

# EQUIPES DA SAÚDE SOB ESTRESSE EMOCIONAL

Triplica o nível de depressão entre profissionais que atendem pacientes com Covid-19

Carlos Fioravanti

**P**or estarem em contato com pessoas com Covid-19, médicos, enfermeiros, motoristas de ambulância e agentes comunitários da saúde estão sob intenso estresse emocional, expresso em insônia, ansiedade, depressão, irritabilidade e medo de se infectar ou de transmitir o novo coronavírus a seus familiares. As equipes de especialistas em saúde mental de várias universidades que observaram essas alterações também criaram ações para amenizar esses efeitos da pandemia. Até o final de julho, de acordo com o Conselho Federal de Enfermagem e o Ministério da Saúde, cerca de 310 enfermeiros e 113 médicos haviam morrido por causa da Covid-19 no Brasil.

“Os supervisores de equipes e os colegas devem estar atentos para identificar os sinais de que os colegas estão perto da exaustão emocional”, su-

gere a psiquiatra Ana Bresser Tokeshi, preceptora da residência em psiquiatria no Centro de Atenção Integrada à Saúde Mental (Caism) da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Ela e Amanda Steil, médica residente em medicina de emergência do Hospital São Paulo (HSP), ligado à Unifesp, coordenaram uma pesquisa on-line com médicos residentes de todo o país. O estudo reuniu 3.067 respostas, o equivalente a 8% dos médicos em formação no Brasil. As análises preliminares indicaram uma taxa de depressão de 67% e de ansiedade de 52% durante a pandemia, acima dos 20% e 40%, respectivamente, registrados em levantamentos anteriores no Brasil. “Quanto menor o respaldo dos supervisores, maior o risco de ansiedade e depressão”, concluiu Tokeshi.

Em maio, o único serviço nacional voltado a profissionais da saúde com dúvidas sobre a Covid-19, o 0800-644-6543, do MS, incorporou o TelePsiCovid-19, um serviço de atendimento psicológico e psiquiátrico coordenado pelo Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Depois de uma triagem, quem apresentar sintomas leves de ansiedade, depressão ou irritabilidade recebe uma avaliação por e-mail e segue para uma conversa com um psicólogo. Quem tiver sintomas mais pronunciados é conduzido para quatro consultas de uma hora de psicoterapia on-line. Os serviços psicológicos adotam uma de três abordagens distintas, a cognitiva-comportamental, a interpessoal e a telepsicoeducação, para ajudar a solucionar os problemas. “As estratégias devem funcionar, mas queremos avaliar cientificamente qual a mais eficaz para essas situações”, comenta o psiquiatra e coordenador do programa Giovanni Salum, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).

Das 300 pessoas atendidas até meados de julho, 30 estavam em situação mais grave. Dessas, os psiquiatras identificaram três com ideias suicidas que foram encaminhadas para os serviços de saúde das cidades onde moravam para ser atendidas com urgência. A equipe de 34 pessoas do TelePsiCovid-19 está preparada para atender pelo menos 10 mil funcionários do SUS – dos 3,5 milhões, cerca de 1 milhão trabalha diretamente com a Covid-19.

objetivo

“A maior parte dos profissionais da saúde não procura ajuda espontaneamente, principalmente os médicos”, reconhece o psiquiatra Eurípedes Constantino Miguel, da Universidade de São Paulo (USP). Miguel coordena o COMVC-19, programa de atendimento psicológico e psiquiátrico voltado aos cerca de 20 mil funcionários do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP. Até o dia 5 de julho, 345 pessoas, após a triagem inicial, foram encaminhadas para sessões de psicoterapia. Desse total, 142 relataram se sentir “nervosa, ansiosa ou muito tensa” e 98 “não ser capaz de impedir ou controlar as preocupações”, de acordo com o questionário de avaliação inicial; 108 eram enfermeiros e técnicos, 82 do setor administrativo, 76 médicos e 79 de outras categorias. Apresentado em junho na revista médica *Clinics*, o programa oferece vídeos sobre teoria e metodologia para profissionais da área da saúde mental e motivacionais para os que atendem pessoas com Covid-19.

Na Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da USP, as psicólogas Flavia de Lima Osório e Sonia Regina Loureiro coordenaram uma pesquisa on-line de alcance que reuniu mil respostas até o início de julho. Mais da metade (56%) dos participantes relatou sentir que as pessoas em geral evitavam contato com eles por causa do trabalho com pessoas com Covid-19 e 16% pensavam com regularidade em pedir demissão do emprego.

#### AMEDRONTADOS E DESTEMIDOS

“Vejo todo mundo estressado, correndo o dia inteiro, para salvar a vida dos pacientes”, observa a psiquiatra Vanessa de Albuquerque Cítero, coordenadora do serviço de saúde mental do HSP. Com sua equipe, ela intensificou a atenção às equipes médicas das UTIs e ambulatórios com pessoas com Covid-19. Cítero concluiu que a depressão e o medo, principalmente entre os médicos residentes, podem se expressar por meio do pessimismo ou, inversamente, pela displicência com as medidas de segurança contra o vírus, como se quisessem se infectar logo para se livrar da angústia persistente. “São formas de defesa emocional exacerbada para não entrar ou sair logo do sofrimento

emocional”, diz. Quando lhe parece necessário, ela recomenda a psicoterapia.

“Um mês depois do início da pandemia, comecei a atender residentes que estavam com Covid-19 e falavam sobre a angústia da morte e de não ter contato com os familiares”, relata a psicóloga Daniela Betinassi Parro-Pires, coordenadora do Núcleo de Assistência e Pesquisa em Residência (Napreme) da Unifesp.

Em maio, o psiquiatra Marcelo Feijó de Mello, com sua equipe, enviou e-mails e espalhou cartazes motivando as equipes do HSP a procurar os serviços on-line de atendimento psicológico e psiquiátrico do programa que ele coordena no Caism da Unifesp. Até meados de julho, chegaram 96 pedidos de ajuda. “A maioria dos casos era de estresse agudo, ansiedade e insônia, que melhoram bem com três sessões de atendimento, mas todos estavam com medo de ver pessoas morrendo sem poder fazer muita coisa”, comenta.

A pandemia agravou o desgaste físico, emocional e profissional de auxiliares e técnicos de enfermagem e enfermeiros. Maria do Perpétuo Nóbrega, da Escola de Enfermagem da USP, chegou a essa conclusão em julho, ao terminar a análise das respostas de 719 profissionais dessa área que participaram de uma pesquisa nacional on-line. Entre eles, 78,6% não haviam recebido suporte psicológico da instituição em que trabalhavam, 74,9% recebiam de 1 a 3 salários mínimos, 70,9% conheciam alguém com Covid-19 e 29,6% tinham algum familiar ou amigo que morreu por causa dessa doença. Entre os que responderam ao questionário, 38,2% relataram sintomas de depressão, 32,2% de ansiedade e 7,7% de pânico; depois do início da pandemia, 7,8% começaram tratamento psicológico e 5,4% psiquiátrico. Os profissionais dessa área que adoeciam por causa da Covid-19 expressavam culpa por não estar ajudando os colegas que permaneciam trabalhando nos hospitais. ■

#### Artigo científico

FUKUTI, P. *et al.* How institutions can protect the mental health and psychosocial well-being of their healthcare workers in the current Covid-19 pandemic. *Clinics*. v. 75, e1963. 3 jun. 2020.

