

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ MATO GROSSO DO SUL

DANILO AUGUSTO VIDIGAL DE ANDRADE

SAÚDE MENTAL: SOFRIMENTO DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

**CAMPO GRANDE - MS
2022**

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ MATO GROSSO DO SUL

DANILO AUGUSTO VIDIGAL DE ANDRADE

SAÚDE MENTAL: SOFRIMENTO DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Fundação
Oswaldo Cruz de Mato Grosso do Sul como requisito para
obtenção do título de Especialista em Saúde da Família.
Orientador(a): Prof(a) ERIKA KANETA FERRI

CAMPO GRANDE - MS

2022

RESUMO

A proposta aqui apresentada abordou aspectos relacionados as consequências que a covid 19 trouxe a saúde mental dos membros da equipe de saúde de uma Unidade de Saúde de Manaus Amazonas. Nesse sentido foram realizadas ações com os membros da equipe, consultas individuais, palestras, orientações, acompanhamentos, atividade física e acompanhamento nutricional. Como metodologia da proposta utilizou-se o método da estimativa rápida com ações relacionadas a projeto de intervenção. Os resultados da proposta evidenciaram que 95% dos entrevistados afirmaram que durante a pandemia apresentaram algum transtorno alimentar, de sono, ou comportamentais. Houve aumento de peso e m 55% dos pesquisados; 100% afirmaram maior ansiedade neste período e insônia; 75% afirmaram desinteresse em atividades prazerosas; e 95% afirmaram que este período ficará marcado negativamente em suas vidas. As ações até o momento evidenciaram que a pandemia realmente foi traumatizante e os membros da equipe de saúde precisam de acompanhamento mental buscando um restabelecimento das condições de saúde. A proposta ainda está em andamento e com o tempo poderemos afirmar se os efeitos foram os desejados ou novas ações precisam ser desenvolvidas.

ÁREAS TEMÁTICAS: Enfermagem, Políticas de Saúde e Planejamento, Saúde Mental.

DESCRITORES:EQUIPE DE ASSISTENCIA O PACIENTE, SOFRIMENTO MENTAL, SOFRIMENTO PSÍQUICO..

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	5
2 OBJETIVOS.....	7
2.1 Objetivo Geral	7
2.2 Objetivos Específicos	7
3. PLANEJANDO A INTERVENÇÃO: CAMINHO METODOLÓGICO	8
4. AÇÕES E RESULTADOS ALCANÇADOS.....	9
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	11
REFERÊNCIAS	13

1. INTRODUÇÃO

Entre os profissionais de enfermagem os fatores considerados desencadeadores de depressão podem estar relacionados ao processo de trabalho, como mudança, pacientes profissionais, relação profissional família-profissional, excesso de trabalho, desgaste, suporte social, conflito de interesses e estratégias de enfrentamento (DAL'BOSCO, et al. 2020).

Os achados de Teixeira et al (2020) apontam que profissionais de saúde e trabalhadores envolvidos direta ou indiretamente na resposta à pandemia possuem um risco maior de contrair o coronavírus; essa condição gera diferentes formas de pressão e estresse. Os distintos profissionais da equipe de saúde: sejam eles enfermeiros, técnicos, entre outros, respondem de forma diferente a possibilidade de contaminação.

Em verdade o trabalho exaustivo vem provocando cansaço físico, estresse psicológico, função insuficiente e/ou negligência, relacionada às medidas de proteção e saúde desses, afetando de forma distinta os profissionais da equipe de saúde. Justamente por isso é necessário atentar para a particularidade de cada indivíduo no contexto dos reflexos que a pandemia covid 19 vem causando, no sentido de buscar reduzir a carga de trabalho e a qualidade do atendimento prestado aos pacientes.

