

Saúde mental e emocional dos profissionais de saúde frente à pandemia da Covid-19

Mental and emotional health of healthcare professionals against the Covid-19 pandemic

Salud mental y emocional de los profesionales de la salud frente a la pandemia del Covid-19

Carlos Oliveira Leal Neto¹, Júlia Mara de Freitas¹, Lucas Querino Wirz¹, Mateus Andrade Misson¹, Matheus de Sousa Estevam¹, Paola Prado Mazeto¹, Valeria Beghelli Ferreira¹.

RESUMO

Objetivo: Identificar o impacto na saúde mental e emocional dos profissionais de saúde frente à pandemia da Covid-19. **Métodos:** Um estudo transversal, descritivo, de natureza quanti-qualitativa, com aplicação de questionário online, aos trabalhadores de saúde da linha de frente a pandemia, com questões de múltipla-escolha. Os locais de atuação abrangeram rede pública e/ou privada e serviços de emergência, hospitalar e pré-hospitalar. O estudo foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa. **Resultados:** O estudo mostrou impactos negativos na saúde mental dos profissionais em diversas dimensões e possibilitou entender que a pandemia da Covid-19 não só trouxe consequências graves à saúde mental do trabalhador, por si só, como desvelou um sofrimento difuso e crescente dos trabalhadores que são submetidos cotidianamente a extenuante carga horária de trabalho e emoções diante a tanto sofrimento. **Conclusão:** O estudo mostrou a necessidade de se criar estratégias de cuidado ao trabalhador de saúde por meio de práticas de cooperação, espaços de fala e escuta e aporte psicológico para superação de situações impostas pelo cotidiano e como prevenção a novos adoecimentos e agravos frente a futuras situações emergenciais.

Palavras-chave: Epidemia, Coronavírus, Saúde mental.

ABSTRACT

Objective: To identify the impact on the mental and emotional health of health professionals in the face of the Covid-19 pandemic. **Methods:** A cross-sectional, descriptive, quantitative-qualitative study, with the application of an online questionnaire, to health workers on the front line of the pandemic, with multiple-choice questions. The places of action covered public and/or private network and emergency, hospital and pre-hospital services. The study was approved by the Research Ethics Committee. **Results:** The study showed negative impacts on the mental health of professionals in several dimensions and made it possible to understand that the Covid-19 pandemic not only brought serious consequences to the mental health of the worker, in itself, but also revealed a diffuse and increasing suffering of workers who are subjected daily to a strenuous workload and emotions in the face of so much suffering. **Conclusion:** The study showed the need to create care strategies for health workers through cooperation practices, spaces for talking and listening and psychological support to overcome situations imposed by daily life and as a prevention of new illnesses and diseases in the future. emergency situations.

Keywords: Epidemic, Coronavirus, Mental health.

RESUMEN

Objetivo: Identificar el impacto en la salud mental y emocional de los profesionales de la salud ante la pandemia de Covid-19. **Métodos:** Estudio transversal, descriptivo, cuantitativo-cualitativo, con la aplicación de un cuestionario en línea, a trabajadores de la salud en la primera línea de la pandemia, con preguntas de opción múltiple. Las áreas de operación abarcaron redes públicas y/o privadas y servicios de emergencia, hospitalarios y prehospitales. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación. **Resultados:** El estudio mostró impactos negativos en la salud mental de los profesionales en varias dimensiones y permitió comprender que la pandemia de la Covid-19 no solo trajo graves consecuencias para la salud mental del trabajador, en sí misma, sino que también reveló un impacto difuso y sufrimiento creciente de los trabajadores

¹ Centro Universitário Municipal de Franca (Uni-FACEF), Franca - SP.

que se ven sometidos diariamente a una extenuante carga de trabajo y emociones ante tanto sufrimiento. **Conclusión:** El estudio mostró la necesidad de crear estrategias de cuidado para los trabajadores de la salud a través de prácticas de cooperación, espacios para hablar y escuchar y apoyo psicológico para superar situaciones impuestas por la vida cotidiana y como prevención de nuevas enfermedades y situaciones de emergencia.

Palabras clave: Epidemia, Coronavirus, Salud mental.

