

**PROJETO DE INTERVENÇÃO: ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM
PROFISSIONAIS DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 NO
MUNICÍPIO DE BACABAL – MA**

*INTERVENTION PROJECT: ANXIETY AND DEPRESSION IN HEALTH
PROFESSIONALS DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN THE MUNICIPALITY
OF BACABAL - MA*

Maria da Liberdade de Oliveira Vicente¹

Alanna Carla Farias Couto²

1 – Autor-correspondente: Médica. Pós-graduando em Saúde da Família pela UFPI;

2 – Médica da Estratégia Saúde da Família Na prefeitura de Graça, CE. Tutora orientadora de TCC

RESUMO

Introdução: Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), Saúde é considerado o estado de completo bem estar, físico, mental, social e espiritual, e não apenas a ausência de doenças. Face a isso, trabalhadores da área da saúde estão frequentemente expostos a fatores que condicionam estresse e de maneira mais intensa depressão e ansiedade, aliado ao contexto pandêmico tais sintomas tendem a se agravar. Objetivos: analisar do nível de ansiedade e depressão entre profissionais de saúde no município de Bacabal – MA. Metodologia: Realizou-se uma revisão de literatura com artigos indexados nas principais bases de dados de artigos acadêmicos e posteriormente foi elaborado um plano operativo. Conclusão. Profissionais da saúde são frequentemente expostos a eventos estressantes que por sua vez podem desencadear ansiedade e depressão. Somado ao atual contexto da pandemia de COVID-19, os elevados níveis de disseminação e mortalidade intrínsecos à doença são fortemente relacionados a maiores níveis de estresse em profissionais da área da saúde, fato que suscita a necessidade da realização desta proposta de intervenção, que surge como ferramenta capaz de avaliar, identificar e intervir sobre o estresse e ansiedade em profissionais da saúde na conclusão colocar o que você espera obter como resultado para UBS e para comunidade com seu projeto

Palavras-chave: Estresse Ocupacional. Ansiedade. Depressão. Pandemia.

ABSTRACT

Introduction: According to the World Health Organization (WHO), Health is considered the state of complete well-being, physical, mental, social and spiritual, and not just the absence of disease. In view of this, health care workers are frequently exposed to factors that condition stress and, in a more intense way, depression and anxiety, combined with the pandemic context, these symptoms tend to worsen. Objectives: to analyze the level of anxiety and depression among health professionals in the city of Bacabal - MA. Methodology: A literature review was carried out with articles indexed in the main databases of academic articles and subsequently an operating plan was prepared. Conclusion. Healthcare professionals are often exposed to stressful events that in turn can trigger anxiety

and depression. In addition to the current context of the COVID-19 pandemic, the high levels of dissemination and mortality intrinsic to the disease are strongly related to higher levels of stress in health professionals, a fact that raises the need to carry out this intervention proposal, which appears as a tool able to assess, identify and intervene on stress and anxiety in health professionals.

Keywords: Occupational Stress. Anxiety. Depression. Pandemic.

INTRODUÇÃO

Saúde de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) é considerada um estado de completo bem estar, físico, social, mental e espiritual, e não apenas a ausência de doenças. Dessa maneira, em situações em que um indivíduo apresente sua saúde mental prejudicada, e sem o devido acompanhamento, a doença tende a avançar para níveis mais críticos, dos quais se originam a ansiedade e depressão. Posto isto, o Brasil encontra-se na primeira posição na América Latina como país mais estressado e ansioso¹.

Trabalhadores que atuam em serviços na área de saúde estão expostos a fatores laborais que provocam fadiga crônica, baixos índices de saúde e a altos níveis de estresse. Destacando-se aqueles relacionados aos hábitos de vida, como exemplo o sono e repouso².

Não obstante a população geral, profissionais da saúde também sofrem com eventos estressores em pandemias, que incluem o risco quase absoluto de infecção, adoecimento e morte, possibilidade de infectar outras pessoas, sobrecarga, fadiga, exposição a mortes em larga escala, frustração e sentimento de incapacidade diante do adoecimento e morte, ameaças e agressões físicas por insuficiência dos serviços de saúde, além do afastamento da família e amigos.

A pandemia de COVID-19 pode impactar a saúde mental e o bem-estar psicológico também devido a mudanças nas rotinas e nas relações familiares. Tudo isso, em conjunto com o cenário pandêmico atual do novo coronavírus, o que se percebe é um elevado nível de estresse entre os profissionais de saúde, e a necessidade de se estudar mais a fundo esse tema³.

Dessa maneira, este estudo tem como objetivo geral analisar do nível de ansiedade e depressão entre profissionais de saúde no município de Bacabal – MA, e como objetivos específicos: Reconhecer os principais motivos que levam os profissionais de saúde a desenvolverem ansiedade e depressão; Avaliar o rendimento desses profissionais no local de trabalho; Orientar esses profissionais quanto ao que eles podem fazer para combater essas doenças.

