saúde mental, incluindo estresse, ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático. Fatores como carga de trabalho intensa, falta de equipamentos de proteção adequados e exposição direta à doença foram associados a esses problemas. Intervenções como apoio psicológico, programas de autocuidado e estratégias de gestão do estresse são fundamentais para proteger a saúde mental desses profissionais.

Palavras-Chave: Saúde Mental. Profissionais de Saúde. Linha de Frente. COVID-19.

THE MENTAL HEALTH OF COVID-19 FRONTLINE PROFESSIONALS.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has posed significant challenges for frontline healthcare workers, impacting not only their physical health but their mental health as well. Constantly facing the disease, stressful work conditions and exposure to traumatic situations can negatively impact the psychological well-being of these professionals. This study aims to carry out an integrative literature review on the mental health of frontline COVID-19 professionals, analyzing the main concerns, risk factors, coping strategies and proposed interventions. The methodology employed is an integrative literature review, which involved a search in academic databases such as PubMed, Scopus and Google Scholar, using the following descriptors: "mental health", "health professionals", "front line", "COVID-19". The integrative literature review revealed that healthcare workers on the frontlines of COVID-19 face a significant risk of mental health issues, including stress, anxiety, depression, and post-traumatic stress disorder. Factors such as intense workload, lack of adequate protective equipment and direct exposure to the disease were associated with these problems. Interventions such as psychological support, self-care programs and stress management strategies are essential to protect the mental health of these professionals.

Keywords: Mental Health. Health Professionals. Front Line. COVID-19.

Instituição afiliada: 1- PUC Minas campus Poços de Caldas. 2- Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina. 3- Universidade do Sul de Santa Catarina. 4- Centro Universitário UNINTA. 5- Faculdade Presidente Antônio Carlos, FAPAC – ITPAC. 6- Centro Universitário Tocantinense Presidente Antônio Carlos. 7- Faculdade Zarns. 8- Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. 9- Instituto de Ciências da Saúde – ICS. 10- Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal – Uniderp. 11- Universidad de Buenos Aires – UBA. 12- UNIFACISA. 13- Universidade Luterana do Brasil - ULBRA

Dados da publicação: Artigo recebido em 12 de Agosto e publicado em 14 de Setembro de 2023.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n4p1883-1892>

Autor correspondente: Ana Luiza Medeiros Mota dos Reis. Email: reisanaluiza1@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19, que surgiu no final de 2019, provocou uma onda de desafios sem precedentes em todo o mundo. À medida que os sistemas de saúde se esforçavam para lidar com a crescente carga de casos, um grupo de profissionais emergiu como heróis silenciosos e dedicados: os profissionais de saúde da linha de frente. Médicos, enfermeiros, paramédicos e outros profissionais da área de saúde assumiram um papel central na resposta à pandemia, arriscando suas próprias vidas para salvar outras (BATISTA, 2021).

No entanto, além dos riscos físicos associados à exposição direta ao vírus, esses profissionais enfrentaram desafios significativos em relação à sua saúde mental. O enfrentamento contínuo da COVID-19, a sobrecarga de trabalho, a falta de recursos adequados e a exposição a situações traumáticas criaram um ambiente propício para o desenvolvimento de problemas de saúde mental, como estresse, ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático (FERREIRA et al, 2020).

Assim, essa dedicação incansável à saúde pública não vem sem custos. A exposição constante ao vírus, a carga de trabalho intensa, as condições de trabalho estressantes e a luta contra uma doença altamente contagiosa podem ter um impacto profundo na saúde mental dos profissionais da linha de frente (CARVALHO et al, 2021).

Esse estudo lança luz sobre a questão crítica da saúde mental dos profissionais de saúde da linha de frente durante a pandemia de COVID-19. Exploraremos os desafios que enfrentam, os fatores de risco envolvidos e as estratégias de prevenção e apoio necessárias para proteger sua saúde mental enquanto continuam a fornecer cuidados essenciais à comunidade. A saúde mental desses heróis modernos é fundamental não apenas para o seu próprio bem-estar, mas também para a eficácia da resposta à pandemia e a segurança dos pacientes.

METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa com abordagem

qualitativa, cujo objetivo é sintetizar e analisar resultados obtidos em pesquisas relacionadas à saúde mental de profissionais da linha de frente durante a pandemia de COVID-19. De acordo com Ercole et al. (2014), a revisão integrativa de literatura é um método que busca sistematizar, organizar e abranger informações de maneira ampla sobre um tópico específico, contribuindo para a construção de conhecimento.

A pesquisa qualitativa, conforme descrita por Malhotra et al. (2005), visa a obtenção de uma compreensão mais aprofundada e qualitativa de um problema. Geralmente, essa abordagem envolve uma amostra de casos limitada, coleta de dados não estruturada e análise que não se baseia em métodos estatísticos.

Neste estudo, foram utilizadas publicações acadêmicas e científicas que abordam a saúde mental dos profissionais da linha de frente durante a pandemia de COVID-19. A temática escolhida é crucial, considerando o impacto psicológico enfrentado por esses profissionais diante das adversidades da pandemia.