INTRODUÇÃO

A partir de poucos casos na China, a Covid-19, em aproximadamente três meses, alcançou a população humana em um aspecto mundial, quando deixou de ser considerada apenas uma epidemia. No dia 30 de janeiro de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que a epidemia da Covid-19 era uma Emergência de Saúde Pública e Importância Internacional (ESPII) e logo em 11 de março, constatou-se uma pandemia. Inicialmente vinculava-se a doença a uma pneumonia de etiologia desconhecida (OLIVEIRA WK, et al., 2020).

No Brasil, a partir do momento em que a infecção pelo vírus foi reconhecida mundialmente, o Ministério da Saúde acionou o Centro de Operações de Emergência (COE), coordenado pela secretária de vigilância em saúde, e logo começou a harmonização, planejamento e organização de atividades e monitoramento da situação epidemiológica (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). O primeiro caso foi detectado na cidade de São Paulo – SP no dia 26 de fevereiro e logo, no dia 17 de março de 2020, ocorreu o primeiro óbito. No dia 20 de março de 2020 por meio da Portaria n. 454, a infecção foi reconhecida como transmissão comunitária em todo território nacional (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Em aproximadamente um mês após o início, constatou-se que, na verdade, a doença era causada por um novo tipo de coronavírus, o SARS-CoV-2 (LIMA CKT, et al., 2020).

Segundo Naoum PC e Naoum FA (2020), o sistema imune do paciente determina o processo e o desenvolvimento da doença, a qual pode variar desde um quadro leve gripal até mesmo uma Síndrome do Desconforto Respiratório Agudo (SRDA), sendo essa uma das principais causas de óbitos em pacientes com Covid-19. Com o surgimento e progressão da pandemia, houve vários impactos na sociedade como um todo, principalmente em questões emocionais (LIMA CKT, et al., 2020).

Guimarães AV e Brasil AM (2018) apud Prado AD, et al. (2020) apontam que diante do contexto de pandemias, os profissionais de saúde apresentam exaustão física e mental, sentimentos de dor relacionados a perdas tanto de pacientes como de outros profissionais da equipe, dificuldade de liderar e tomar decisão, medo de ser contaminado e de contaminar pessoas de seu convívio pessoal a contaminação e da transmissão da doença aos entes próximos apresentam prejuízos a sua saúde mental. Sendo assim, as autoras ressaltam que diante da pandemia da Covid-19, foi observado que os profissionais que atuaram diretamente no contexto do diagnóstico, tratamento e no cuidado geral a estes pacientes mostraram altos índices de sofrimento psíquico, tais como medo, ansiedade, depressão, angústia, sono prejudicado dentre outros.

Além disso, Brooks SK (2020) complementa que os sistemas de saúde dos países entraram em colapso, obrigando os profissionais de saúde a longas horas de trabalho em contexto de exaustão e exposição a situações de estresse. A autora ainda resalta que o método de controle mais efetivo da doença foi o isolamento social, que impactou consideravelmente na saúde mental das pessoas provocando sensação de insegurança e disfunção em todos os aspectos da vida social e interpessoal. Pensando neste contexto é que estudos como estes ganharam força e relevância para a importância da saúde psicológica do profissional de saúde na sua atuação que, quando deparando com situações adversas, como uma pandemia, onde existe a presença de vários estímulos negativos leva-os a apresentarem sintomas psíquicos (podendo ou não interferir na qualidade do serviço oferecido por esses).

Este estudo objetivou, de modo geral, identificar o impacto na saúde mental e emocional, dos profissionais de saúde, frente à pandemia da Covid-19, além de caracterizar o perfil sociodemográfico dos profissionais; a influência das estruturas e condições de trabalho nos aspectos mentais e emocionais, como problemas de atenção, memória, concentração, fadiga mental, insônia e ansiedade, angústia, medo; identificar sentimentos

em relação às limitações da ciência no combate à doença, a fim de criar estratégias e protocolos preventivos que possibilitem um cuidado mais abrangente da saúde mental dos profissionais da saúde diante novas e futuras pandemias.

MÉTODOS

O trabalho teve uma metodologia de abordagem quantitativa, do tipo descritiva para identificar o impacto que a pandemia do novo Coronavírus na saúde mental dos profissionais da linha de frente.

