



SOFRIMENTO MENTAL RELACIONADO AO TRABALHO E COVID 19

O distanciamento social, as mudanças nas formas e condições de trabalho em função do novo coronavírus e o medo da contaminação podem causar desconforto e estresse nos trabalhadores em geral. O contato direto com pessoas infectadas ou adoecidas pela COVID-19 afeta principalmente os profissionais de saúde, acarretando sintomas emocionais ou psíquicos.

É compreensível que as pessoas fiquem confusas, preocupadas, ansiosas e alertas, além de experimentarem sensação de impotência e de vivenciarem inseguranças, medos e angústias reais e/ou fantasiosas desencadeadas pela pandemia. A maioria destes sentimentos deve ser encarada como reação normal diante de uma situação anormal. Algumas destas dificuldades, porém, poderão evoluir para quadro mais grave. Do mesmo modo, algum desajuste prévio, mais acentuado, poderá vir a se exacerbar, dando lugar a manifestações de destacado sofrimento emocional.

Atenção particular deve ser dada aos profissionais de saúde que atuam na linha de frente. O estado constante de alerta e a convivência mais próxima com o sofrimento e a morte podem provocar transtornos emocionais nestes profissionais.

Eles estão entre os mais vulneráveis às consequências psicológicas da pandemia. Sua rotina tornou-se exaustiva pela pressão e pela sobrecarga de trabalho e ainda têm que conviver com a impotência diante de milhares de mortes, além da falta de equipamentos de proteção adequados, conforme amplamente noticiado. Existe o medo de serem veículos da doença para seus familiares. Alguns mantiveram o distanciamento pelo receio de contaminarem pais idosos ou filhos pequenos. As consequências possíveis podem ser a reação aguda ao estresse e *burnout*, entre outras.

No início da pandemia o setor de saúde e os serviços essenciais sofreram os maiores impactos, porém, com o retorno gradual das atividades econômicas, o mal estar se expande para muitas outras categorias, como trabalhadores dos transportes, da educação, de aplicativos, de limpeza, entre outros.

Cabe atenção especial das redes públicas e privadas de assistência à saúde para uma escuta acurada que detecte os primeiros sinais de sofrimento psíquico ou transtornos mentais que estão sendo desencadeados pela situação de trabalho durante a pandemia.

Para que essas manifestações negativas não se intensifiquem, é importante que sejam realizadas intervenções de cuidado específico.

Os CEREST – Centro de Referência em Saúde do Trabalhador - têm desenvolvido ações com o objetivo de identificar situações de risco e acolher o trabalhador: assistência aos trabalhadores em sofrimento e/ou adoecimento psíquico, elaboração de material educativo, apoio matricial da rede de saúde mental da área de abrangência, notificação de casos de Transtorno Mental Relacionado ao Trabalho no Sinan, ações de VISAT para identificar ambientes e processos de trabalho que

possam contribuir para o processo de adoecimento e ações intersetoriais junto a outras secretarias, sindicatos e associações diversas.

Observa-se que está ocorrendo uma subnotificação no Sistema de Informação dos Agravos de Notificação - SINAN em relação aos transtornos mentais relacionados ao trabalho e, particularmente, acerca dos profissionais que atuam na linha de frente.

Nota-se que, no estado de São Paulo, de janeiro à primeira quinzena de junho de 2020, houve somente 10 notificações de transtornos mentais relacionados ao trabalho envolvendo profissionais da saúde, mantendo valores semelhantes aos registrados no mesmo período em anos anteriores. Por outro lado, no início do mês de maio deste ano, uma pesquisa com psiquiatras brasileiros mostrou que 47,9% dos profissionais tiveram aumento no número de consultas, de acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria - ABP. Além disso, 89,2% dos psiquiatras identificaram que seus pacientes tiveram sintomas agravados no período de quarentena. Quanto aos novos casos, quase 70% dos profissionais afirmaram ter recebido novos pacientes após o início da pandemia, sem sintomas psiquiátricos anteriores.

A notificação é importante para que as devidas providências sanitárias sejam tomadas. Sabe-se que, atualmente, empresas e trabalhadores tiveram que modificar sua rotina, com novo desenho de jornadas, salários e atividades. É necessário que se esteja preparado para o enfrentamento da chamada “quarta onda”, constituída pela emergência de novos adoecimentos psíquicos, como mais uma das consequências da atual crise.