REVISÃO DE LITERATURA

No atual contexto social vivido, a depressão e a ansiedade são transtornos muito comuns e que causam enorme impacto sobre o bem estar e as atividades diárias das pessoas, tornando-se assim, por esses motivos, alvo de estudo de diversos pesquisadores⁴.

Por conceito, a ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo e apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto que tem como fonte de origem a antecipação de algum perigo, de algo desconhecido ou estranho. Definido ainda como um estado emocional com componentes psicológicos e fisiológicos, que faz parte das experiências humana, podendo passar a ser patológica quando é desproporcional à situação que a desencadeia, ou quando não existe um objeto específico ao qual se direcione, ficando entre os transtornos psiquiátricos mais frequentes na população geral⁵.

Já a depressão é considerada um problema de ordem multifatorial, apresentando fatores de risco conhecidos como afetividade negativa, eventos estressantes, familiares de primeiro grau com diagnóstico da doença, transtornos subjacentes, condições médicas crônicas ou incapacitantes e que acomete cerca de 5,8% da população brasileira. Caracteriza-se por tristeza ou irritabilidade, desinteresse ou desprazer, sentimento de culpa ou baixa autoestima, distúrbios do sono ou apetite, fadiga, dificuldades cognitivas e ideias recorrentes de morte⁶.

Sob esta análise, um trabalho sem significado pode condicionar efeitos desfavoráveis ao sujeito, que, por conseguinte, desperta o aparecimento de doenças relacionadas ao trabalho. Os determinantes mais intrinsecamente ligados à saúde do trabalhador estão relacionados aos condicionantes sociais, econômicos, tecnológicos e organizacionais, além dos condicionantes de riscos ocupacionais – físicos, químicos, biológicos, mecânicos e aqueles decorrentes da organização laboral – presentes nos processos de trabalho. Desse modo, uma das doenças mais diretamente associadas ao trabalho é denominada Síndrome de Burnout⁷.

A síndrome tem sido descrita como resultado do contexto de relações sociais complexas, envolvendo a percepção que a pessoa/profissional de saúde tem de si e dos outros. Em tradução literal, Burn significa queimar, out significa exterior, esgotamento. Burnout indica que o esgotamento do profissional já extrapolou os limites admissíveis. De forma geral o Burnout é caracterizado com o esgotamento total das forças do indivíduo e é a forma mais grave do stress ocupacional⁸.

Concomitante a isso, todo profissional que tem contato direto com a clientela é susceptível ao estresse ocupacional. Nesse sentido, há evidente necessidade de que os profissionais de saúde conheçam e saibam manejar as doenças relacionadas ao trabalho. Este fato está de maneira inseparável atrelado à manutenção da saúde do trabalhador no seu próprio local de trabalho⁷.

Somado a essa análise, diante do atual contexto pandêmico, com elevados índices de disseminação e mortalidade, profissionais diretamente ligados ao cuidado de pacientes infectados e envolvidos no diagnóstico, tratamento e no atendimento em geral, apresentaram-se com altos índices de sofrimento psíquico e medo, ansiedade, depressão, angústia, insônia⁹.

Em estudo com médicos e enfermeiros, 34% desses profissionais relataram insônia e 71,5% relatam angústia. Em outra perspectiva. Enfermeiras, mulheres, profissionais de saúde de linha de frente relataram graus mais graves de todas as medidas de sintomas de saúde mental¹⁰.

De fato, é muito importante conhecer a população mais vulnerável para que se possa agir com mais intensidade e de forma mais efetiva, buscando formas de auxiliar na diminuição dos impactos da pandemia¹⁰.

Esses índices de sintomas de depressão e ansiedade variava dependendo da quantidade de exposição à pessoas infectadas. Assim, o grupo com escores para doença mental abaixo do limite teve contato com menos pessoas confirmadas ou suspeitas de estarem infectadas pelo vírus. O grupo com um nível mais alto de angústia teve um escopo de exposição mais extenso¹¹.

Em outra análise, os profissionais de saúde no geral, são constantemente expostos à situações estressantes inerentes à natureza de sua profissão, fato que por si só já os torna bastante propensos a desenvolver o estresse ocupacional. É fato que profissionais sobrecarregados de estresse tendem a desempenhar suas atividades com menos precisão, com capacidade de produção diminuída, adoecem frequentemente e aliado a isso mostram-se constantemente ansiosos, depressivos, desatentos, desmotivados e pouco realizados¹².

METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de uma proposta de intervenção desenvolvida por meio de revisão bibliográfica com vistas a investigar e intervir sobre os profissionais da saúde no tocante a depressão e ansiedade durante o período de pandemia de COVID-19, com vistas a conhecer os fatores que permeiam o desenvolvimento desses problemas, bem como oferecer meios e instrumentos de enfrentamento da depressão e ansiedade.