Em relação ao objetivo da pesquisa considerou-se um processo descritivo, já que visou identificar, registrar e descrever as características, fatores ou variáveis que se relacionam com o fenômeno ou processo, uma vez que serão descritas as características sobre a saúde mental dos trabalhadores da linha de frente da pandemia da Covid-19. Além disso, a pesquisa utilizou variáveis que são expressas por meio da coleta de dados *online*, com questões fechadas que foram mensuradas e analisadas servindo de base para discussão dos resultados (**Arquivo suplementar**).

Em relação ao trabalho de campo, este foi estabelecido por meio de preenchimento de questionários pela plataforma Google Formulários, que é uma ferramenta online disponibilizada pela empresa Google de maneira gratuita, sem que haja a interferência dos pesquisadores, visando a interpretação dos dados apresentados (GOOGLE, 2020).

Os participantes foram profissionais de saúde (médico, enfermeiros, técnicos de enfermagem e fisioterapeutas) da linha de frente, de contato com pacientes suspeitos e/ou infectados com Covid-19. Os locais de atuação abrangem rede pública e/ou privada e serviços de emergência, hospitalar e pré-hospitalar (SAMU E UPA).

Para identificar e conhecer o impacto na saúde mental e emocional dos profissionais de saúde frente à pandemia da Covid-19, um link de acesso foi enviado, aos profissionais de saúde, por meio de correio eletrônico e redes sociais para preenchimento de um questionário, estruturado, contendo 26 perguntas e que se manteve aberto por cinco meses. Ressalta-se que não foi habilitado ao participante reformular ou editar suas questões após o envio do formulário, com o intuito de evitar que eventuais incertezas pudessem influenciar na alteração de escolhas já feitas.

Em relação às questões éticas, o projeto foi submetido para aprovação do Comitê de Ética do Centro Universitário Municipal de Franca (UNI-FACEF) e aprovado sob o número: 4.280.308 e CAAE 35831320.4.0000.5384.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao final do tempo estipulado, o estudo obteve 142 questionários respondidos. Com 71,4% sexo feminino e 28,6% do sexo masculino (**Tabela 1**).

Tabela 1 - Faixa etária dos participantes do estudo.

Faixa etária	N
20 a 29	38
30 a 39	49
40 a 49	37
50 a 59	16
60 ou +	2
Total	142

Fonte: Neto COL, et al., 2021.

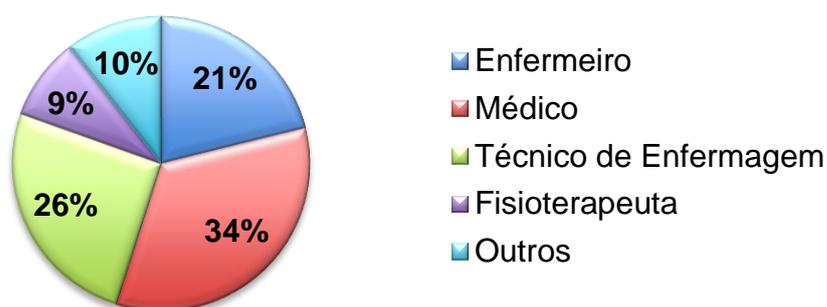
Meira KC, et al. (2020) ressaltam em recente estudo que 40% dos profissionais na linha de frente ao combate à pandemia da Covid-19 tem mais de 40 anos. Para Reis AP, et al. (2020), o sexo feminino prevalece entre os profissionais de saúde, em várias partes do mundo e no Brasil. Meira KC, et al (2020) complementando a discussão, afirmam que a linha de frente tem o rosto feminino em todas as ocupações, com exceção dos médicos, que afirmam haver um certo equilíbrio.

Em relação ao tema da pesquisa, Duarte MLC, et al. (2020) afirmam que, no contexto da pandemia atual, os mais jovens apresentam um risco 6% maior de desenvolverem transtornos mentais menores. Além disso, os autores, ainda, afirmam que indivíduos entre 20 e 40 anos de idade, na pandemia, apresentam uma maior vulnerabilidade no quesito saúde mental, assim como uma maior predisposição à utilização do álcool como consequência do isolamento social.

