

# REFLEXOS DO ESTRESSE CRÔNICO NA EQUIPE MÉDICA DA LINHA DE FRENTE DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

## REFLECTIONS OF CHRONIC STRESS IN FRONTLINE MEDICAL STAFF DURING THE COVID-19 PANDEMIC: A SYSTEMATIC REVIEW

Aliciane de Oliveira Monteiro Nattrodt<sup>1</sup>, Mareilce Tatiane Oliveira Lopes<sup>2</sup>, Maxsuel Nunes da Silva<sup>3</sup>, Ygor Riquelme Antunes<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Graduanda em Medicina pela Faculdade Metropolitana de Rondônia, Brasil. E-mail: alicianemonteiro@gmail.com; <sup>2</sup>Graduanda em Medicina pela Faculdade Metropolitana de Rondônia, Brasil. E-mail: thatiane.nutri@hotmail.com; <sup>3</sup>Graduando em Medicina pela Faculdade Metropolitana de Rondônia, Brasil. E-mail: Maxsuel.alunomed@gmail.com; <sup>4</sup>Professor Orientador. Doutor. Mest. E-mail: prof.ygor.riquelme@fimca.com.br.

DOI: <https://doi.org/10.37157/fimca.v10i1.668>

### RESUMO

**Introdução:** a COVID-19 é causada pelo vírus Sars-Cov-2 que se espalhou rapidamente causando um crescimento exponencial dos casos, e em pouco tempo a doença foi tratada como uma pandemia, sobrecarregando assim, os serviços de saúde. Devido a isso, os profissionais de saúde, estão submetidos a um alto nível de estresse, o que pode prejudicar seu estado emocional, à medida que sua concentração, capacidade de decisão, limiar de irritabilidade, raciocínio, reflexos, sensibilidade, encontram-se bastante comprometidos. **Objetivo:** analisar os efeitos do estresse crônico na equipe médica da linha de frente durante a pandemia da Covid-19. **Material e Métodos:** tratou-se de uma revisão sistemática da literatura realizada no período de dezembro de 2022 a março de 2023 através da busca de artigos científicos indexados na Biblioteca Virtual de Saúde - BVS. **Resultados e Discussão:** de acordo com os estudos analisados, a maioria dos profissionais de saúde inseridos na linha de frente no combate à COVID-19 tem apresentado sintomas como ansiedade, estresse, insônia e depressão. Também foi demonstrado que os profissionais da linha de frente possuem o risco de desenvolver transtorno de estresse pós-traumático - TEPT, e síndrome de *Burnout*, ambos relatados por profissionais da saúde envolvidos. **Conclusão:** torna-se imprescindível a implementação de políticas públicas que promovam a valorização dos profissionais, e a implementação de medidas que visem a redução do impacto na saúde mental de profissionais, uma vez que tais sintomas podem interferir em uma qualidade de vida adequada e melhor desempenho no ambiente de trabalho.

**Palavras-chave:** Covid-19, estresse, equipe médica, pandemia, saúde.

### ABSTRACT

**Introduction:** COVID-19 is caused by the Sars-Cov-2 virus that spread rapidly causing an exponential growth in cases, and in a short time the disease was treated as a pandemic, thus overloading health services. Because of this, health professionals are subjected to a high level of stress, which can harm their emotional state, as their concentration, decision-making capacity, irritability threshold, reasoning, reflexes, and sensitivity, are very low. committed. **Objective:** to analyze the effects of chronic stress on frontline medical staff during the Covid-19 pandemic. **Material and Methods:** This was a systematic review of the literature carried out from December 2022 to March 2023 through the search for scientific articles indexed in the Virtual Health Library - VHL. **Results and Discussion:** According to the analyzed studies, most health professionals working on the front lines in the fight against COVID-19 have shown symptoms such as anxiety, stress, insomnia, and depression. It has also been shown that frontline professionals are at risk of developing post-traumatic stress disorder - PTSD, and Burnout syndrome, both reported by health professionals involved. **Conclusion:** it is essential to implement public policies that promote the appreciation of professionals, and the implementation of measures aimed at reducing the impact on the mental health of professionals since such symptoms can interfere with an adequate and better quality of life performance in the work environment.

