

FATORES DE RISCO PARA A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

RISK FACTORS FOR BURNOUT SYNDROME IN HEALTH PROFESSIONALS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Francisca Edinária de Sousa Borges¹ * Diego Felipe Borges Aragão² * Francisco Erivânio de Sousa Borges³ * Francisco Etevão de Sousa Borges⁴ * Antônia Sylca de Jesus Sousa⁵ * Ana Larissa Gomes Machado⁶

RESUMO

OBJETIVO: analisar os fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19. **MÉTODO:** revisão integrativa realizada no período de abril a agosto de 2020, na qual foram consultadas as bases de dados LILACS, SciELO e PubMed, resultando em dez artigos analisados. **RESULTADOS:** a análise dos artigos incluídos no estudo permitiu identificar os seguintes fatores de risco para a síndrome nos trabalhadores: sobrecarga de trabalho, estresse, esgotamento físico, depressão e interação social comprometida. **CONCLUSÃO:** medidas de intervenção psicológica devem ser implementadas para minimizar os efeitos dos fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde, assim como a reorganização da jornada de trabalho e benefícios financeiros para a valorização do profissional da saúde.

Palavras Chave: Infecções por Coronavírus; Saúde do Trabalhador; Esgotamento Psicológico; Riscos ocupacionais.

ABSTRACT:

OBJECTIVE: to analyze the risk factors for the development of Burnout Syndrome (SB) in health professionals during the Covid-19 pandemic. **METHOD:** an integrative review carried out from April to August 2020, in which the LILACS, SciELO and PubMed databases were consulted, resulting in ten analyzed articles. **RESULTS:** the analysis of the articles included in the study allowed to identify the following risk factors for the syndrome in workers: work overload, stress, physical exhaustion, depression and impaired social interaction. **CONCLUSION:** psychological intervention measures must be implemented to minimize the effects of factors that contribute to the development of Burnout syndrome in health professionals, as well as the reorganization of the workday and financial benefits for the valorization of the health professional.

Keyword: Coronavirus infections; Worker's health; Psychological Exhaustion; Occupational risks.

¹ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Piauí, UESPI, Brasil. Membro do Grupo de Pesquisa Qualidade de Vida em Saúde (GPEQ - UESPI). Pesquisas na área de Saúde da Mulher, Saúde da Criança e Saúde Pública/Saúde Coletiva. Email: edinariasousa@hotmail.com

² Graduado em Administração pela Universidade Estadual do Piauí. Atualmente é docente e coordenador do eixo de gestão e negócio do Centro Estadual de Educação Profissionalizante do Piauí (CEEP -Oeiras,Pi). Também é Instrutor Horista do SENAC -Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial. Possui experiência na área administrativa, com ênfase em Administração Pública. Especialização em andamento em Administração Pública. Email: diego_contemporanea@hotmail.com

³ Graduando de Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí (UFPI). Membro do Grupo de Pesquisa Gestão do Cuidado e dos Serviços de Saúde (GPESC/UFPI). Email: erivaniosousa200@gmail.com

⁴ Graduando de Enfermagem pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI). Email: etevaniosousa@hotmail.com

⁵ Enfermeira. Mestre em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde-UECE. Doutoranda em Enfermagem- UFPI. Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal do Piauí- CSHNB. Membro dos grupos de pesquisas Saúde Coletiva (GPeSC) e Tecnologias de informação e comunicação (GEPETEINCO). Email: sylcasousa88@hotmail.com

⁶ Doutora em Enfermagem. Docente da Universidade Federal do Piauí, Campus Senador Helvídio Nunes de Barros. Tutora do programa de Educação Tutorial Cidade, Saúde e a Justiça/ UFPI. Email: analarissa2001@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

O trabalho está presente no cotidiano das pessoas e, em muitos casos, pode se tornar um promotor do estresse. Pela sua significância, essa problemática tornou-se alvo de pesquisas nas áreas sociais e da saúde pelos efeitos psicológicos e fisiológicos que pode causar ao trabalhador. O estresse ocupacional surge no campo da saúde como um problema real entre os profissionais devido às características exaustivas do trabalho⁽¹⁾.

A Síndrome de Burnout (SB) é caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal, em resposta às fontes crônicas de estresse. É identificado como um fenômeno comum entre muitos profissionais, com maior incidência em trabalhadores que têm contato direto com pessoas⁽²⁾.