De todos os participantes, 53% eram do estado de São Paulo e 37,1% de Minas Gerais, dado explicado por Meira KC, et al. (2020) em que apontam uma maior concentração de médicos na região Sudeste brasileira, totalizando 42,1% dos registros médicos do país. Os estados com maiores números são, São Paulo (SP) com uma porcentagem de 21,9% e Minas Gerais (MG) com uma porcentagem de 10,1%, justificando o maior número de respostas no questionário.

Entre os profissionais participantes do estudo 33,8% são médicos 25,6% técnicos em enfermagem, 21,1% enfermeiros 9% fisioterapeutas e 10,5% outros profissionais da saúde. Meira KC, et al. (2020) apontam que não são apenas os profissionais diretamente ligados a assistência à saúde, como médicos, enfermeiros, técnicos em enfermagem, fisioterapeutas, nutricionistas e outros, que estão na linha de frente ao combate à Covid-19. Para os autores, o grupo em exposição vai muito além destes profissionais, englobando uma ampla gama de atividades realizadas nos serviços de saúde para atendimentos aos pacientes que vão desde a chegada para o atendimento, passando pela triagem, consulta médica, realização de exames laboratoriais e de imagem, alimentação, higienização, dispensação de medicamentos entre outras.

Figura 1 - Classe profissional dos participantes atuando na linha de frente contra o Coronavírus.



Fonte: Neto COL, et al., 2021.

A maior parte dos participantes do estudo, 62,4%, não trabalha em Unidade de Terapia Intensiva. O presente estudo buscou investigar aspectos emocionais dos profissionais atuantes na linha de frente a Covid-19, não necessariamente apenas no contexto das UTIs. De acordo com McIntosh K, et al. (2021), explicando o processo de adoecimento da Covid-19, a doença leve foi relatada em 81% dos casos; doença grave foi em 14%; doença crítica em 5% e a taxa de mortalidade de 2,3% entre os casos não críticos. Dessa maneira, o espectro da infecção sintomática da Covid-19 é variável. Ademais, a maioria dos casos são leves explicando o fato de 62,4% dos trabalhadores que responderam ao questionário não atuarem nas unidades de terapia intensiva.

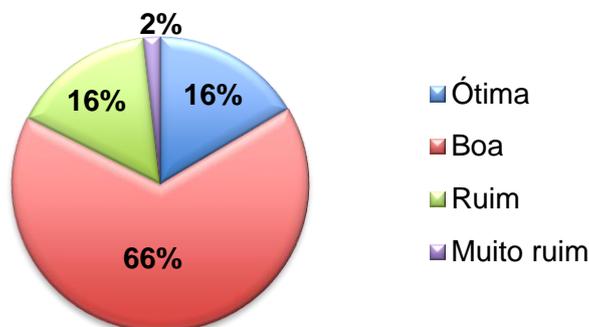
Em relação ao tempo de atuação, a maior prevalência foi menos de 5 anos, seguido por profissionais com 5 a 10 anos, 10 a 15 anos, e mais de 20 anos de profissão, respectivamente. Para Afonso P, et al. (2017), a Síndrome de Burnout tende a aparecer no início da carreira e pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais. Borges FES, et al. (2021) caracterizam a Síndrome de Burnout (SB) como uma exaustão emocional com diminuição da realização pessoal, em resposta as situações crônicas de estresse principalmente em profissionais que diretamente estão envolvidos com outras pessoas. Para os autores os motivos que levam os profissionais de saúde manifestarem sofrimento psicológico estão associados a insegurança no local de trabalho, ao conhecimento limitado sobre a doença, no caso da Covid-19 ficou mais evidente este aspecto, escassez de equipamentos de proteção, excesso de trabalho e exposição rotineira a situações de morte.