**Keywords:** Covid-19, stress, medical team, pandemic, health.

## INTRODUÇÃO

Com a pandemia do Covid-19, o número de internações hospitalares aumentou, e isso têm gerado preocupações sobre o colapso do sistema de saúde em todo o mundo, pois não há intervenções farmacológicas eficazes e seguras no combate ao coronavírus. Na linha de frente dessa pandemia estão os profissionais de saúde de diversas categorias, sejam médicos, enfermeiros e demais gestores em saúde.

A OMS informa que os profissionais da enfermagem estão apresentando altos níveis de ansiedade, além do risco de adoecer, provocando problemas de saúde mental e aumentando os casos de estresse. Desta maneira, é recomendado a proteção dos funcionários contra o estresse crônico e a má saúde mental, e que lhes sejam proporcionadas as capacidades necessárias para o desempenho de suas funções (BRASIL, 2020).

Alguns desses casos foram associados a muitos sintomas de Transtorno de Estresse Pós-Traumático -TEPT, transtornos de ansiedade e afetos negativos após o final do isolamento social (DESCLAUX et al., 2017).

Diante disso, a problemática está relacionada sobre os reflexos do estresse crônico na equipe médica da linha de frente durante a pandemia da Covid-19. Os profissionais de saúde, além de apresentarem uma diversidade de emoções após o isolamento social, relataram sofrer maior estigmatização do que outros profissionais. Os indivíduos podem desenvolver sintomas de

traumatização indireta, exteriorizada por meio da perda do apetite, fadiga, declínio físico, distúrbios do sono, irritabilidade, desatenção, sonolência, medo e desespero.

Desta forma, o objetivo geral deste estudo foi analisar os efeitos do estresse em profissionais da saúde durante a pandemia do COVID-19. Já os objetivos específicos foram: avaliar os principais sinais e sintomas descritos e relatados nos artigos incluídos no estudo; investigar a frequência dos achados clínicos nos estudos publicados buscando estabelecer a epidemiologia; categorizar, quando possível, as variáveis quanto à estrutura, disponibilidade de material de proteção individual e coletiva e condições de trabalho da equipe médica no atendimento aos pacientes.

Portanto, a temática abordada no presente estudo é de suma importância tendo em visto que, ao fornecer informações para os profissionais da saúde, a partir de fontes oficiais, possibilitará minimizar e esclarecer notícias falsas e disseminação de ambas. Fornece-lhes maior segurança, contribuindo para a prevenção de sintomas psíquicos e gerenciamento do estresse.

Devido à possibilidade desse cenário ser estendido a outros profissionais frente a pandemia de COVID-19, faz-se necessário o conhecimento e o desenvolvimento de intervenções eficientes a fim de minimizar o sofrimento psicológico das pessoas.

## MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia empregada neste estudo foi pelo método integrativo de revisão sistemática, de pesquisa bibliográfica, cujo levantamento de dados foi realizado através do acesso a banco de dados online, no período de dezembro de 2022 a março de 2023. Através da busca de artigos científicos indexados na Biblioteca Virtual de Saúde - BVS, utilizando as seguintes bases de dados: Base de Dados da Enfermagem - BDENF, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - LILACS, combinadas com as bases de dados *Scientific Electronic Library Online* - SciELO e *US National Library of Medicine* - NIH/PubMed. Os descritores foram: “Covid-19”, “Pandemia”, “Saúde Mental”, “Infecções”, “profissionais”, “saúde”, conforme orientação dos Descritores em Ciências da Saúde - DeCS da Biblioteca Virtual em Saúde - BVS.

Os critérios de inclusão foram os artigos de estudos primários de abordagem qualitativa que tinham como participantes de pesquisa os profissionais de enfermagem que atuavam na linha de frente do Covid-19, artigos enquadrados nos critérios de inclusão publicados entre dezembro de 2022 a março de 2023 nos idiomas: português, espanhol e inglês. Os critérios adotados para exclusão foram os artigos duplicados (repetidos), que não tinham relação com a temática, relatos de experiências e sem acesso ao texto completo de maneira gratuita.

Os dados foram coletados a partir de dos critérios de inclusão e exclusão de artigos, extraindo as informações dos artigos selecionados a partir dos critérios estabelecidos para análise e posterior discussão dos resultados.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O trabalho pretendeu demonstrar os mecanismos do estresse e outros fatores psicossomáticos influenciando de direta e indiretamente na rotina de trabalho da equipe de saúde da “linha de frente” do enfrentamento da pandemia do Covid-19. Com o estudo, esperou-se identificar traços ou características comportamentais, sintomáticas e a influência do estresse, a exemplo do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), nos profissionais de diversas áreas atuantes na linha de frente da pandemia de COVID-19.