Dentre os múltiplos requisitos que caracterizam a prática profissional da enfermagem, cite-se: condições de trabalho desfavoráveis, baixa remuneração, contato constante com a dor, sofrimento, morte e a perda. Tais fatores quando em conjunto podem levar a graus de estresse altíssimo, e em casos extremos a conhecida “síndrome de burnout”, termo utilizado para descrever o esgotamento físico e mental de profissionais que desempenham suas funções com alto grau de participação emocional. Esta condição requisita uma observação frequente sobre as condições de saúde mental, e maior atenção à saúde dos profissionais de saúde em seus resultados (MOREIRA; DE LUCCA, 2020).

A função dos profissionais da equipe de saúde é cuidar de vidas; todavia muitas vezes a ação equivocada destes profissionais pode resultar em lesões irreversíveis, levando a sequelas graves e/ou morte. Isso porque sempre estes profissionais estão manipulando, aplicando, injetando químicos que podem ajudar a recuperação do paciente, ou até mesmo matá-los. Por isso a estabilidade emocional do profissional é tão importante, principalmente na redução de erros. Neste sentido um ambiente de trabalho adequado, e um profissional com saúde mental equilibrada são fundamentais (HUMEREZ, OHL, SILVA, 2020).

O cotidiano do trabalho desenvolvido pela equipe de saúde muitas vezes denota um sentimento de ambiguidade: ora colabora para obter uma vivência prazerosa, ora traz uma vivência dolorosa. Em verdade há como conciliar e desempenhar um papel positivo no serviço, que promova ajuda e conforto, mas diante do sofrimento, morte, sofrimento e/ou situação intransponível de outrem, o trabalhador sofre (DUARTE, 2020).

Com base nestes conceitos apresenta-se o projeto de intervenção que tem por objetivo avaliar como o enfrentamento ao covid-19 tem impactado mentalmente nos profissionais de enfermagem e identificar na literatura e no cotidiano da atenção básica de saúde os motivos causadores de sofrimento mental em profissionais no enfrentamento a pandemia da covid-19. A partir disso, desenvolver uma proposta de enfrentamento sobre questões relacionadas ao sofrimento de profissionais de enfermagem no enfrentamento a pandemia da covid-19, com o intuito de melhoria de qualidade de vida dos mesmos.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Desenvolver uma proposta de enfrentamento sobre questões relacionadas ao sofrimento de profissionais de enfermagem no enfrentamento a pandemia da covid-19.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Apresentar a equipe de saúde os principais problemas que podem ser causado pelo estresse relacionado ao enfrentamento do covid 19;

Interpor um questionário de avaliação da saúde mental dos membros da equipe de saúde;

Propor soluções ao problema e monitoramento destes profissionais com parcerias com psicóloga e educador físico relacionado ao sofrimento psíquico relacionado ao covid.

3. PLANEJANDO A INTERVENÇÃO: CAMINHO METODOLÓGICO

Local do estudo: UBS Theomario Pinto da Costa Manaus Amazonas Brasil.

Sujeitos da intervenção (público-alvo): Equipe de Enfermagem da UBS Theomario Pinto da Costa Manaus Amazonas Brasil.

Plano de Ações: Será realizada ações com vistas ao restabelecimento da saúde mental da Equipe de Saúde da UBS Theomario Pinto da Costa Manaus Amazonas Brasil.

Serão realizadas oficinas coletivas na própria unidade de saúde, dirigidas pelo médico da unidade, onde serão tratados temas que podem interferir na qualidade de serviços prestados a comunidade, frente a condição que as equipes de saúde se encontram em razão da alta demanda exigida dentro da pandemia.

Serão realizadas palestras, rodas de conversas, explanações sobre os temas que permeiam o problema da saúde mental e suas consequências para as equipes de atenção primária. Além destas serão realizados atendimentos individuais, aplicação de questionários sobre como os membros se sentem, se apresentam alguns dos sintomas de esgotamento, ou alterações mentais. Estas ações e questionamentos buscarão avaliar como a pandemia do covid 19 impactou os profissionais de saúde da atenção básica da UBS Theomario Pinto da Costa Manaus Amazonas Brasil.