Ainda em relação ao tempo de atuação, diante de uma nova doença, como a Covid-19, alguns aspectos podem ser mais significativos e gerarem maior insegurança e adoecimento dos profissionais mais velhos. Tsugawa Y, et al. (2017) afirmam que os profissionais mais velhos são menos propensos a aderir às diretrizes baseadas em evidências, usam tratamentos recentemente comprovados com menos frequência e confiam com mais frequência em evidências clínicas que não estão atualizadas. Ainda segundo os autores, em relação a qualidade dos atendimentos, as habilidades dos médicos podem se tornar desatualizadas conforme o conhecimento científico, a tecnologia e as diretrizes clínicas mudam.

Em relação a percepção sobre sua saúde mental, 66,2% responderam que sua saúde mental está boa contra 17,3% que responderam como ruim e muito ruim. Vale ressaltar que os formulários foram enviados no início da pandemia, o que pode também significar o começo do enfrentamento. Observou-se que 69,5% que perceberam sua saúde mental como ruim e muito ruim são mulheres e 30,4% são homens. Em relação a classe profissional, 30% são fisioterapeutas e 30% são médicos (as). Martinez BP, et al. (2020) ressaltam que assim como os médicos, os fisioterapeutas são de suma importância na assistência de pacientes graves que necessitam de suporte ventilatório.

Somado a isso, Weintraub ACAM, et al. (2020) complementam que a falta de insumos, maior suscetibilidade à infecção pelo vírus e a falta de equipamentos de proteção individual são alguns dos motivos que levam a sobrecarga emocional. Para Barros NMGC e Honório LC (2014), o ritmo exaustivo, a escassez de tempo, a inadequação das condições do ambiente físico e o enfraquecimento das relações socioprofissionais influenciam de maneira negativa na prestação de serviço dos médicos e enfermeiros. Sentimentos de frustração e impotência estão diretamente relacionados há uma sobrecarga de trabalho e à falta de recursos. O adoecimento do trabalhador de saúde, além dos aspectos supracitados, pode estar relacionado ao contato direto desses profissionais com as situações traumáticas e as angústias pertinentes ao mundo do paciente (BARROS NMGC e HONÓRIO LC, 2014).

Figura 2 - Percepção da saúde mental dos participantes.



Fonte: Neto COL, et al., 2021.

Cerca de 25,6% dos participantes que responderam o questionaram já apresentavam um diagnóstico de transtorno mental prévio a pandemia, sendo a maioria, 73,5% mulheres, com idades entre 30 e 40 anos 44% e técnicas de enfermagem 36%. Dos homens, 26,5%, que já apresentavam um diagnóstico de transtorno mental prévio a pandemia, 77,7% são médicos, com menos de 30 anos de idade 66%. De acordo com Saar SRC e Trevizan MA (2007), um dos principais motivos pelo qual os médicos, é uma das classes de profissionais da linha de frente mais acometida, do ponto de vista psicológico, é o fato que previamente a pandemia eles já são vistos, com a chegada da pandemia, a pressão, as demandas e o número de atendimentos aumentaram como coordenadores da equipe de saúde e a responsabilidade sobre esses trabalhadores, o que pode ter culminado em uma maior fragilidade psicológica.

Segundo Duarte MLC, et al. (2020), os profissionais de enfermagem também estão entre os mais suscetíveis à exacerbação de sintomas, como depressão, ansiedade, insônia e estresse no contexto da pandemia. Barros NMGC e Honório LC (2014) afirmam que um caminho sugerido para o enfrentamento dos riscos de adoecimento no trabalho, passa pela adoção de medidas que possibilitem a melhoria das relações

socioprofissionais que estimulem o fortalecimento dos coletivos de trabalho e melhorias na qualidade do ambiente de trabalho, para permitir o bem-estar da equipe e, conseqüentemente, o melhor atendimento dos usuários.