Os critérios de inclusão adotados foram os seguintes: a) Estudos que investigaram a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19. b) Publicações em português. c) Artigos originais disponíveis na íntegra em bases de dados. d) Estudos publicados no período de 2018 a 2022.

Já os critérios de exclusão foram os seguintes: a) Artigos que não disponibilizavam resumos completos nas bases de dados selecionadas. b) Publicações anteriores ao recorte temporal. c) Estudos repetidos. d) Artigos em língua estrangeira e não relacionados ao tema.

A pesquisa bibliográfica foi conduzida em diversas fontes, incluindo artigos, livros e manuais, bem como em bases de dados eletrônicas, como a PubMed, Scopus e Google Scholar. Foram utilizados descritores: "saúde mental", "profissionais de saúde", "linha de frente", "COVID-19".

Na etapa inicial da pesquisa, foram identificados 23 artigos. Desses, 14 estudos foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão. Posteriormente, após a leitura dos resumos e dos objetivos propostos, foram escolhidos 8 estudos. Por fim, apenas seis estudos atenderam plenamente aos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos para a revisão integrativa.

Essa revisão integrativa visa fornecer uma visão abrangente e

aprofundada da saúde mental dos profissionais da linha de frente que têm enfrentado os desafios da pandemia de COVID-19, contribuindo para o entendimento dessa questão crítica.

RESULTADOS

Os resultados relacionados à saúde mental dos profissionais da linha de frente da COVID-19 são abrangentes e revelam um quadro desafiador enfrentado por esses trabalhadores durante a pandemia. A pesquisa e os estudos nesse campo têm apontado várias conclusões significativas.

Primeiramente, Andrade (2021) afirma um aumento substancial nos níveis de estresse e ansiedade entre esses profissionais. O medo constante de contrair o vírus, a preocupação com a segurança de suas famílias e as demandas extremamente intensas de trabalho contribuem significativamente para esse quadro de ansiedade.

Além disso, o esgotamento profissional, conhecido como "burnout", tem se mostrado uma preocupação crescente. Os profissionais da linha de frente frequentemente enfrentam exaustão física e emocional devido à pressão contínua e às longas jornadas de trabalho (FERREIRA et al, 2020).

Lima (2021) teve outra conclusão importante é que os impactos na saúde mental podem perdurar a longo prazo, mesmo após o término da pandemia. Transtornos como ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático podem surgir ou se agravar com o tempo.

Os principais fatores de risco para problemas de saúde mental incluem a exposição direta ao vírus, a falta de equipamentos de proteção adequados, a sobrecarga de trabalho, o isolamento social decorrente de medidas de quarentena e o luto pela perda de colegas de trabalho (CAMPANI et al, 2021).

Além disso, a comunicação eficaz com pacientes e familiares é fundamental para a saúde mental desses profissionais. Lidar com a angústia e as perguntas de pacientes e familiares pode ser emocionalmente desgastante, e treinamentos de comunicação têm sido destacados como úteis (OLIVEIRA et al, 2020).

Sampaio et al (2020) diz ainda que é preciso ainda criar estratégias de autocuidado, ou seja, profissionais da linha de frente têm sido incentivados a



adotar estratégias de autocuidado, como exercícios físicos, meditação e manutenção de uma dieta saudável. Essas práticas podem ajudar a melhorar a resiliência e reduzir os níveis de estresse.

Ainda, enfatizam que a colaboração entre colegas e a criação de uma rede de apoio mútuo dentro das equipes de saúde têm se mostrado essenciais. Os profissionais frequentemente compartilham experiências e estratégias para enfrentar o estresse, promovendo um ambiente de trabalho mais solidário (SAMPAIO et al, 2020).

No entanto, os estudos de Moraes et al (2020) também destacam a importância de intervenções e apoio para minimizar esses impactos na saúde mental. Isso envolve o acesso a serviços de saúde mental, programas de autocuidado, estratégias de gerenciamento do estresse, apoio psicológico e treinamento em resiliência.

Além disso, a conscientização sobre a saúde mental e a prevenção de problemas são fundamentais. Criar um ambiente de trabalho que incentive a comunicação aberta sobre estresse e ansiedade, além de reduzir o estigma associado à busca de ajuda, pode ser eficaz na prevenção de problemas de saúde mental entre os profissionais da linha de frente (CARVALHO et al, 2021).

O mais importante a qualidade das condições de trabalho desempenha um papel significativo na saúde mental dos profissionais da linha de frente. Fornecer equipamentos de proteção adequados, garantir que as equipes tenham um número suficiente de profissionais de saúde e reduzir a carga de trabalho excessiva são fatores que podem ajudar a reduzir o estresse e a exaustão (SILVA et al, 2020).