Esta proposta tem como ponto de partida uma revisão de literatura a partir do qual identificar-se-ão os fatores que originam o estresse, ansiedade e depressão entre profissionais da saúde. Após a constatação dessa situação-problema, buscou-se identificar na literatura, por meio das principais bases de dados de artigos acadêmicos, os fatores que desencadeiam depressão e ansiedade nos profissionais da saúde, correlacionando com o momento de pandemia vivido e posteriormente desenvolveu-se um projeto de intervenção.

RESULTADO

Quadro 1: Plano operativo

Situação problema	Objetivos	Metas/prazos	Ações/estratégias	Responsáveis
Ansiedade e depressão em profissionais da saúde.	Reconhecer os principais motivos que levam os profissionais de saúde a desenvolverem ansiedade e depressão.	Coletar dados sobre os profissionais e o local de trabalho/ um mês	Utilizar questionário estruturado validado (Cartão Babel)	Médico + demais profissionais da equipe de saúde da unidade
	Avaliar o rendimento desses profissionais no local de trabalho.	Coletar dados sobre o desempenho dos profissionais/ um mês	Criação de um check-list com escores para avaliação da qualidade do desempenho das atividade dos profissionais ante os dados do questionário do primeiro objetivo.	Médico + demais profissionais da equipe de saúde da unidade
	Orientar esses profissionais quanto ao que eles podem fazer para combater essas doenças.	Elaborar e apresentar palestras aos profissionais da saúde/ um mês.	Apresentação de palestras educativas	Psiquiatra ou psicólogo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a realização da pesquisa bibliográfica foi possível observar que profissionais da saúde de modo geral frequentemente estão expostos a eventos estressantes que por sua vez podem desencadear a ansiedade e depressão. Destarte, somado ao atual contexto da pandemia de COVID-19, os elevados níveis de disseminação e mortalidade intrínsecos à doença são fortemente relacionados a maiores níveis de estresse em profissionais da área da saúde, fato que suscita a necessidade da realização desta proposta de intervenção, que surge como ferramenta capaz de avaliar, identificar e intervir sobre o estresse e ansiedade em profissionais da saúde. Com isso, espera-se contribuir para o bem estar desses profissionais, bem como para a melhoria da assistência à saúde.

REFERÊNCIAS

CASTILLO, Ana Regina GL et al . Transtornos de ansiedade. **Rev. Bras. Psiquiatr., São Paulo**, v. 22, supl. 2, p. 20-23, Dec. 2020.

CORRÊA, C.A.; et al. Yoga e saúde mental na pandemia de COVID-19. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**. V.25, n.1, 2020.

OLIVEIRA, Vanessa; PEREIRA, Telmo. Ansiedad, depresión y burnout en enfermeros: Impacto de trabajo por turnos. **Rev. Enf. Ref.**, Coimbra , v. serIII, n. 7, p. 43-54, jul. 2017.

WANG, M.; WANG, J.; DENG, X. Why are empathic children more liked by peers? The mediating roles of prosocial and aggressive behaviors. **Personality and Individual Differences**, 2019.

ADRIANO, M.S.P.F.; ALMEIDA, M.R.; RAMALHO, P.P.L.; DA COSTA, I.P.; DO NASCIMENTO, A.R.S.; MORAES, J.C.O. Estresse Ocupacional em Profissionais da Saúde que Atuam no Serviço de Atendimento Móvel de Urgência de Cajazeiras – PB. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, 2017.

VIEIRA, W.M.S.M. **Estresse ocupacional em trabalhadores que atuam no serviço de hemodinâmica**. Dissertação de mestrado. Recife-PE, 2018.

SANTOS, Cleide Lucilla Carneiro; SOBRINHO, Carlito Lopes Nascimento; BARBOSA, Gabriela Bene. SÍNDROME DE BURNOUT EM FISIOTERAPEUTAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**. v.7, n.1, 2017.

BEZERRA, G.D. O IMPACTO DA PANDEMIA POR COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DASAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA. **Rev. Enfermagem Atual in Derme**. 2020.

DUARTE, Maria de Lourdes Custódio; SILVA, Daniela Giotti da; BAGATINI, Mariana Mattia Correa. Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus. **Rev. Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre , v. 42, 2020.

KANG,L.; MA,S.; CHEN,M.; YANG,J.; WANG,Y., LI,R., HU,S. Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staffin Wuhan during the 2019 novel corona virus disease outbreak: Across-sectional study. **Brain, behavior, andimmunity**, 2020.

BOLLER, E. Estresse no setor de emergência: possibilidades e limites de novas estratégias gerenciais. **Rev Gaúcha Enferm**. v.24, n.3, 2018.