

NÍVEL DE ESTRESSE PERCEBIDO E ANSIEDADE EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

Ariane Silveiro Barbosa*, Rebeca Lima Makhadja*, Ricardo Cabeça**, Abdias Fernando Sales**, Silvia Christina Furbringer e Silva**, Caroline Ribeiro Louro** e Andréia Salvador Baptista**.

*Alunos do curso de Enfermagem da Faculdade de Peruíbe – FPbe

**Docentes da Faculdade de Peruíbe – FPbe

RESUMO

Introdução: O surto do novo coronavírus, conhecido também como SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2), tem se tornado um problema de saúde na vida da população, devido ao alto nível de contaminação do mesmo; diante disto os profissionais da saúde estão como linha de frente para ajudar a combater este vírus, porém além do seu alto potencial de transmissão e de contaminação, esta doença tem sido também prejudicial a saúde mental desses profissionais devido à sobrecarga de trabalho, exposição e responsabilidade, que resulta no esgotamento físico, espiritual, mental e social, acarretando então um nível de estresse intenso para vida dos profissionais da saúde. **Objetivo:** Identificar a prevalência de estresse percebido e ansiedade em profissionais da área da saúde durante o tempo de pandemia de COVID-19. **Materiais e métodos:** Esta pesquisa tratava-se de um estudo de corte transversal, onde foram avaliados profissionais da área da saúde que estão atuando em tempo de pandemia do Covid-19, através da escala de estresse percebido (EEP) e da escala de ansiedade e depressão, de forma virtual através da plataforma Google Forms. **Resultados:** Após aplicação da Escala de Estresse Percebido (EEP-14) e o Inventário de Ansiedade (IDATE) foi constatado que o nível de estresse e ansiedade dos profissionais da área da saúde aumentou. **Considerações finais:** Os profissionais estão vivendo um momento ímpar na saúde, tanto pública quanto privada, mais sobrecarregados do que estão acostumados a estar, com aumento da demanda de pacientes, com as incertezas que acompanham essa doença, sua alta transmissão, e o estresse de tomadas de decisões que podem causar agravos psicológicos a longo e curto prazo.

Palavras-chave: COVID-19, estresse, ansiedade, depressão, saúde

1. INTRODUÇÃO

O surto do novo coronavírus, conhecido também como SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2), foi anunciado pela China a OMS (Organização Mundial de Saúde) em dezembro de 2019, e desde então começou-se uma foga tarefa para combatê-lo devido ao alto potencial de transmissão e contágio. Mesmo com todos os cuidados, o vírus foi disseminado rapidamente para o mundo, levando a OMS a declarar estado de pandemia (MOREIRA et al., 2020).

No Brasil, as instituições de saúde pública enfrentam diversas problemáticas mesmo em condições normais, como a falta de recursos financeiros, materiais básicos para o atendimento, e equipamento de proteção individual (EPI's), levando os profissionais da área da saúde a estado de sobrecarga física e emocional, os quais manifestam sinais e sintomas como baixo desempenho profissional, baixa autoestima, alta rotatividade, absenteísmo e violência (SILVA et al., 2018).

O estresse tem se tornado algo comum na rotina do profissional que trabalha em hospitais, sendo que o agente causador do estresse, chamado de estressor, pode ser intrínseco e/ou extrínseco, podendo ele manifestar sintomatologia diferente de acordo com o estágio em que se encontra. Na primeira fase os sintomas são taquicardia, palidez, fadiga, insônia e falta de apetite; na segunda, o indivíduo apresenta sintomatologia de isolamento social, incapacidade de se desligar do trabalho, irritabilidade excessiva e diminuição da libido; e a terceira fase é conhecida como de exaustão ou esgotamento, incorrendo em disfunções mais graves como a hipertensão arterial, a depressão, a ansiedade, aos problemas sexuais e dermatológicos, como psoríase, vitiligo, urticárias e alergia, além do infarto agudo miocárdio e até a morte súbita (RATOCHINSKI et al., 2016).