A pandemia da COVID-19 gerou preocupação com a saúde mental da sociedade, especialmente a dos profissionais de saúde que estão na linha de frente no combate a pandemia. A SB se intensifica nesse contexto, uma vez que a jornada excessiva de trabalho causada pelo novo coronavírus cresce de maneira desorganizada. Dessa forma, a sobrecarga de trabalho pode ocasionar perturbações psicológicas e sociais, e interferir na qualidade de vida dos profissionais da saúde⁽³⁾.

A COVID-19 é uma doença causada pelo vírus SARS-COV-2 que pode ser transmitido entre os seres humanos através de gotículas e causar doenças respiratórias, entéricas, hepáticas e neurológicas. Embora tenha uma taxa de letalidade de aproximadamente 3%, esse vírus possui uma alta disseminação quando comparado aos outros da mesma espécie⁽⁴⁾.

Em tempos de pandemia, a saúde física e o combate ao agente causador da doença são o foco da atenção dos gestores e dos trabalhadores de saúde, no entanto, a saúde mental desses profissionais tende a ser negligenciada⁽⁵⁾.

A preocupação de ser infectado por um vírus de rápida disseminação e pouco conhecido pode prejudicar a saúde mental dos indivíduos, especialmente dos profissionais de saúde. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse têm sido frequentes entre esses trabalhadores durante a pandemia^(6,7).

Assim, percebe-se que a pandemia da COVID-19 trouxe um problema a mais para o bem-estar de médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem e demais profissionais da área. Em momentos de maior pressão, a exemplo da luta contra o novo coronavírus, esses trabalhadores esquecem-se da própria saúde. O bem-estar físico e mental desses indivíduos é afetado, propiciando o surgimento de transtornos relacionados ao estresse e à ansiedade como a SB⁽⁴⁾.

Diante disso, torna-se necessário o seguinte questionamento: quão exposto ao desenvolvimento da SB o profissional da saúde está diante da pandemia do novo coronavírus e quais os fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome?

O estudo teve como objetivo analisar os fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19.

MÉTODOS

O estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura e consiste no cumprimento das etapas: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; estabelecimento dos critérios de elegibilidade; identificação dos estudos nas bases científicas; avaliação dos estudos selecionados e análise crítica; categorização dos estudos; avaliação e interpretação dos resultados e apresentação dos dados na estrutura da revisão integrativa ⁽⁸⁾.

A busca pelos artigos foi realizada entre os meses de abril e agosto de 2020. A pesquisa teve início com artigos indexados em três bases de dados: Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS) via Portal da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (PubMed), via Medline.

Foram utilizados os descritores Infecções por Coronavírus, Saúde Mental e Categorias de Trabalhadores, disponíveis nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), e Coronavirus Infections, Mental Health e Occupational Groups no MeSH intercalados pelo operador booleano OR com os seus sinônimos e com o operador AND entre os diferentes descritores. Na LILACS e PubMed os artigos foram pesquisados tanto através de descritores, quanto por palavras contidas nos títulos, nos resumos e nos desenvolvimentos textuais. Na SciELO, as opções de busca encontradas na base de dados foram identificadas por entre palavras e expressões presentes nos títulos e nos resumos.

A procura gerou uma lista de 61 artigos. Com o auxílio dos filtros Pessoal de Saúde, Saúde Mental, Estresse Psicológico, Transtornos Mentais e Ansiedade, a seleção foi reduzida para 44 artigos. Foram aplicados, como critérios de inclusão, estudos nacionais e internacionais, artigos envolvendo o objetivo da pesquisa e texto completo.

Com a leitura dos títulos e resumos foi realizada uma etapa de seleção dos artigos que estavam associados diretamente à temática de interesse, sendo excluídos estudos que não abordavam o tema proposto. Com esse procedimento, chegou-se ao número de 10 artigos, utilizados no intuito de responder o objetivo proposto, como apresentado na tabela 1.

Tabela 1 - Seleção dos artigos nas bases de dados, abril e maio de 2020, Picos-PI, Brasil, 2020.

Bases de dados	Artigos encontrados	Artigos duplicados	Artigos excluídos	Artigos selecionados
LILACS	3	0	0	3
SciELO	2	0	0	2
PubMed	49	0	45	5
TOTAL	54	0	45	10

Fonte: Elaborada pelos autores.

Foi realizada uma leitura crítica e reflexiva dos títulos e dos resumos encontrados. Posteriormente, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, e a avaliação da qualidade metodológica, procedeu-se a uma análise criteriosa dos artigos selecionados, extraindo dos mesmos as evidências relativas sobre os sintomas e estressores que desenvolvem a SB nos profissionais de saúde.