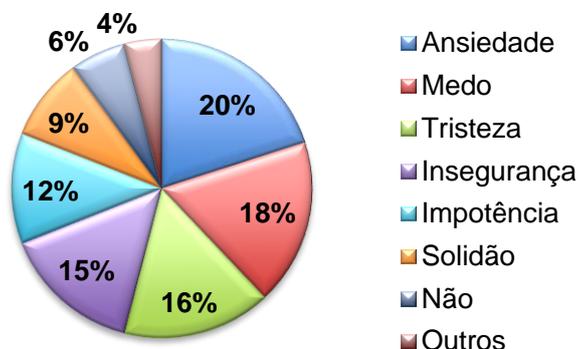
Em relação ao uso de medicação contínua, dos 25,6% que já relataram serem diagnosticados com algum transtorno mental, houve uma maior prevalência de uso de medicamentos para transtorno depressivo, ansiedade generalizada, transtorno de bipolaridade e outro tratamento. Cerca de 50% desses profissionais, relataram terem aumentado a dose do medicamento nos últimos 6 meses, fato esse que pode ser explicado pelo Ministério da Saúde (2020), em que se estima que entre um terço e metade da população exposta a uma epidemia pode vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica, em situações que não há nenhuma intervenção precoce de um cuidado especializado para as reações e sintomas apresentados diante epidemias.

Quando perguntado aos participantes se nos últimos 6 meses iniciaram uso de medicação psicotrópica, 18% responderam que sim, independente de terem ou não diagnosticado algum transtorno mental. Em relação aos sentimentos vivenciados na rotina de trabalho durante a Pandemia, cerca de 80% dos participantes da pesquisa relataram que, durante a pandemia, sentiram sensações não presenciadas previamente a esse cenário, como angústia, insegurança, medo, impotência, solidão e tristeza, sendo que muitos desses sentimentos apareceram como uma consequência das limitações da ciência frente ao enfrentamento da Covid-19. Segundo Schmidt B, et al. (2020), o medo de contrair a doença, de transmiti-la para familiares, o isolamento, o estresse, a sensação de não estar no controle da situação podem ser um dos principais motivos de alguns desses sintomas.

Além disso, segundo Zhang J, et al. (2020) apud Schmidt B, et al. (2020), em geral, esses profissionais foram orientados a não interagir de maneira próxima com outras pessoas, aumentando, assim, sentimentos de isolamento. Muitos tiveram, segundo os autores, que se adaptar as mudanças frequentes nos protocolos de atendimento, em decorrência dos novos desdobramentos da doença, ressaltando a preocupação e o tempo dispensado para colocação e remoção dos equipamentos de proteção individual, aumentando a exaustão relacionada ao trabalho.

Diante deste contexto todo, ainda tem as questões relacionada a morte. Mello AAM e Silva LC (2012), apontam como os profissionais de saúde, em especial os médicos, lidam com a morte e as angústias diante dela. As autoras ressaltam que aos profissionais não são oferecidas oportunidades para que convivam com essa angústia e todos os sentimentos advindos dela, seja pelo ritmo do trabalho, seja pelo ritmo da sua formação, ambos fundamentados num paradigma científico que ainda prima pelo controle e pela cura; que bem pouco assume certas impossibilidades e fragilidades humanas; que bem pouco se ocupa do cuidado.

Figura 3 - Sentimentos vivenciados pelos participantes frente a dificuldade da ciência em solucionar a pandemia da Covid-19.



Fonte: Neto COL, et al., 2021.

Em relação a gestão governamental, somente 25,6% dos atuantes na linha de frente apresentaram algum tipo de amparo psíquico fornecido pela instituição empregadora e consideradas por sua maioria de ótimo, bom a satisfatório, entretanto 70,6% desses profissionais não utilizam o serviço. Já aqueles que não tem essa

possibilidade, mostraram não participar de nenhum processo psicoterapêutico 80,5% e sua minoria, 19,6% fazem algum acompanhamento semanal. Moreira AS e De Lucca SR (2020), ressaltam a importância da psicoterapia ou de outro apoio emocional em momentos de crise, que de fato, segundo os autores é um elemento considerável para que a resiliência dos profissionais na área de saúde os mantenha fisicamente e psiquicamente prontos para enfrentarem situações de adversidade. Para os autores, a vivência no ambiente de trabalho proporciona ricas experiências, histórias e frustrações, por isso, o apoio entre os profissionais de saúde é fundamental para que percebam o quanto são importantes e essenciais.

Dos participantes 52,6% sentem-se seguros e muito seguros em utilizar os EPI's fornecidos e 47,4% sentem pouco ou nenhuma segurança, sendo uma opinião bem dividida na análise da pesquisa e observado nas respostas positivas a prevalência dos profissionais médicos. Segundo Soares CB, et al. (2020) esse fato pode ser explicado pelo acesso mais amplo aos EPI's por esses profissionais.

