



Como as condições de trabalho afetam a saúde mental de intensivistas

Roveda, José Reinaldo Correa; Tramontina, Larissa Verçosa¹

Acadêmicos de medicina da Universidade Federal de Minas Gerais

Prof. Orientador: Luiz Sérgio Silva

Contexto e antecedentes

De acordo com o Conselho Federal de Medicina (CFM), 6.562 médicos tem título de intensivista no Brasil. Esta especialidade é considerada nova, tendo seu início na metade do século XX, devido à necessidade de acompanhar pacientes em estado grave. O manejo de pacientes graves requer monitorização de pacientes críticos, suporte de vida e vigilância ativa quanto a possíveis falências orgânicas¹⁻⁴. Porém, o aumento da demanda por unidades de terapia intensiva (UTIs) não é acompanhada pelo aumento proporcional dos profissionais especializados⁴⁻⁶. Esse desequilíbrio gera impacto no profissional que pode estar associado as longas jornadas de trabalho⁴⁻⁶, exposição a riscos⁴, poucas horas de descanso⁴⁻⁶, até mesmo a sensação médica de que muitas vidas estão em suas mãos^{1,4,5}.

Objetivo

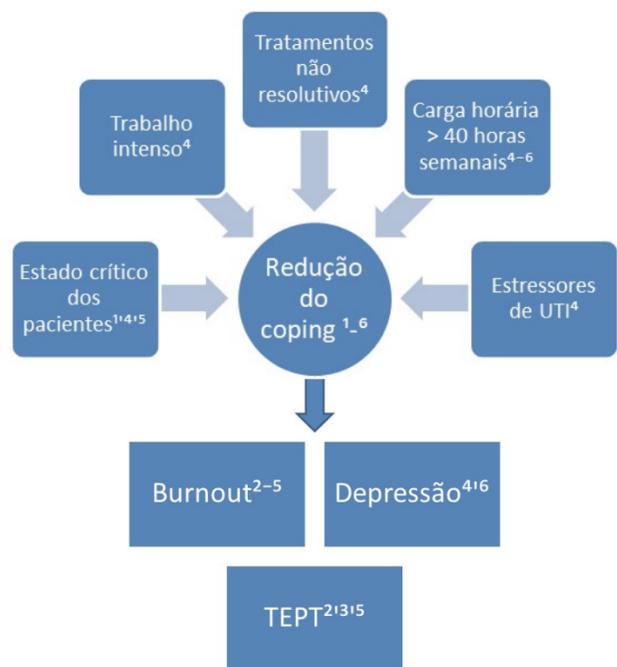
Correlacionar as condições de trabalho dos profissionais da terapia intensiva com transtornos psiquiátricos como burnout, estresse pós-traumático (TEPT), depressão, entre outros. Foi realizada revisão da literatura a partir de busca na plataforma Pubmed, limitando os resultados para somente publicações a partir de 2017 na língua inglesa e de livre acesso.

Resultados relevantes

Infográfico 1: Fatores que influenciam a saúde mental de intensivistas.



Infográfico 2: Condições de trabalho de intensivistas e sua correlação com *coping* e com transtornos mentais.



Recomendações

A associação entre os transtornos psiquiátricos e o trabalho UTIs está bem estabelecida. Para lidar com essa situação, estudos mostraram que a resiliência é uma importante característica nos profissionais de saúde, estando relacionada com diminuição da angústia frente às situações de estresse e dos diferentes transtornos mentais^{1,2,5}. Foi observado também que estratégias de *coping* relacionadas a procura por ajuda ou por solução do problema e pensamento positivo diminuem a chance de desenvolver TEPT e burnout comparados a pensar demasiadamente sobre a situação, culpar-se, isolar-se ou evitar o problema¹⁻⁶. Dessa forma, para diminuir as taxas de transtornos mentais em intensivistas, as instituições de saúde devem desenvolver programas de suporte para estes profissionais, treinando-os para a resolução de problemas^{2,6} e para lidar com o cuidado no fim da vida⁶, além de treinamento em *mindfulness*^{1,2,6} e em estratégias de manejo do estresse^{4,6}. Eles devem ser incentivados a processar emocionalmente os traumas, podendo usar um *hobby*^{2,6} para isso, e a desenvolver boas estratégias de *coping*¹⁻⁶.

Referências

- Schäfer SK, Lass-Hennemann J, Groesdonk H, Volk T, Bomberg H, Staginnus M, Brückner AH, Holz E, Michael T. Mental Health in Anesthesiology and ICU Staff: Sense of Coherence Matters. *Front Psychiatry*. 2018 Sep 19;9:440. doi: 10.3389/fpsy.2018.00440. PMID: 30283365; PMCID: PMC6156425
- Colville GA, Smith JG, Brierley J, Citron K, Nguru NM, Shaunak PD, Tam O, Perkins-Porras L. Coping With Staff Burnout and Work-Related Posttraumatic Stress in Intensive Care. *Pediatr Crit Care Med*. 2017 Jul;18(7):e267-e273. doi: 10.1097/PCC.0000000000001179. PMID: 28459762.
- Rodríguez-Rey R, Palacios A, Alonso-Tapia J, Pérez E, Álvarez E, Coca A, Mencía S, Marcos A, Mayordomo-Colunga J, Fernández F, Gómez F, Cruz J, Ordóñez O, Llorente A. Burnout and posttraumatic stress in paediatric critical care personnel: Prediction from resilience and coping styles. *Aust Crit Care*. 2019 Jan;32(1):46-53. doi: 10.1016/j.aucc.2018.02.003. Epub 2018 Mar 28. PMID: 29605169.
- Vandevala T, Pavey L, Chelidoni O, Chang NF, Creagh-Brown B, Cox A. Psychological rumination and recovery from work in intensive care professionals: associations with stress, burnout, depression and health. *J Intensive Care*. 2017 Feb 2;5:16. doi: 10.1186/s40560-017-0209-0. PMID: 28174662; PMCID: PMC5290656.
- Bialek K, Sadowski M. Level of stress and strategies used to cope with stress by physicians working in intensive care units. *Anaesthesiol Intensive Ther*. 2019;51(5):361-369. doi: 10.5114/ait.2019.90473. PMID: 31893602.
- Shenoi AN, Kalyanaraman M, Pillai A, Raghava PS, Day S. Burnout and Psychological Distress Among Pediatric Critical Care Physicians in the United States. *Crit Care Med*. 2018 Jan;46(1):116-122. doi: 10.1097/CCM.0000000000002751. PMID: 29016364.