Para esses profissionais que estão em constante situação de vulnerabilidade no trabalho, observa-se o desenvolvimento de transtorno de ansiedade, que é caracterizada pela preocupação excessiva com situações diárias da rotina da vida, sendo algumas das causas eventos estressores, convivência com a morte, longas jornadas de trabalho, constante estado de pressão, que os levam à manifestação de sintomas, como medos, tensões, ansiedade, estresse, pensamento acelerado e diminuição do desempenho no serviço (MOURA et al., 2018).

Durante a pandemia da COVID-19, tem-se notado uma preocupação aumentada em relação ao risco de contágio pelo coronavírus, sobretudo em instituições de saúde e em locais com aglomeração de pessoas, como nos transportes públicos, o que tem provocado um estado de constante alerta nos profissionais da saúde que convivem com a preocupação de se contaminarem e, possivelmente, levarem o vírus para dentro de seus lares, podendo ser fator desencadeante ou de agravamento das disfunções psicossomáticas nesses indivíduos (SILVA et al., 2020).

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo identificar o nível de estresse percebido e ansiedade em profissionais da área da saúde durante a pandemia da COVID-19.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional de corte transversal, no qual foram avaliados 72 profissionais da área da saúde que estavam atuando na linha de frente na pandemia da COVID-19 nos municípios de Peruíbe, Itanhaém, Mongaguá e Praia Grande.

Foram utilizados para o estudo dois instrumentos de avaliação: o Inventário de Ansiedade (IDATE) e a Escala de Estresse Percebido (EEP).

Para avaliação da Ansiedade foi utilizado o Inventário de Ansiedade (IDATE) (Spielberger, 2008), o instrumento traduzido e validado para português, foi formulado em um auto relato, tipo Likert, com escores para item individual variando de 1 (absolutamente não) a 4 (muitíssimo), e o escore total variando de 20 a 80 para cada escala. Os escores para as perguntas de caráter positivo são invertidos, ou seja, se a resposta for 4, atribui-se valor 1; se a resposta for 3, atribui-se valor 2, se a resposta for 2 atribui-se valor 3, e se a resposta for 1 atribui-se o valor 4. No IDATE-E as perguntas negativas são: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18, e as positivas: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20. São considerados quatro níveis para os scores obtidos, sendo baixo = 20 a 34, moderado = 35 a 49, elevado = 50 a 64, altíssimo = 65 a 80.

Originalmente, o EEP foi desenvolvido por Cohen, Kamarck, & Mermelstein (1983), e validada em diversos países, inclusive no Brasil. Essa escala é composta por 14 questões com opções de resposta que variam de zero a quatro, sendo: 0 = nunca; 1 = quase nunca; 2 = às vezes; 3 = quase sempre; 4 = sempre. As perguntas com sentido positivo (4, 5, 6, 7, 9, 10, 13) tiveram sua pontuação somada de forma invertida, enquanto as demais questões foram somadas diretamente. O escore total da EEP é a soma dos escores individuais de cada pergunta, variando de 0 a 56, a sua interpretação considerou que quanto maior o escore, maior o estresse percebido.

A coleta de dados foi realizada pela plataforma online *Google Forms*, de forma autoaplicável, iniciando-se por um questionário sociodemográfico composto por nome, idade, profissão, local de

trabalho, e também por questões sobre o grau de estresse antes e após o isolamento social devido a pandemia de Covid-19. Em seguida, responderam ao IDATE e ao EEP.

Ainda, antes da realização da pesquisa foi encaminhado o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e de parceria para a Secretaria de Saúde dos municípios nos quais o estudo foi executado, e os profissionais que participaram voluntariamente receberam o TCLE juntamente com as escalas de avaliação. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa, sob o protocolo CAAE: 35643320.2.0000.5490.

3. RESULTADOS

Participaram do estudo 72 profissionais da área da saúde com média de idade de 36 anos, sendo 75% pertencentes a equipe de enfermagem, dos quais 16 enfermeiros, 30 técnicos de enfermagem, e 8 auxiliares de enfermagem.