Em resumo, os profissionais de saúde da linha de frente da COVID-19 enfrentam desafios consideráveis em relação à saúde mental devido à natureza estressante de seu trabalho durante a pandemia. É crucial reconhecer esses desafios, implementar estratégias de apoio e intervenções adequadas e promover um ambiente que valorize a saúde mental desses profissionais. O cuidado com a saúde mental dos profissionais da linha de frente é essencial não apenas para o bem-estar deles, mas também para a eficácia contínua da resposta à pandemia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É importante enfatizar a complexidade da saúde mental dos profissionais da linha de frente da COVID-19 e a necessidade de uma abordagem ampla e eficaz para enfrentar os desafios enfrentados por esses indivíduos. Os resultados desta revisão destacam que esses profissionais estão expostos a uma gama variada de fatores estressantes, desde a constante exposição ao vírus até as pressões emocionais decorrentes das longas jornadas de trabalho e do medo de contagiar suas famílias.

Uma das conclusões-chave é a importância de oferecer apoio e intervenção precoces. A detecção precoce de problemas de saúde mental e o acesso rápido a serviços de saúde mental são cruciais para garantir o bem-estar desses profissionais. Além disso, a prevenção e a promoção da saúde mental devem ser priorizadas desde o início de suas carreiras, com a implementação de programas de treinamento em resiliência e estratégias de enfrentamento saudáveis.

O reconhecimento e a valorização desses profissionais também desempenham um papel fundamental. Eles merecem reconhecimento por seu trabalho incansável, o que não apenas eleva sua autoestima, mas também contribui para reduzir o estigma em torno das questões de saúde mental, incentivando-os a buscar ajuda quando necessário.

Além disso, a colaboração interdisciplinar entre profissionais de saúde, como médicos, psicólogos e assistentes sociais, é essencial para fornecer um suporte abrangente à saúde mental. Uma abordagem coordenada pode ser mais eficaz na promoção do bem-estar desses trabalhadores.

Por fim, a experiência da pandemia da COVID-19 oferece lições valiosas para o futuro. Destaca a necessidade de investir na saúde mental dos profissionais da linha de frente e de preparar adequadamente esses trabalhadores para enfrentar crises de saúde pública. Garantir seu bem-estar não é apenas uma obrigação moral, mas também essencial para manter uma resposta eficaz a crises de saúde pública no futuro.

REFERÊNCIAS



ANDRADE, R. G. de, Carvalho, M. L. de, Lima, R. de, ... & Oliveira, M. R. de. (2021). Estresse percebido entre profissionais de saúde na pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 74, e20210116.

BATISTA, A. B., Otero, L. M. M., & Espinoza, F. L. A. (2021). Transtornos mentais comuns em trabalhadores da saúde de um hospital de referência para a COVID-19. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, 55, e03722.

CAMPANI, R. B., Lima, L. de A. S., Ramos, D., & Noal, D. S. (2021). **COVID-19: Efeitos psicológicos em profissionais de saúde que atuam em serviços de emergência e urgência.** *Psicologia: Ciência e Profissão*, 41, e294101.

CARVALHO, F. L. de, & Gomes, A. de A. (2021). **Saúde mental de profissionais de saúde: uma revisão sistemática.** *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 38, e210029.

FERREIRA, R. P., Barbosa, J. C., Oliveira, A. M. de, & Silva, C. G. da. (2020). Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental de profissionais de saúde no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, 54, 109.

LIMA, D. de S., Lima, L. H. de S., Farias, R. L. C. de, & Santana, L. P. de (2021). **Qualidade do sono de profissionais de saúde enfrentando a pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática com meta-análise.** *Cadernos de Saúde Pública*, 37, e00233920.

LISBÔA, G. M., Souza, M. S., & Santos, A. D. dos. (2021). Occupational stress and mental health among healthcare professionals in the COVID-19 pandemic. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 74, e20210052.

MARÔCO, J., Marôco, A. L., Leite, E., Bastos, C., & Vazão, M. J. (2020). **Testando a validade fatorial, replicação e invariância da Escala de Ansiedade SARS-Cov-2 em nove países.** *Frontiers in Psychiatry*, 11, 841.

MORAES, R. M. de, Segall-Corrêa, A. M., Pancieri, L., & Marín-León, L. (2020). **Violência doméstica contra mulheres em tempos de COVID-19: o caso do Brasil.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 4317-4326.

OLIVEIRA, J. G. de, Silva, A. C. da, & Guedes, J. S. de S. (2020). Burnout Syndrome in healthcare workers during the COVID-19 pandemic. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 73(4), e20200607.

RIBEIRO, C. S., Dias, F. A. L., Gonçalves, T. R. de, Moreira, A. A., Gontijo, E. D., Melo, M. L. A. de, ... & Pereira, E. R. (2021). **Impacto psicológico em profissionais que trabalham em uma unidade de terapia intensiva COVID-19.** *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70(2), 108-114.

SAMPAIO, F., & Sequeira, C. (2020). Telessaúde em saúde mental: revisão integrativa da literatura. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, 14.

SANTOS, S. A. dos, Ribeiro, R. M. M. F., Maia, D. B., ... & Fernandes, D. C.



(2020). Risco à saúde e emocional de profissionais de enfermagem que atendem pacientes com COVID-19. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, 14.

SILVA, A. C. da, Lima, C. S. A., Gondim, R. G. S., Lima, F. E. de S., Brito, T. S., & Pereira, F. S. (2020). Percepção de trabalhadores de saúde diante da pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 73(5), e20200658.