Desta forma, foram encontrados 26 artigos abordando a temática, no entanto, após, a aplicação dos critérios de inclusão, restaram 22 artigos, e depois da leitura exaustiva de títulos e resumos, foi selecionado em um total de 14 artigos entre nacionais e internacionais para obtenção dos resultados (Tabela 1).

**Tabela 1:** Síntese dos manuscritos em relação aos reflexos do estresse crônico na equipe médica da linha de frente durante a pandemia da Covid-19.

Autores	Síntese
Góes et al, 2020.	Em situações de estresse constante, apresentam maior predisposição para sofrimento mental, diretamente relacionadas a sofrimentos físicos e emocionais, por prestar serviços diante das condições do local de trabalho e por falta de reconhecimento profissional.
Chung, 2020.	As fontes de estresse são devido à natureza da própria infecção, testes insuficientes, falta de vacinas ou de um tratamento eficaz, evolução grave de alguns pacientes, falta de equipamentos de proteção individual (EPI) e de suprimentos médicos, cargas de trabalho prolongadas e condições inadequadas de repouso.
Doumouras, 2017.	Foi demonstrado que estresse em demasia pode prejudicar as habilidades dos médicos e demais profissionais da saúde.

Galanis, 2021.	A sobrecarga provocada pelo estresse pode resultar no desenvolvimento da Síndrome de <i>Burnout</i> , caracterizada por um estado de exaustão emocional, gerando graves problemas psicológicos e mentais e podem levar ao esgotamento com consequente redução da produtividade, erros em ambientes clínicos e falta de preocupação em lidar com os pacientes.
Teixeira, 2020.	O estresse resulta em implicações e repercussões no processo de trabalho e, possivelmente, também na vida pessoal e familiar desses profissionais, pois, o medo e a apreensão, sobretudo em relação ao risco de expor-se ao vírus e, por conseguinte, contaminar suas famílias, enfaticamente relatado por aqueles que atuavam na linha de frente.
Maslach, 2001.	Aspectos negativos do estresse relacionado ao trabalho incluem “ <i>burnout</i> ”, devido ao esgotamento de recursos emocionais, primordial no caso da linha de frente profissionais de saúde, pois esse esgotamento pode levar a uma atitude em relação aos seus pacientes e destinatários de cuidados.
Kisely, 2020.	De acordo com estudos, os efeitos psicológicos em profissionais de saúde em áreas de alto risco apresentavam níveis aumentados de estresse agudo ou pós-traumático e sofrimento psicológico.
Mendonça, 2021, p.25.	Um estudo realizado em São Paulo demonstrou que médicos de especialidades clínicas apresentaram os maiores índices de sintomas de ansiedade e burnout, entre as especialidades durante a pandemia.
Pereira et al., 2020.	No Canadá com o surto de COVID-19, os sintomas que exemplificam prejuízo na saúde mental dos trabalhadores da saúde, era devido a sensação de alto risco de contaminação, efeito da doença na vida profissional e humor deprimido.
Guimarães, 2018.	A exaustão física e mental, a dor da perda de pacientes e colegas, a dificuldade de tomada de decisão, o medo da contaminação e da transmissão da doença aos entes próximos também são fatores que prejudicam a saúde mental dos profissionais atuantes na linha de frente da doença.
Sun, 2020.	O relato de que a equipe precisava conservar as roupas de proteção pelo máximo de tempo possível, já que os equipamentos para uso individual eram escassos, causavam muito estresse, gerando muito desconforto e fadiga para os trabalhadores.
Yin, 2020.	No entanto, após vivenciar um período de estresse contínuo, os indivíduos podem desenvolver sintomas de traumatização indireta, exteriorizada por meio da perda do apetite, fadiga, declínio físico, distúrbios do sono, irritabilidade, desatenção, sonolência, medo e desespero.
Jiang, 2020.	Geralmente em um período de surto, grande parte dos profissionais de saúde envolvidos desenvolveu algum tipo de transtorno mental. Entre eles, o mais relatado é o transtorno de estresse pós-traumático -TEPT
Maunder, 2004.	Dentre os fatores de riscos, estão as exposições de alto risco, quarentena durante o surto, morar sozinho, ter um familiar/amigo infectado, sentir-se obrigado a cuidar de pacientes infectados devido a ocupação, estigmatização ou isolamento social, carga de trabalho e apoio psiquiátrico ou psicológico inadequado.