Para maior organização da análise, através de uma leitura exploratória de cada artigo, identificaram-se, traduziram-se e transcreveram-se frases e palavras que correspondiam a elementos de interesse relacionados com o desenvolvimento da SB. Com o intuito de sistematizar as informações dos artigos, os dados extraídos dos estudos foram compilados de forma descritiva em

tabelas previamente elaboradas, o que facilitou a identificação dos sintomas e estressores.

Por tratar-se de pesquisa com enfoque em revisão integrativa, cujo objetivo foi a análise secundária de dados, não envolvendo, portanto, seres humanos, não houve necessidade de apreciação e/ou aprovação por Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). Além disso, foi mantida a autenticidade das ideias, conceitos e definições dos autores dos artigos.

RESULTADOS

Com o objetivo de analisar os fatores de risco para o desenvolvimento da SB em profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19, foram selecionados 10 artigos, sendo apresentadas no Quadro 1 as variáveis de categorização dos estudos.

Quadro 1- Caracterização dos estudos analisados. Picos, PI, 2020.

Título	País/Ano	Delineamento	Cenário da pesquisa	Desfecho
(A1) Estresse ocupacional em profissionais de Enfermagem	Brasil/2018	Quantitativo, com delineamento	Hospital Universitário	Profissionais pertencentes à categoria técnico/auxiliar de enfermagem seguidos da

<https://doi.org/10.31011/reaid-2020-v.94-n.32-art.835> Rev Enferm Atual In Derme v. 95, n. 33, 2021 e-021006



		descritivo e correlacional		categoria de Enfermeiros possuem mais predisposição para estresse ocupacional.
(A2) Síndrome de Burnout: Conhecimento da equipe de Enfermagem Neonatal.	Brasil/2018	Estudo qualitativo e exploratório	Unidade de Terapia Intensiva Neonatal; Unidade de Cuidados Intermediários Neonatal; Enfermagem Canguru.	Identificação dos principais fatores de risco para desenvolvimento da Síndrome de Burnout: Sobrecarga de trabalho, estresse, esgotamento físico, depressão e interação social comprometida.
(A3) Autonomia e controle do ambiente de trabalho por profissionais de Enfermagem reduzem índices de exaustão emocional	Brasil/2018	Estudo transversal	Unidades de Internação Adulto - Hospital público e de ensino	Atributos do ambiente de trabalho como exaustão emocional e falta de autonomia são fortes preditores da exaustão emocional.
(A4) Mental Health and Psychosocial Problems of Medical Health Workers during the COVID-19 Epidemic in China	China/2020	Estudo transversal	Não se aplica	A presença de fatores como insônia, ansiedade, depressão, tristeza, isolamento da família e amigos durante a pandemia sugere que os profissionais de saúde lidam com o sofrimento psicológico e correm o risco de desenvolver SB.
(A5) Gestão da pandemia Coronavírus em um hospital: relato de experiência profissional	Brasil/2020	Relato de experiência	Hospital Regional	A preocupação dos profissionais relaciona-se a como deve ser realizado o atendimento aos pacientes infectados, medo de contrair o vírus, preocupação de contágio dos seus familiares e a possibilidade do colapso no sistema de saúde nacional.
(A6) Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019	China/2020	Estudo transversal	Hospital	A prestação de serviços durante a pandemia é considerado um fator de risco para piores resultados a saúde mental dos profissionais de saúde. 70% dos entrevistados nesse estudo relataram sofrimento psicológico.
(A7) Progression of Mental Health Services during the	China/2020	Não se aplica	Não se aplica	Carga de trabalho excessiva, isolamento, discriminação, exaustão física, medo, distúrbios

COVID-19 Outbreak in China				emocionais e insônia são frequentemente relatados pelos profissionais. O estudo aponta que durante a pandemia 50,7% dos participantes relataram sintomas depressivos, 44,7% de ansiedade e 36,1% distúrbio do sono.
(A8) Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19)	Brasil/2020	Revisão narrativa da literatura	Não se aplica.	Entre os fatores relacionados ao impacto da saúde mental devido à pandemia do COVID-19, são citados pelos profissionais: Medo de contrair a doença e de transmitir a família, sofrimento por estarem isolados da família, estresse, desvalorização, e preocupação com o tempo de duração da epidemia.
(A9) Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China	China/2020	Pesquisa Transversal	China	Dados sociodemográficos apontam que as mulheres sofreram um maior impacto psicológico do surto, bem como níveis mais altos de estresse, ansiedade e depressão.
(A10) COVID-19 e saúde mental: A emergência do cuidado	Brasil/2020	Não se aplica	Não se aplica	Quanto a saúde mental, longas horas de trabalho, distanciamento social causam impactos consideráveis à saúde mental dos profissionais e da população.

Fonte: Elaborada pelos autores.