Em relação a auto percepção do grau de ansiedade ou depressão, foi observado que antes do isolamento 41 profissionais responderam que o grau era de 0 a 2, e apenas um profissional de 9 a 10. Já após o isolamento, foi possível observar que o grau de ansiedade e depressão aumentou, sendo que apenas 19 participantes responderam de 0 a 2, enquanto 33 obtiveram pontuações entre 5 e 8, e outros 5 alcançaram o escore de 9 a 10.

Segundo os quatro níveis de classificação do IDATE, a amostra avaliada apresentou um nível elevado de ansiedade dos profissionais da área da saúde durante a pandemia de Covid-19.

Analisando-se as questões individualmente, observa-se que somente 4 indivíduos sempre se sentem bem, e apenas 1 pessoa se considera feliz, ao passo que 30 deles sempre se sentem deprimidos, e apenas 4 não se sentem assim.

Em relação ao escore total da EEP-14, cuja interpretação é feita considerando-se que quanto mais próximo de 56, maior o estresse percebido, foi identificada um escore médio de 31,81 na amostra avaliada.

As questões 1 e 3 da EEP-14 questionam, respectivamente, se o profissional tem ficado triste por algo que aconteceu e se tem se sentido nervoso ou estressado. Para a questão 1, 38 voluntários responderem ‘às vezes’ e 18 responderam que ‘quase sempre’ tem ficado tristes, e para a questão 3, 34 responderam ‘às vezes’ e 15 ‘quase sempre’ ficam nervosos ou estressados.

Ainda na EEP-14, a questão 8 aborda se o profissional acha que não conseguiria lidar com todas as coisas que ele tem que fazer, e 38 responderam que às vezes e 18 responderam que quase sempre.

Na questão 9, foram perguntados se eles estavam conseguindo controlar as irritações de suas vidas, e 34 responderam que ‘às vezes’ e 15 que ‘quase sempre’.

Ao serem questionados se ficam irritados por as coisas que acontecem estarem fora do seu controle, 42 responderam que ‘às vezes’. E quando questionados se sentem que as dificuldades estão se acumulando e que não vão conseguir superá-las, 36 responderam que ‘quase sempre’ e 27 que ‘às vezes’.

4. DISCUSSÃO

A hipótese do presente estudo era que os novos desafios causados pela pandemia da COVID-19 pudessem impactar negativamente sobre a saúde mental dos profissionais que atuam na linha de frente, propiciando o surgimento ou intensificação de sintomas de estresse, ansiedade e depressão.

Os resultados obtidos nos dois questionários demonstram que a amostra estudada manifestou uma auto percepção de estresse, ansiedade de depressão aumentadas.

Seguindo a afirmativa de Silva (et al. 2018), as más condições de trabalho podem influenciar na qualidade dos serviços prestados pelos funcionários, pois com a sobrecarga no trabalho, falta de recursos

financeiros, indisponibilidade de EPIs, os profissionais da saúde acabam se deparando com uma rotina estressante e caótica.

Infelizmente, nem todas as pessoas dão a devida importância aos altos níveis de estresse que, segundo Ratochinski et al (2016), pode causar no indivíduo desde palidez, fadiga, irritabilidade excessiva, exaustão, depressão, ansiedade e chegando em casos mais graves à morte.

Diferentemente do que muitos pensam, a ansiedade não se trata apenas de alterações psicológicas, mas pode haver a manifestação física desses sintomas. Os sintomas da ansiedade variam de nervosismo, estresse elevado, angústia, irritabilidade constante a sintomas mais evidentes e consideravelmente graves como dores musculares inquietação palpitações vertigens e comumente sensações de asfixia (VELOSO et al., 2016). As respostas registradas nesse estudo, demonstra uma série de prejuízos na saúde mental e física dos participantes, fazendo com que tenham dificuldade de lidar com sua rotina que inclui a superação das dificuldades e enfrentamento.

O profissional da saúde exerce um papel de suma importância perante a sociedade, pois ele trabalha combatendo diretamente a pandemia da COVID-19, evidenciando a responsabilidade de atender, proteger, informar e evitar a disseminação do vírus, inclusive para seus familiares (MIRANDA et al. 2020) sendo imprescindível apoio psicológico a esses indivíduos a fim de lidarem com a nova rotina rígida de prevenção, isolamento e superação de perdas causadas pelo novo coronavírus (HUMEREZ et al. 2020).