De acordo com os estudos analisados, a maioria dos profissionais de saúde inseridos na linha de frente no combate à COVID-19 tem apresentado sintomas como, ansiedade, estresse, insônia e depressão, alguns fatores têm contribuído para o desenvolvimento desses sintomas mentais, entre eles, o medo que o profissional tem de ser contaminado e transmitir o vírus para outra pessoas, um ambiente de trabalho hostil, a carga

exaustiva de serviço, o isolamento social, frustração, tédio, além de falta de suprimentos e informações inadequadas sobre a doença.

Além disso, também foi demonstrado que os profissionais da linha de frente possuem o risco de desenvolver transtorno de estresse pós-traumático - TEPT, e síndrome de *Burnout*, ambos relatados por profissionais da saúde envolvidos.

A Síndrome de Burnout é caracterizada por um estado de exaustão emocional, gerando graves problemas psicológicos e mentais e podem levar ao esgotamento com consequente redução da produtividade, erros em ambientes clínicos e falta de preocupação em lidar com os pacientes (GALANIS, 2021).

Além disso, o estresse agudo ou pós-traumático se eleva quando os profissionais de saúde estão expostos aos surtos de vírus emergentes em áreas de alto risco (KISELY, 2020).

Durante a última década, motivado por números alarmantes de casos de transtornos mentais, doenças e suicídios na comunidade médica, as questões de saúde mental foram destacadas:

Um estudo quantitativo realizado em São Paulo demonstrou que médicos de especialidades clínicas apresentaram os maiores índices de sintomas de ansiedade (52,6%) e burnout (51,2%), entre as especialidades. Residentes de especialidades clínicas estão em maior risco de ansiedade, depressão e burnout. Os sintomas de ansiedade e depressão pioraram durante a pandemia de COVID-19. Há uma necessidade geral de intervenções de apoio à saúde mental para médicos residentes, o que requer reforço durante esta crise mundial (MENDONÇA, 2021, p.25).

Além disso a exaustão física e mental, a dor da perda de pacientes e colegas, a dificuldade de tomada de decisão, o medo da contaminação e da transmissão da doença aos entes próximos também são fatores que prejudicam a saúde mental dos profissionais atuantes na linha de frente da doença (GUIMARÃES, 2018).

Apesar dos esforços para reduzir a pressão sofrida pela equipe médica e de enfermagem com o fornecimento adequado de equipamentos de proteção individual, adoção de estratégias de controle de infecção e envio de profissionais da saúde para reduzir a intensidade do trabalho, é perceptível a contribuição do crescente fluxo de casos suspeitos e confirmados da doença para as pressões e preocupações dos profissionais.

## CONCLUSÃO

Diante do atual contexto de saúde em decorrência da pandemia do novo coronavírus, sabe-se que o sistema de saúde, o poder público e a sociedade não estavam preparados para lidar com todas as mudanças provocadas pela covid-19. Mesmo lidando com uma situação inesperada e inédita para muitos profissionais, eles obtiveram um protagonismo fundamental nesse processo, entretanto, acarretou sérios problemas relacionado à saúde emocional e psicológica da equipe de saúde atuante frente a pandemia cresceu muito, como o estresse crônico.

Após vivenciar um período de estresse contínuo, os indivíduos podem desenvolver sintomas de traumatização indireta, exteriorizada por meio da perda do apetite, fadiga, declínio físico, distúrbios do sono, irritabilidade, desatenção, sonolência, medo e desespero. Nestes casos, quando o grau de dano excede a tolerância psicológica e emocional dos profissionais envolvidos, é possível o desenvolvimento de transtornos mentais.

Assim sendo, mesmo com todos os desafios e dificuldades, torna-se imprescindível a implementação de políticas públicas que promovam a valorização dos profissionais, seja através de remuneração digna, melhores condições de trabalho. Bem como,