Observou-se no quadro 1 a maior frequência de estudos sobre a SB e saúde mental no Brasil e na China entre 2018 e 2020, com aumento considerável na quantidade de pesquisas sobre a temática no ano de 2020. Percebe-se que com a pandemia do novo coronavírus, a preocupação com a saúde mental dos profissionais de saúde tem

aumentado. Sem dúvidas, essa preocupação está atrelada ao estresse existente nos ambientes hospitalares devido aos inúmeros casos de infectados, verificado nas pesquisas A1, A4, A6 e A10 e o convívio diário com a perda de pacientes em larga escala, observado nos estudos A3, A4, A8 e A10.

Os resultados existentes no artigo A1 mostram que os enfermeiros, auxiliares e técnicos de enfermagem têm mais chances de desenvolverem estresse ocupacional. No cenário atual, esse problema tem mais chances de ser adquirido pelos profissionais, já que a demanda pelos serviços de saúde cresceu exorbitantemente e a infraestrutura da saúde mundial não estava preparada para tal procura, além disso, o medo do sistema de saúde entrar em colapso é notório, como visto no artigo A5.

Em relação às pesquisas A2, A7, A8 e A9, o trabalho excessivo, a falta de recursos e de profissionais em muitos lugares, o alto número de mortes e dos casos de infectados, e o medo de ser infectado são realidades nos ambientes hospitalares atualmente. De acordo com o quadro 1, a sobrecarga de trabalho, estresse, esgotamento físico, depressão e interação social comprometida são os principais fatores de risco para desenvolvimento da SB nos profissionais de saúde, assim como o sofrimento psicológico, causado por insônia, ansiedade, depressão, tristeza, isolamento da família e amigos durante a pandemia.

O medo de contrair a doença e de infecção dos familiares também são grandes causadores de estresse psicológico, notados nos artigos A4, A6 e A8. Ressalta-se que, na análise específica do artigo A9, dados sociodemográficos apontam que as mulheres sofreram um maior impacto psicológico do surto na China.

Desse modo, a análise do quadro 1 indica que o ambiente hospitalar é mais gerador de problemas psicológicos aos profissionais de saúde. As causas estão relacionadas à exigência de trabalho em situação de emergência motivada pela pandemia da Covid-19. Assim, mais atenção deve ser direcionada aos profissionais da saúde que estão na linha de frente contra a doença, pois a importância destes profissionais é inquestionável para o bem social.

O Quadro 2 a seguir, apresenta os principais fatores de estresse ao profissional de saúde no combate a COVID-19 identificado nos artigos.

Quadro 2 - Fatores de estresse ao profissional de saúde no combate à Covid-19. Picos, PI, 2020.

Fatores de Estresse	Artigos
I- Aumento do número de casos confirmados e suspeitos.	A1, A4, A6, A10
II- Contato próximo com pacientes infectados.	A4, A7, A10
III- Distanciamento da família e amigos.	A2, A4, A7, A8, A10
IV- Carga horária de trabalho exaustiva.	A1, A2, A4, A6, A7, A8, A10
V- Falta de Equipamentos de Proteção Individuais	A4, A5, A6, A8, A9

(EPIs).	
VI- Falta de medicamentos específicos.	A6
VII- A cobertura da mídia.	A6
VIII- Sentimentos de apoio inadequados.	A6
IX- risco de contrair o vírus e a preocupação de contágio de seus familiares.	A4, A6, A8
X- O estresse e a pressão de lidar com o seu trabalho, acrescido do risco de adoecer.	A1, A8
XI- Risco de ser infectado, adoecer ou morrer, além da possibilidade e medo de infectar outras pessoas.	A4, A5, A6, A8
XII- Exposição a mortes em larga escala e a frustração pela perda da vida de seus pacientes.	A3, A4, A8, A10
XIII- Agressões propriamente ditas por pessoas que procuram atendimento e não podem ser acolhidas devido à limitação de recursos.	A8
XIV- Conhecimento limitado sobre prevenção e controle do vírus.	A4, A5

Fonte: Elaborada pelos autores.

O quadro 2 apresenta os fatores de estresse ao profissional de saúde no combate à Covid-19. Em primeira análise, está o aumento do número de casos confirmados e suspeitos nos ambientes hospitalares, verificado nos artigos A1, A4, A6 e A10. Conforme os estudos, desde o começo da pandemia de coronavírus, os casos só aumentaram, fenômeno que gerou preocupação na população e necessidade de mais investimento em estrutura hospitalar para atender ao aumento da demanda pelos serviços de saúde.