Diante desse quadro se mostra necessário uma atenção maior a saúde, física, emocional e mental desses profissionais que estão enfrentando como linha de frente essa pandemia. Os impactos na saúde mental já foram provados e apresentam grandes indícios de sofrimento mental, sendo o grau de ansiedade e estresse alto de acordo com as pesquisas realizadas. Entende-se que esses profissionais estão vivendo um momento ímpar na saúde, tanto pública quanto privada, mais sobrecarregados do que estão acostumados a estar, com aumento da demanda de pacientes, com as incertezas que acompanham essa doença, sua alta transmissão, e o estresse de tomadas de decisões que podem causar agravos psicológicos a longo e curto prazo.

5. CONCLUSÃO

Conclui-se que os profissionais atuantes na linha de frente da pandemia da COVID-19 apresentam níveis de estresse e ansiedade aumentado, necessitando acompanhamento por profissionais especializados a fim de se evitar prejuízos biopsicossociais cada vez mais intensos, interferindo negativamente em sua saúde e qualidade de vida.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DUARTE, M.L.C. et al. O trabalho em emergência hospitalar: sofrimento e estratégias defensivas dos enfermeiros. *Rev. Gaúcha Enferm.*, [Http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2018.2017-0255](http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2018.2017-0255), p. 1-10, 3 set. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2018.2017-0255>. Acesso em: 9 set. 2020.

HUMEREZ, D.C. Ohl R.I.B., Silva M.C.N. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: ação do Conselho Federal de Enfermagem. *Cogitare enferm.* [Internet]. 2020 [acesso em 10 set. 2020]; 25. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.74115>.

MIRANDA, F.M.D. et al. CONDIÇÕES DE TRABALHO E O IMPACTO NA SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM FRENTE A COVID-19. *Revista Cogitare Enfermagem*, [S. l.], p. 1-10, 2 jul. 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72702>. Acesso em: 4 set. 2020.

MOREIRA, W.C. et al. Adoecimento mental na população geral e profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19: revisão sistemática. ORCID logo Connecting Research and Researchers, [S. l.], p. 1-19, 2 jun. 2020. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/689/904>. Acesso em: 25 jun. 2020.

MOURA, A, et al. Fatores associados à ansiedade entre profissionais da atenção básica. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, [S. l.], p. 1-10, 19 jun. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0198>. Acesso em: 18 set. 2020.

RATOCHINSKI, C.M.W. et al. O Estresse em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Sistemática. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, [S. l.], p. 341-346, 16 mar. 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs>. Acesso em: 25 jun. 2020.

REIS, R.S., HINO, A., RODRIGUEZ-AÑEZ, C.R. (in press). Perceived Stress Scale: Reliability and Validity Study in Brazil. Journal of Health Psychology.

SILVA, H.G.N. et al. Efeitos da pandemia do novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. J. nurs. health, [S. l.], p. 1-10, 10 jun. 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs>. Acesso em: 25 jun. 2020.

SILVA, R.F. et al. Nível de Percepção de Estresse e Qualidade de Vida Entre os Técnicos de Enfermagem das Unidades de Pronto Atendimento de Palmas - TO. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, [S. l.], p. 261-266, 7 fev. 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs>. Acesso em: 25 jun. 2020.

SPIELBELGER C.D., GORSUCH R.L., LUSHENE R.E. Cuestionario de ansiedad estado-rasgo. Adaptación española de Seisdedos N. 7ª ed. Madrid: TEA Ediciones SA; 2008. 28 p

VELOSO, L.U.P. et al. PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA. Revista de Enfermagem, [S. l.], p. 1-10, 16 nov. 2016. Disponível em: [10.5205/reuol.9881-87554-1-EDSM1011201619](https://doi.org/10.5205/reuol.9881-87554-1-EDSM1011201619). Acesso em: 19 set. 2020.