a implementação de medidas que visem a redução do impacto na saúde mental de profissionais, uma vez que tais sintomas podem interferir em uma qualidade de vida adequada e melhor desempenho no ambiente de trabalho.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL, Ministério da Saúde. Centro de Operações de Emergências em Saúde Pública. Infecção Humana pelo Novo Coronavírus (2019-nCoV). Brasília - DF: Boletim Epidemiológico. 2020. Disponível em: <https://ameci.org.br/wp-content/uploads/2020/02/Boletim-epidemiologico-SVS-10-fev20-corrigido2.pdf>. Acesso em: 11 mar. 2023.
- CHUNG, JPY *et al.* Staff Mental Health Self-Assessment During the COVID-19 Outbreak. *East Asian Arch Psychiatry*. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32229646/>. Acesso em: 21 fev. 2023.
- DESCLAUX, Alice. *et al.* Accepted monitoring or endured quarantine? Ebola contacts' perceptions in Senegal. *Social Science and Medicine*, v. 178, p. 38-45, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28192745/>. Acesso em: 28 fev. 2023.
- DOUMOURAS, A. *et al.* Nontechnical skills of surgeons and anaesthetists in simulated operating theatre crises. *Br J Surg* 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28376246/>. Acesso em: 26 fev. 2023.
- GALANIS, Petros *et al.* Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Jornal de enfermagem avançada*. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33764561/>. Acesso em: 28 fev. 2023.
- GÓES, F.; SILVA, A.; SANTOS, A. *et al.* Challenges faced by pediatric nursing workers in the face of the COVID-19 pandemic. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.4550.3367PMid:32901774>. Acesso em: 14 fev. 2023.
- GUIMARÃES, Alice Viana; BRASIL, Amanda Mendonça. O adoecimento psíquico e a atividade laboral do profissional de saúde. Projeto de Pesquisa (Trabalho de Conclusão de Curso I) - Curso de Graduação em Enfermagem. Centro Universitário de Anápolis, Anápolis, 2018. Disponível em: <http://repositorio.ace.edu.br/bitstream/ace/1120/1/O%20ADOECIMENTO%20P S%20C%20DQUICO%20E%20A%20ATIVIDADE%20LABORAL%20DO%20 PROFISSIONAL%20DE%20SA%20C%209ADE.%20ok.pdf>. Acesso em: 11 dez. 2022.
- JIANG X, *et al.* Psychological crisis intervention during the outbreak period of new coronavirus pneumonia from experience in Shanghai. *Psychiatry Res*. 2020; 286: 112903. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112903>. Acesso em: 11 dez. 2022.
- KISELY, S. *et al.* Occurrence, prevention, and management of the psychological effects of emerging virus outbreaks on healthcare workers: rapid review and meta-analysis. *BMJ*. 2020. PMID: 32371466. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bmj.m1642>. Acesso em: 01 mar. 2023.
- MASLACH, Christina; SCHAUFELI Wilmar B.; LEITER Michael P. Job burnout. *Annu Rev Psychol* 52. 2001. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.52.1.397>. Acesso em: 19 fev. 2023.
- MAUNDER RG.; LANCEE WJ.; ROURKE S. Factors associated with the psychological impact of severe acute respiratory syndrome on nurses and other hospital workers in Toronto. *Psychosom Med*. 2004; 66 (6): 938-42. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1097/01.psy.0000145673.84698.18>. Acesso em: 09 fev. 2023.
- MENDONÇA, Vitor Silva; STEIL, Amanda; GOIS, Aécio Flávio Teixeira de. COVID-19 pandemic in São Paulo: a quantitative study on clinical practice and mental health among medical residency specialty. *Escola Paulista de Medicina – Universidade Federal de São Paulo (EPM-UNIFESP)*, 2021. São Paulo (SP), Brasil. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/spmj/a/bQBJRt3rRFdJKBfzNfpjgBx/abstract/?format=html&lang=en>. Acesso em: 04 mar. 2023.
- PEREIRA, Mara Dantas. *et al.* The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. *Revista Research, Society and Development*, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548>. Acesso em: 10 mar. 2023.
- SUN N, SHI S, JIAO D. A Qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients. *Am J Infect Control*. 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ajic.2020.03.018>. Acesso em: 02 fev. 2023.
- TEIXEIRA, A.C. PEREIRA, R. SILVA, J. Facing COVID-19: experience report from a portuguese intensive care unit. *Rev. Parana Enferm*, 2020; 3 (1): 82-90. Disponível em: <http://seer.fafiman.br/index.php/REPEN/article/download/599/553>. Acesso em: 02 fev. 2023.
- YIN X, ZENG L. A study on the psychological needs of nurses caring for patients with coronavirus disease 2019 from the perspective of the existence, relatedness, and growth theory. *Int J Nurs Sci*. 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.04.002>. Acesso em: 02 fev. 2023.