Deseja-se aplicar este projeto entre Setembro a Dezembro de 2021, com os próprios membros da Unidade. Estes instrumentos serão utilizados por acreditar que são os mais pertinentes para este tipo de Projeto de Intervenção.

Avaliação e Monitoramento: serão feitas análises sobre os resultados dos questionários aplicados antes da intervenção e após a mesma. Estas informações tem objetivo de avaliar qual a condição de saúde mental destes indivíduos que trabalham na linha de frente do covid 19 e da Atenção Primária em Saúde.

4. AÇÕES E RESULTADOS ALCANÇADOS

A pandemia do covid 19 trouxe alterações imensas no cotidiano humano, e dentre os profissionais de enfermagem que atuam na atenção básica também foram intensamente impactado pela pandemia, pois estavam em contato direto na linha de frente, tiveram percas entre suas equipes, familiares e outras questões.

Neste sentido, este projeto de intervenção abordou o sofrimento dos profissionais de enfermagem no enfrentamento a pandemia da covid-19 na UBS Theomario Pinto da Costa Manaus Amazonas Brasil.

Foram realizadas reuniões na própria Unidade de Saúde com o tema relacionado as percas, papel das equipes de saúde no enfrentamento de vírus em pandemia, percas familiares, percas no trabalho, tempo de recuperação e importância das equipes na superação destes desafios. Com a participação de todos os membros da nossa equipe de saúde, eu como médico generalista, 01 enfermeira, 02 auxiliar técnico de enfermagem e 05 agente comunitário de saúde e com execução deste objetivo alcançada.

As reuniões foram realizadas na própria unidade de saúde e foram ministrados pelo próprio médico da unidade de saúde. Duravam cerca de duas horas cada reunião. Utilizávamos como fonte de pesquisa manuais do ministério da saúde, além de outros estudos que já foram utilizados no mesmo sentido.

Foi focado a questão emocional, a influência do estresse, da pressão, e de outros problemas correlatos que fizeram parte do cotidiano das equipes de saúde desde março de 2020.

No total desenvolveu-se 5 (cinco) encontros nos meses de agosto, setembro, outubro e novembro de 2021. Nestes encontros a sistemática de funcionamento dava-se da seguinte forma: primeiramente o médico da unidade apresentava as temáticas relacionadas e posteriormente aplicava-se o questionário com avaliação sobre os principais problemas que podem ser causados pelo estresse relacionado ao enfrentamento do covid 19. Além disso, nas reuniões tratávamos sobre a importância de um acompanhamento com psicólogo e caso necessário psiquiatra para que os danos causados pelo sofrimento possam ser superados ou amenizados.

Foi trabalhado a importância da saúde física para que os problemas psíquicos fossem superados, com realização de atividade físicas regulares acompanhados por um educador físico

e um psicólogo. Além disso, percebeu-se como a visão positiva da vida, e pensamentos positivos, importância da vida religiosa são fundamentais neste momento. É importante haver também uma cooperação mútua dos membros das equipes de trabalho para que o mínimo de atrito surja. Cumprindo também este objetivo proposto com sucesso.

Destes questionários percebeu-se que: 95% dos entrevistados afirmaram que durante a pandemia apresentaram algum transtorno alimentar, de sono, ou comportamentais. Houve aumento de peso em 55% dos pesquisados; 100% afirmaram maior ansiedade neste período e insônia; 75% afirmaram desinteresse em atividades prazerosas; e 95% afirmaram que este período ficará marcado negativamente em suas vidas.

Em realidade não há como não tratar deste momento como extremamente penoso, onde muitos profissionais perderam colegas de trabalho, familiares, enfim, houveram muitas baixas. Mas após a vacinação em massa da população e certamente após uma resposta dos sistemas imunológicos ao vírus, ficará a marca, a cicatriz. Sobre a superação dos problemas trazidos psicologicamente com a pandemia destaque para pensamentos positivos, hábitos de vida saudáveis, apoio religioso, terapia psicológica, e positividade; fazendo com que este tempo fique marcado por mais uma vitória na jornada da vida.