Toda essa situação emergencial gerou sobrecarga de trabalho sobre os profissionais de saúde, fator de estresse analisado nos estudos A1, A2, A4, A6, A7, A8 e A10, sendo, dessa forma, o fator mais frequente nos artigos explorados para este estudo. Com esse crescimento de casos, o contato dos profissionais de saúde com um alto número de infectados é inevitável, tornando-se, também,

um fator de estresse, o qual é observado nas pesquisas A4, A7 e A10.

O medo e a desconfiança pelo conhecimento limitado sobre prevenção e controle do vírus, observado nas pesquisas A4 e A5, também é considerado um fator de estresse que gera tensão e que se interliga ao fator da pressão de lidar com o seu trabalho, verificado nos artigos A1 e A8. A falta de conhecimento sobre o vírus, afeta, consideravelmente, o desempenho do profissional, que já se encontra com carga horária excessiva de trabalho, tornando-o vulnerável ao contágio e à possibilidade de infectar outras pessoas, assim como infectar a própria família, podendo levar até a morte, sendo estes, fatores de estresse ponderados nas análises dos artigos A4, A5, A6 e A8.

Outrossim, é o fator de estresse relacionado à exposição a mortes em larga escala e a frustração pela perda da vida de seus pacientes, observado nos artigos A3, A4, Rev Enferm Atual In Derme v. 95, n. 33, 2021 e-021006

A8 e A10. Conviver com a morte diária de pacientes causa exaustão emocional e problemas psicológicos.

Com a necessidade de distanciamento da família e amigos, fator de estresse encontrado nos estudos A2, A4, A7, A8 e A10, o profissional da saúde, muitas vezes, é afetado por falta de afeto. Além disso, o fator de estresse relacionado aos sentimentos de apoio inadequados causa decepção e desvalorização própria do profissional, encontrado no artigo A6. Ainda sobre a análise do estudo A6, a cobertura da mídia e a falta de medicamentos específicos também são consideradas fatores de estresse que podem afetar o desempenho profissional.

Os artigos A4, A5, A6, A8 e A9 destacam a falta de Equipamentos de Proteção Individuais (EPIs), pois, para que o desempenho profissional seja adequado, o contexto laboral precisa ser favorável, isto é, os profissionais precisam ter, ao seu dispor, todos os recursos necessários para uma atuação eficiente e eficaz. Já em uma análise específica do artigo A8, observaram-se as agressões ditas por pessoas que procuram atendimento e não puderam ser acolhidas devido à limitação de recursos como fator de estresse profissional.

O quadro3 apresenta os sintomas emocionais apresentados pelo trabalhador de saúde no combate à COVID-19.

Quadro 3 - Sintomas Emocionais apresentados pelo profissional de saúde no combate à COVID-19. Picos, PI, 2020.

Sintomas Emocionais	Artigos
I- Insônia.	A1, A2, A4, A6, A7
II- Ansiedade.	A4, A6, A8, A9
III- Depressão.	A1, A2, A4, A6, A8, A9, A10
IV- Estresse associado à dificuldade de adormecer e ao despertar matinal.	A1, A2, A6, A8, A10
V- Falta de energia.	A1, A2, A3, A4, A7
VI- Irritabilidade.	A1, A4
VII- Tristeza.	A3, A4
VIII- Comprometimento das relações sociais.	A2, A4, A10
IX- Medo.	A4, A5, A7, A9, A10
X- Apreensão.	A5
XI- Insegurança.	A5, A10
XII - Angústia.	A2, A4, A6

Fonte: Elaborada pelos autores.

O quadro 3 expõe os sintomas emocionais apresentados pelo profissional de saúde no combate à COVID-19 indicados pelos estudos analisados. A depressão é

indicada em 70% dos estudos explorados, sendo identificada nos artigos A1, A2, A4, A6, A8, A9 e A10, sendo assim, o sintoma

mais presente na vida dos profissionais da saúde no combate a pandemia de coronavírus.

Logo em seguida estão os sintomas da insônia, da falta de energia, do medo e estresse associado à dificuldade de adormecer e ao despertar matinal, apontados em 50% dos trabalhos científicos usados neste estudo. A insônia foi apontada nas pesquisas A1, A2, A4, A6 e A7; a falta de energia em: A1, A2, A3, A4 e A7; o medo em: A4, A5, A7, A9 e A10; e o estresse associado à dificuldade de adormecer e ao despertar matinal em: A1, A2, A6, A8 e A10.