Os profissionais abordados na pesquisa apresentam jornadas que variam de 30 a 90 horas, sendo a minoria menor de 30 e maior que 90 horas, sendo 6,8 e 3,8 respectivamente. Dos profissionais que apresentam mais de 50 horas destacam-se médicos e enfermeiros, podendo ser uma problemática pois Afonso P, et al. (2017) ressaltam que a jornada de trabalho extensa está relacionada não só a problemas físicos, mas também a problemas mentais, principalmente ansiedade e depressão.

Compactuando com a mesma ideia Bannai A e Tamakoshi A (2014) complementam que pessoas que trabalham entre 11 a 12 horas por dia possuem um risco maior de desenvolver Transtorno Depressivo Maior se comparado a indivíduos que trabalham de 7 a 8 horas diárias, aumentando a incidência de relacionar a sintomas de ansiedade. Foi possível identificar que 82% das respostas tendem ao cansaço.

Stehman CR, et al. (2019) afirmam que as extensas jornadas de trabalho e todas as dificuldades encontradas nas profissões resultam que esses profissionais apresentem Burnout, com redução da produtividade, habilidade de enfrentamento e sentimento de inadequação pessoal. Tal síndrome aumenta os erros, atendimentos ineficientes, insatisfação de pacientes e da equipe.

Em relação ao afastamento de familiares e pessoas próximas, 79,3% dos profissionais precisaram se afastar de alguma forma de seus familiares. Segundo Kang L, et al. (2020), tais condições, podem correlacionar-se a distúrbios mentais desses atuantes e os problemas de saúde mental não afetam apenas o psíquico, mas também a atenção, a compreensão e a capacidade de tomada de decisões.

Além de todo cansaço e tensão, 63,2% dos profissionais também relataram que, nos últimos 6 meses, sofreram algum insulto ou repressão da sociedade. Para Aydogdu ALF (2020), a saúde mental dos profissionais padece da discriminação que sofrem desde o começo da pandemia e a violência moral que já sofriam se estende ao ambiente extra-hospitalar. Para o autor, as mídias sociais deveriam ser utilizadas para ajudar na disseminação de informações que auxiliem no combate a hostilização dos profissionais de saúde.

Como estratégia de enfrentamento, mais de 50% dos profissionais de saúde escolhem dormir após a jornada exaustiva para aliviar a tensão adquirida no trabalho. Em relação a atividade de lazer, 97,3% relataram fazer algum tipo de atividade de lazer. Teixeira Júnior MAB, et al. (2012), apontam que este é um fator protetor para qualidade de vida. Segundo Kawaguti CN (2010), os profissionais não incorporam esses hábitos no seu cotidiano, mesmo reconhecendo seus benefícios.

CONCLUSÃO

O estudo mostrou que houve impactos negativos na saúde mental dos profissionais atuantes na linha de frente contra a Covid-19, sendo os mais afetados os médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, independentemente do local de trabalho. A pesquisa mostrou limitações, uma vez que não teve respostas representativas de todas as profissões, como psicologia, assistência social, nutrição, entre outros. O trabalho possibilitou entender que a pandemia da Covid-19 não só trouxe consequências graves à saúde mental do trabalhador, por si só, como desvelou um sofrimento difuso e crescente dos trabalhadores que são submetidos a extenuante carga horária de trabalho e emoções diante a tanto sofrimento. Isto mostra a necessidade urgente de se criar estratégias que possibilitem um cuidado ao trabalhador para que possam construir práticas

de cooperação, espaços de fala e escuta e aporte psicológico para superação de situações impostas pela realidade e como prevenção a novos adoecimentos e agravos frente a futuras situações emergenciais.