Portanto, se faz necessário o monitoramento destes profissionais com parcerias com psicólogo e educador físico em relação ao sofrimento psíquico relacionado ao COVID-19, e assim fazer com que estes danos causados amenizem e ou acabem com o passar do tempo e tratamento adequado.

A atividade do Projeto de Intervenção cumpriu os objetivos propostos ao passo que foi possível desenvolver uma proposta de enfrentamento sobre questões relacionadas ao sofrimento de profissionais de enfermagem no enfrentamento a pandemia da covid-19.

Além disso foi apresentado a equipe de saúde os principais problemas que podem ser causados pelo estresse relacionado ao enfrentamento do covid 19; Realizado um questionário de avaliação da saúde mental dos membros da equipe de saúde; e apresentado aos membros da equipe de saúde soluções ao problema e monitoramento destes profissionais com parcerias com psicóloga e educador físico relacionado ao sofrimento psíquico relacionado ao covid.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia do covid 19 trouxe consequências terríveis em todos os campos. Economicamente, pessoalmente, e psicologicamente muitos foram impactados. Além das próprias vidas ceifadas. E entre os profissionais de saúde não foi diferente ao passo que muitos apresentaram patologias mentais reflexo do estresse, das pressões, da perda de familiares.

Nesse sentido, este projeto de intervenção objetivou desenvolver uma proposta de enfrentamento sobre questões relacionadas ao sofrimento de profissionais de enfermagem no enfrentamento a pandemia da covid-19. Para isso foi apresentado a equipe de saúde os principais problemas que podem ser causado pelo estresse relacionado ao enfrentamento do covid 19; Além disso, aplicou-se um questionário de avaliação da saúde mental dos membros da equipe de saúde; e, apresentado soluções quanto ao problema e monitoramento destes profissionais com parcerias com psicóloga e educador físico relacionado ao sofrimento psíquico relacionado ao covid.

O questionário evidenciou que 95% dos entrevistados afirmaram que durante a pandemia apresentaram algum transtorno alimentar, de sono, ou comportamentais. Houve aumento de peso em 55% dos pesquisados; 100% afirmaram maior ansiedade neste período e insônia; 75% afirmaram desinteresse em atividades prazerosas; e 95% afirmaram que este período ficará marcado negativamente em suas vidas.

Como propostas de soluções desenvolveu-se ações sobre a importância da saúde física para que os problemas psíquicos fossem superados, com realização de atividades físicas regulares acompanhadas por um educador físico e um psicólogo. Além disso, percebeu-se a importância da visão positiva da vida, e pensamentos positivos, importância da vida religiosa são fundamentais neste momento. É importante haver também uma cooperação mútua dos membros das equipes de trabalho para que o mínimo de atrito surja. Cumprindo também o objetivo proposto com sucesso.

No geral acredita-se que estas medidas surtam impacto direto no atendimento e na qualidade do serviço prestado a comunidade. Estaremos ainda monitorando estes membros e dando o suporte necessário para superação dos traumas e dos males causados pela pandemia.

Com relação as fragilidades acredita-se que estão ligadas ao próprio contexto da pandemia que ainda não finalizou. As potencialidades da proposta estão em promover uma maior atenção a estes profissionais que passaram por momentos ímpares em suas vidas. A continuidade dará

após abril onde estaremos novamente avaliando as condições gerais de saúde destas populações. Em geral a equipe foi fortalecida com estas ações.

REFERÊNCIAS

DAL'BOSCO, E.B.; et al. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. **Rev Bras Enferm**, v. 73, 2020.

DUARTE, M.D.L.C.; SILVA, D.G.D.; BAGATINI, M.M.C. Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus. **Rev Gaúcha Enferm.**, v. 42, 2021.

HUMEREZ, D.C.D; OHL, R.I.B.; SILVA, M.C.N.D. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: ação do Conselho Federal de Enfermagem. **Cogitare enferm.**, 2020.

TEIXEIRA, C.F.D.S.; et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid- 19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.25, n. 9, p. 465-474, 2020.