A ansiedade também é um problema que perturba o dia a dia dos profissionais da saúde, tendo sido apontada como sintoma emocional dos profissionais de saúde no combate à Covid-19 em 40% dos artigos: A4, A6, A8 e A9. A angústia e o comprometimento das relações sociais foram apresentados como sintomas por 30% dos estudos. Sendo o primeiro indicado nos trabalhos A2, A4 e A6, e o segundo em A2, A4 e A10.

Já em relação à irritabilidade, à tristeza e à insegurança, foram consideradas sintomas por 20% dos estudos observados. Tais sintomas estão presentes, respectivamente, nos seguintes trabalhos: A1 e A4; A3 e A4; A5 e A10. Além dessas problemáticas, está a apreensão, apontada no artigo A5.

DISCUSSÕES

Ao analisar os dados supracitados, destaca-se primeiramente, que a SB é uma doença profissional decorrente da sobrecarga física e/ou mental e de estresse excessivo no ambiente de trabalho. Esses fatores estão sendo vivenciados frequentemente pelos trabalhadores da saúde que estão na linha de frente no combate a COVID-19. Entre estes fatores, destaca-se a perda de significado do trabalho, desmotivação, atitudes negativas e de distanciamento em relação aos outros, o que causa prejuízos no processo de trabalho em saúde⁽¹⁰⁻⁹⁾.

Diante dessa situação, os trabalhadores que se encontram envolvidos diretamente no diagnóstico, na terapêutica e atendimento dos pacientes com COVID-19 estão altamente expostos ao risco de desenvolver angústias. O crescente número de casos suspeitos, confirmados e o grande número de mortes aumentam a tensão e a responsabilidade desses profissionais que não estão imunes a essa doença, mas, mesmo assim, precisam dar continuidade aos serviços, vivenciando um cenário de pânico e estresse excessivo, ao qual pode estar ligado o desenvolvimento da SB⁽¹⁰⁾.

A respeito da qualidade de vida no trabalho de profissionais de enfermagem, esses indivíduos tem alta satisfação com seu trabalho, porém, os elementos das unidades de tratamento intensivo, por exemplo, o contato contínuo com o sofrimento e morte, uso abundante de tecnologias sofisticadas e a

complexidade do cuidado, entre outros, pode levar a insatisfação e comprometer a qualidade de vida desse trabalhador ⁽¹¹⁾.

Quanto ao estresse ocupacional em enfermeiros de um serviço de emergência, destaca-se que lidar com a dor, o sofrimento e a morte de pacientes é parte inerente do trabalho desses profissionais, o que causa uma tensão emocional e pode propiciar o surgimento da SB ⁽¹²⁾.

Atualmente, a realidade é bem mais grave e os profissionais de saúde encontram no seu dia a dia um ambiente de trabalho em situação de emergência. A saúde emocional é posta em uma prova de resistência em que a vida de inúmeras pessoas está em jogo. A carga horária de trabalho exaustiva, devido ao crescimento rápido de casos, sobrecarrega e afeta a saúde do trabalhador.

Além disso, a falta de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) e de medicamentos afeta negativamente o desempenho, pois não é proporcionado um contexto favorável ao profissional ⁽¹⁰⁾. Existe a necessidade de uma atenção à saúde do trabalhador que exerce suas atividades laborais em ambiente de terapia intensiva, de modo que os aspectos políticos, institucionais e sociais proporcionem qualidade de vida no trabalho. A falta de recursos para esses serviços também é um problema que afeta o desempenho profissional, o que reforça os aspectos já apresentados nessa discussão ⁽¹³⁾.

A divulgação de notícias pela mídia, muitas vezes sem fontes seguras, pode levar informações erradas à população e dificultar o trabalho de esclarecimento feito pelos profissionais de saúde. Ainda como fator estressante, observa-se o apoio sentimental inadequado com esses trabalhadores que podem, por inúmeras vezes, sentir-se desvalorizados ⁽¹⁰⁾. O baixo apoio social está associado a todas as dimensões da SB, independentemente do turno em que o profissional de saúde trabalhe ⁽⁹⁾.

O contato próximo com pacientes infectados e o isolamento da família e amigos torna esses trabalhadores altamente vulneráveis a sofrer exaustão física, medo, distúrbios emocionais e problemas de sono ⁽¹⁴⁾.

Durante a pandemia da COVID-19, médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem e demais profissionais de saúde apresentaram taxas elevadas de insônia, ansiedade e depressão. O estresse é um estado de tensão que causa ruptura no equilíbrio interno do organismo, sendo identificado mediante uma série de sinais e sintomas psicossomáticos tais como: taquicardia, gastrite, alterações cardiovasculares, insônia e outros. A dimensão da exaustão emocional representa o componente básico individual do estresse na SB. Longas jornadas de trabalho, estresse emocional, esgotamento físico e mental ligado ao trabalho e violência

psicológica estão diretamente ligado ao risco de desenvolvimento da SM ⁽⁷⁻¹²⁻²⁾.

