

# SAÚDE MENTAL DO MÉDICO NO COMBATE À COVID-19

Arthur Bunte de Carvalho Magnani<sup>1</sup>, Bruna Achtschin Fernandes<sup>1</sup>, Eduarda de Carvalho Maia e Amaral<sup>1</sup> e Camila Menezes<sup>2</sup>

1. Acadêmico do curso de Medicina da UFMG

2. Professora do departamento de Medicina Preventiva e Social da Faculdade de Medicina da UFMG

## Contexto e Antecedentes

O primeiro caso da COVID-19 foi confirmado em novembro de 2019, na cidade chinesa de Wuhan e, desde então, a doença configura uma problemática de saúde global.<sup>1</sup> Frente a um cenário de pandemia, os médicos se deparam com inúmeros desafios: alta demanda de trabalho, possibilidade de contágio do vírus, novos protocolos de equipamentos de proteção individuais, inúmeras mortes e pacientes em estado grave, necessidade frequente de comunicação de más notícias e de realizar decisões eticamente difíceis no cuidado aos doentes. Sendo assim, mediante a vivência de situações corriqueiras de estresse, solidão e incertezas, é possível destacar efeitos negativos na saúde mental dos profissionais de saúde que estão na linha de frente do combate ao novo coronavírus.<sup>2</sup>

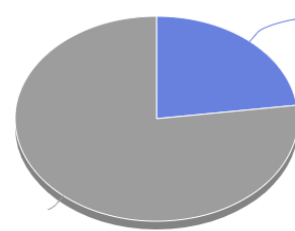
Apesar da grande heterogeneidade entre os estudos, a maioria desses trabalhadores experimentou sintomas leves de depressão e ansiedade. A prevalência de insônia foi estimada em cinco dos treze estudos e a prevalência combinada foi calculada como 34,32%.<sup>3</sup>

É importante ressaltar algumas limitações dos atuais estudos sobre a saúde mental de médicos e profissionais de saúde no geral. Todos os artigos analisados foram feitos na China, e, além de estarem concentrados em um mesmo país, há, ainda, uma escassez de dados na literatura, devido à data recente de início da pandemia. Também por esse motivo, não há trabalhos longitudinais disponíveis, que avaliem o impacto a longo prazo desse contexto na saúde mental dos médicos.

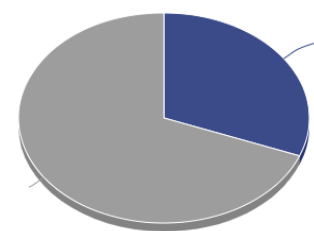


## Objetivo

Discutir impactos na saúde mental dos profissionais da saúde diante do cenário de enfrentamento da pandemia da COVID-19.



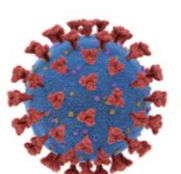
depressão: 22.8



insônia: 34.3

## Recomendações

Em todos os estudos analisados, o rápido acesso à psicoterapia e à consultas psiquiátricas, além do afastamento do trabalho foram medidas fundamentais na melhora da saúde mental dos médicos. Ademais, é importante o apoio social entre os colegas de trabalho, e, portanto, é necessário incentivar o diálogo e troca de experiência entre a equipe de profissionais de saúde, planejar as escalas de turno para que essas equipes fiquem juntas, encorajar os colegas a manter o autocuidado, sinalizar os recursos de apoio psicológico e manter atualizações regulares sobre o estado de saúde dos colegas de trabalho (apresentando também um planejamento específico de apoio em caso de membros da equipe que vierem a óbito ou que se encontram gravemente doentes). Além disso, o suporte durante e após o isolamento, quando este é necessário frente à suspeita de contaminação pelo SARS-Cov-2 é uma medida essencial para a manutenção da saúde mental dos médicos. Por fim, é necessário o reconhecimento de fatores possam potencializar o impacto negativo da pandemia no bem estar dos profissionais, como trabalhos em turnos noturnos e na linha de frente.<sup>2,4</sup>



## Resultados Relevantes

O aumento da pressão sobre os trabalhadores da área da saúde que lidam não só com a exposição direta do ambiente de trabalho, mas também com o medo de infecção de amigos ou parentes próximos, gera impactos psicológicos, podendo-se destacar reações agudas de estresse: como ansiedade e humor deprimido. Ademais, nota-se também alterações cognitivas, como dificuldade de concentração e déficit na memória e físicas, como palpitações, cefaleia e insônia. A sobrecarga de recursos existentes devido ao elevado número de pacientes que precisam de intubação e tratamento intensivo pode levar à decisões clínicas de impacto ético e moral. Pode-se evidenciar, também, um risco aumentado para desenvolver transtorno de estresse pós traumático.<sup>2</sup>

Uma revisão sistemática e meta-análise de treze estudos demonstrou prevalência de ansiedade (23,2%) e depressão (22,8%), entre os profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19.

## Referências:

1. Kang, Lijun, et al. "Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 novel coronavirus disease outbreak: A cross-sectional study." *Brain, behavior, and immunity* (2020). Mohd Fauzi, Mohd Fadhi, et al. 2
2. Walton, Matthew, Esther Murray, and Michael D. Christian. "Mental health care for medical staff and affiliated healthcare workers during the COVID-19 pandemic." *European Heart Journal: Acute Cardiovascular Care* (2020): 2048872620922795.
3. Pappa, Sofia, et al. "Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis." *Brain, behavior, and immunity* (2020).
4. "Doctors' Mental Health in the Midst of COVID-19 Pandemic: The Roles of Work Demands and Recovery Experiences." *International journal of environmental research and public health* 17.19 (2020): 7340.