A notificação no SINAN, por meio da Ficha de Investigação “Transtorno Mental Relacionado ao Trabalho - TMRT” – com especial atenção para a investigação do possível nexos entre o sofrimento e a COVID19 – é essencial para que se possa definir linhas de cuidado a serem implantadas pela rede básica de atenção à saúde do SUS.

O nexos pode ser considerado quando as queixas do acometido referem choro fácil, com ou sem motivo pontual, tristeza incomum (não experimentada anteriormente), irritação, ansiedade, alcoolismo, tentativa de suicídio, violência doméstica, insônia, entre outras.

É também importante considerar que os casos suspeitos ou confirmados de COVID-19 podem desenvolver quadros bem definidos de TMRT. Recomenda-se que, diante de casos suspeitos ou confirmados de Covid19, proceda-se a uma avaliação psicológica ou psiquiátrica do adoecido, a ser realizada em serviço de saúde (público ou privado) para confirmação ou não de problemas de sofrimento psíquico relacionado ao trabalho, estabelecendo-se um “protocolo” para os casos em que se constata o problema, com o intuito de possibilitar um acompanhamento psicológico durante o afastamento e mantê-lo quando do retorno ao trabalho até que a situação esteja estabilizada, além de realizar as notificações necessárias - SINAN e CAT.

Grupos Voluntários de Atendimento Psicológico

Grupos de atendimento psicológico organizados por profissionais voluntários são exemplos deste tipo de intervenção, oferecendo orientações mais apuradas e tendo como proposta, acolher pessoas que estejam necessitando de uma escuta especial.

O atendimento de grupos voluntários a estes profissionais mostrou que, muitas vezes, eles têm dificuldade de reconhecer as próprias fragilidades, por preconceito ou vergonha. É importante que eles próprios e a população derrubem a visão mágica de que sentimentos negativos não os atingem e que não adoecem psicologicamente. A quebra de tabus e a divulgação de dados sobre seu adoecimento é crucial para a preservação da saúde desta população.

escutaaberta@gmail.com: rede de atendimento psicanalítico para profissionais que atuam na linha de frente ao combate ao coronavírus. O atendimento é *on line* e gratuito, pode ser pontual ou continuado e é oferecido durante o período da pandemia.

rededeapoiopsicologico.org.br : plataforma conecta profissionais de saúde que estão na linha de frente da COVID19 a psicólogos voluntários dispostos a atendê-los gratuitamente.

Projeto Telepsi: serviço de teleconsulta aos profissionais na linha de frente ao combate à COVID 19 em todo país, desenvolvido pelo Ministério de Saúde e Hospital das Clínicas de Porto Alegre. A Central de Atendimento funciona de segunda a sexta feira, das 08H00 às 20H00, pelo 0800 644 6543 – opção 4, até o mês de janeiro de 2021.

Hotsite Juntos contra Coronavírus do COFEN : disponibiliza canal para ajuda emocional a profissionais de enfermagem, 24 horas por dia, enquanto durar a pandemia. O atendimento é conduzido por enfermeiros especialistas em Saúde Mental.

clinica@sedes.org.br: atendimento *online* gratuito aos profissionais de saúde e/ou familiares envolvidos no enfrentamento à COVID 19.

Mais informações, envie e-mail para: dvst@cvs.saude.sp.gov.br.

Bibliografia consultada:

Ministério da Saúde e FIOCRUZ -Fundação Oswaldo Cruz: **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19 – Recomendações Gerais** (2020). Disponível em:

https://portal.fiocruz.br/sites/portal.fiocruz.br/files/documentos/cartilha_recomendacoes_gerais_06_04.pdf

Jornal do Correio. **A quarta onda da epidemia: como a saúde mental virou outra crise do coronavírus** (2020). Disponível em:

<https://www.correio24horas.com.br/noticia/nid/a-quarta-onda-da-pandemia-como-a-saude-mental-virou-outra-crise-do-coronavirus/>

OPAS – Organização Panamericana de Saúde. **Considerações psicossociais e de saúde mental durante o surto de COVID-19** (2020). Disponível em: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51996/OPASBRACOV1920040_por.pdf?sequence=1&isAllowed=y

(Equipe de Saúde Mental da DVST/CEREST ESTADUAL)