A presença dessa sintomatologia e da luta diária contra o novo coronavírus indica que esses trabalhadores enfrentam o sofrimento psicológico, o estresse associado à dificuldade de adormecer e ao despertar matinal, a falta de energia, além da ansiedade generalizada, da irritabilidade, tristeza e comprometimento das relações sociais ⁽⁷⁾.

O medo e a apreensão entre os profissionais são constantes e dizem respeito, principalmente, ao risco de contrair o vírus e a preocupação de contágio de seus familiares. A possibilidade de um colapso no sistema de saúde, assim como, a insegurança vivenciada pelas mudanças de fluxos de atendimento e protocolos institucionais dificultando a rotina de trabalho, também são razões pelas quais os profissionais sentem pavor ⁽⁴⁾.

Hoje a insatisfação pode estar mais presente na vida dos trabalhadores da saúde pelo fato do não atendimento da totalidade da demanda e o grande número de mortes ⁽⁹⁾. O estresse e a pressão de lidar com o seu trabalho, acrescido do risco de adoecer, provocam graves problemas de saúde mental, aumentando o Turnover e a SB dessa categoria ⁽⁴⁾.

Os profissionais da saúde também costumam sofrer estressores no contexto de pandemias, isso devido ao risco de ser infectado, adoecer ou morrer, além da possibilidade e medo de infectar outras

pessoas. Outros fatores relacionam-se diretamente ao risco do comprometimento da saúde mental dos profissionais de saúde, entre eles, a sobrecarga de atividades e fadiga, exposição a mortes em larga escala e a frustração pela perda da vida de seus pacientes, agressões propriamente ditas por pessoas que procuram atendimento e não podem ser acolhidas pela limitação de recursos, assim como o afastamento da família e amigos ⁽⁵⁾.

Os motivos que levam os profissionais de saúde a desenvolverem sofrimento psicológico podem estar associados às dificuldades de se sentirem seguros no local de trabalho, ao conhecimento limitado sobre prevenção e controle do vírus, escassez de equipamentos de proteção, ausência de descanso e exposição a eventos críticos da vida, como a morte ⁽⁷⁾.

A Organização Internacional do Trabalho estabelece que, quando a atividade laboral é adaptada às condições do profissional, a sua saúde física e mental são favorecidas, contanto que os riscos sejam mantidos sob controle. No cenário atual, essa perspectiva se torna inviável. O contexto vivenciado não é favorável para que os riscos sejam controlados, visto que a situação emergencial põe os profissionais da saúde no limite de suas capacidades ⁽¹³⁾.

Em decorrência do trabalho excessivo, os enfermeiros são mais susceptíveis a apresentarem exaustão emocional e despersonalização devido a cargas exaustivas

de trabalho, contribuindo para o desenvolvimento da SB ^(2,15).

Os estudos mostram ainda, que o sexo feminino apresenta sintomas mais graves de depressão, ansiedade e angústia. Os profissionais de saúde que estão na linha de frente proporcionando assistência ao paciente com a COVID-19, provavelmente, são expostos ao maior risco de infecção devido ao contato próximo e frequente com os pacientes e a maiores cargas de trabalho ⁽¹⁰⁾.

CONCLUSÃO

Diante dos aspectos analisados, foram identificados como fatores de risco para a SB durante a pandemia da COVID-19 o aumento do número de casos confirmados e suspeitos, distanciamento da família e amigos, carga horária de trabalho exaustiva, medo de ser infectado, adoecer ou morrer, além da possibilidade e medo de infectar outras pessoas, exposição às mortes em larga escala e a frustração pela perda da vida de seus pacientes, bem como, ansiedade, depressão, insônia, estresse associados à dificuldade de adormecer e ao despertar matinal, falta de energia, comprometimento das relações sociais e medo.

Medidas de intervenção psicológica durante a vigência da pandemia para promover o bem-estar mental dos profissionais de saúde expostos à COVID-19 devem ser implementadas, por exemplo,

reorganização da jornada de trabalho que permita horário de descanso necessário ao trabalhador que trabalha no enfrentamento da pandemia de coronavírus, benefícios financeiros para a valorização do profissional da saúde e reconhecimento pelo seu esforço contra a Covid-19, aumento permanente dos salários dos enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem devido à relevância de sua atuação para sociedade, quantidade adequada de EPI e tecnológicos para que se sintam protegidos e o contexto do trabalho seja favorável para o bom desempenho do profissional e auxílio psicológico.