REFERÊNCIAS

1. AFONSO P, et al. Impact of working hours on sleep and mental health. *Occup Med (Lond)*, 2017; 67(5): 377-382.
2. AYDOGDU ALF. Violência e discriminação contra profissionais de saúde em tempos de novo coronavírus. *J. nurs. Health*, 2020; 10(4): e20104006.
3. BANNAI A e TAMAKOSHI A. The association between long working hours and health: A systematic review of epidemiological evidence. *Scand J Work Environ Health*, 2014; 40(1): 5-18.
4. BARROS NMGC e HONÓRIO LC. Riscos de adoecimento no trabalho de médicos e enfermeiros em um hospital regional mato-grossense. *REGE*, 2014; 22(1): 20 p.
5. BORGES FES, et al. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. *Rev. Enferm. Atual In Derme*, 2021; 95(33).
6. BRASIL, Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria n. 454 de 20 de março de 2020. Declara, em todo o território nacional, o estado de transmissão comunitária do coronavírus (covid-19). *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 20 mar. 2020. Seção 1 - Extra, Edição:55-F, p.1
7. BROOKS SK, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 2020; 395(102227), p. 912-920.
8. DUARTE MLC, et al. Nursing and mental health: a reflection in the midst of the coronavirus pandemic. *Rev. Gaúcha de Enferm*, 2020; 42(esp): 6 p.
9. KANG L, et al. The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *The Lancet Psychiatry*, 2020; 7(3).
10. KAWAGUTI CN. Lazer no contexto do estilo de vida de profissionais da saúde. Dissertação de mestrado (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências (IBRC) - Rio Claro. Universidade Estadual Paulista; 2010; 65 p.
11. LIMA CKT, et al. The emotional impact of coronavirus 2019-Ncov (new coronavirus disease). *Psychiatry Research*, 2020; 287: 2 p.
12. MARTINEZ BP, et al. Papel do Fisioterapeuta em diferentes cenários de atuação à COVID-19. *ASSOBRAFIR Ciência*, 2020; 11(Supl 1): p. 27-30.
13. MEIRA KC, et al. O perfil e a sobrecarga na jornada de trabalho de profissionais da linha de frente ao combate à pandemia da Covid-19. *Observatório do Nordeste para Análise Sociodemográfica da Covid-19. ONAS-COVID19*. Mai 2020.
14. MELLO AAM e SILVA LC. A estranheza do médico frente à morte: Lidando com a angústia da condição humana. *Revista da Abordagem Gestáltica* 2012; XVIII(1): 52-60.
15. MCINTOSH K, et al. Novel Coronavirus. *UpToDate*, 2020.
16. MOREIRA AS e DE LUCCA SR. Apoio Psicossocial e Saúde Mental dos Profissionais de Enfermagem no Combate À Covid-19. *Enferm. Foco* 2020; 11(1)Especial: 155-161.
17. NAOUM PC e NAOUM FA. Explicando a biologia da infecção causada pelo coronavírus (COVID19). *AC&T.*, 2020.
18. OLIVEIRA WK, et al. Como o Brasil pode deter a COVID-19. *Epidemiol. Serv. Saúde*, 2020; 29(2): 8.
19. PRADO AD, et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; 46: e4128.
20. REIS AP, et al. Desigualdades de gênero e raça na pandemia de COVID-19: implicações para o controle no Brasil. *Saúde Debate*, 2020; 44(4): 324-340.
21. SAAR SRC e TREVIZAN MA. Papéis profissionais de uma equipe de saúde: visão de seus integrantes. *Rev Latino-am Enfermagem*, 2007; 15(1): 8.
22. SCHMIDT B, et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estud. Psicol*, 2020; 37:13.
23. STEHMAN CR, et al. Burnout, Drop Out, Suicide: Physician Loss in Emergency Medicine, Part I. *West J Emerg Med*, 2019; 20(5): 15.
24. SOARES CB, et al. Os trabalhadores de enfermagem na pandemia Covid-19 e as desigualdades sociais. *Rev Esc Enferm USP*, 2020; 54: 3.
25. TEIXEIRA JÚNIOR MAB, et al. A importância do lazer para a qualidade de vida do trabalhador. *Rev. Conexão Electr.*, 2012; 9: 15.
26. TSUGAWA Y, et al. Physician age and outcomes in elderly patients in hospital in the US: observational study. *BMJ*, 2017; 16: 10.
27. WEINTRAUB ACAM, et al Cuidados para os Profissionais de Saúde. In: NOAL DS org. *Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19*, Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020; 342 p.