A discussão dessa temática torna-se salutar, uma vez que muitos profissionais de saúde mostram desconhecer as manifestações dessa síndrome, estando impossibilitados de procurarem as devidas formas de prevenção ou intervenção para o controle da doença. Além disso, grande parte dos estudos relacionados à pandemia da COVID-19 se concentra na identificação da epidemiologia e características dos pacientes infectados, e poucos são os artigos de pesquisa relacionados aos impactos da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde.

Estudos como este podem auxiliar os gestores em saúde no planejamento de ações de promoção da saúde dos trabalhadores, com vistas a mobilizar recursos e propostas de melhorias que favoreçam uma percepção mais positiva do ambiente da prática profissional e

resultem em redução da prevalência da SB entre os profissionais.

REFERÊNCIAS

- Rodriguez EOL, Oliveira JKA, Neto DL, Gois CFL, Campos MPA, Mattos MCT. Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem. *Rev enferm UERJ*. 2018;26:e19404. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2018.19404>
- Vitorino MF, Rodrigues MSD, Evangelista CB, Guimarães KSL, Batista JBV, Fonseca AGSF, Araújo ALB, Melo FMAB. Síndrome de burnout: conhecimento da equipe de enfermagem neonatal. *Rev enferm UFPE online*. 2018;12(9):2308-2314. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/234632>
- Faro A, Bahiano MAB, Nakano TC, Reis C, Silva BFP, Vitti LS. COVID-19 e saúde mental: A emergência do cuidado. *Estud. Psicol*. 2020;37:e200074. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100507
- Rodrigues NH, Silva LGA. Gestão da pandemia Coronavírus em um hospital: relato de experiência profissional. *J. Nurs. health*. 2020;10:(n.esp.):e20104004. <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18530/11238>
- Schmidt, B, Crepaldi MA, Bolze DAS, Silva LN, Demenech LM. Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19). *Estud. psicol*. 2020; 37(e200063). Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100501
- Wang C, Riyu P, Xiaoyang W, Yilin T, Linkang X, Cyrus S, Ho Roger CH. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID- 19) Epidemic among the General Population in China. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2020; 17(5):1729. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>
- Zhang WR, Kun W, Lu Y, Wen-feng Z, Qing X, Mao P, et al. Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the covid-19 epidemic in China. *Psychother Psychosom*. 2020; 89:(242-250). Disponível em: <https://doi.org/10.1159/000507639>
- Ercole FF, Melo LS, Alcoforado CLGC. Revisão Integrativa versus Revisão Sistemática. *Rev Min Enferm*. 2014;18(1):1-260. Disponível em: <https://www.reme.org.br/artigo/detalhes/904>
- Vidott V, Ribeiro RP, Galdino MJQ, Martins JT. Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [online]. 2018;26:e3022. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/rlae/v26/pt_0104-1169-rlae-26-e3022.pdf
- Lai J, Simeng M, Ying W, Zhongxiang C, Jianbo H, Ning W, et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Network Open*. 2020;3(3):e203976. Disponível em: [10.1001/jamanetworkopen.2020.3976](https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976)
- Schmidt DRC, PaladiniII M, BiatoIII C, Pais JD, Oliveira IAR. Qualidade de vida no trabalho e burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. *Rev Bras Enferm*. 2013;66(1):13-7. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672013000100002
- Oliveira EB, GallaschII CH, Junior PPAS, Oliveira AVR, Valério RL, Dias LBS. Estresse ocupacional e burnout em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização do trabalho. *Rev enferm UERJ*.

2017; 25:e28842. Disponível em:
<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/28842>

13. Silva JLL, Coutinho GBF, Silva ENC, Teixeira LR, Silva KBR, Soares RS. Riscos psicossociais em enfermagem de terapia intensiva: reflexão sobre possíveis soluções. Rev Enferm UFSM. 2017; 7(4):736-745. Disponível em:
<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/24494>

14. Li W, Yuan Y, Zi-Han L, Yan-Jie Z, Qinge Z, Ling Z, et al. Progression of mental health services during the covid-19 outbreak in China. Int J Biol Sci 2020; 16(10):1732-38. Disponível em:
<https://www.ijbs.com/v16p1732.htm>

15. Marcelino CF, Alves DFS, Guirardello EB. Autonomia e controle do ambiente de trabalho por profissionais de enfermagem reduzem índices de exaustão emocional. Rev Min Enferm. 2018; 22:e-1101. Disponível em: <http://reme.org.br/artigo/detalhes/1237>

Submissão: 2020-08-14

Aprovação: 2020-12-23