

**A PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE EM MÉDICOS DURANTE
A PANDEMIA DA COVID-19: REVISÃO SISTEMÁTICA**
*THE PREVALENCE OF ANXIETY DISORDERS IN PHYSICIANS DURING THE COVID-19
PANDEMIC: A SYSTEMATIC REVIEW*

Francisca Poliana Alves de Sousa¹, José Olivandro Duarte de Oliveira², Macerlane de Lira Silva³ e
Aracele Conçalves Vieira⁴

ARTIGO*Recebido:*

15/05/2023

Aprovado:

02/06/2023

*Palavras-chave:*Cuidados Paliativos.
Idosos. Medicina.
Unidade de Terapia
Intensiva.*Key words:*Palliative Care.
Elderly. Medicine.
Intensive Care Unit.**RESUMO**

Introdução: Os transtornos de ansiedade estão entre as principais causas de danos ao trabalhador devido ao fato de estarem associados ao excesso de carga de trabalho e metas de produtividade além do necessário. Tais aspectos foram ainda mais drásticos para os profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19. **Objetivo:** Identificar e analisar as evidências disponíveis na literatura sobre fatores desencadeadores de transtornos de ansiedade em profissionais de saúde (médicos) durante a pandemia da COVID-19. **Método:** revisão sistemática, com limite de ano de publicação datado dos últimos três anos com descritores controlados, realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline). Os descritores utilizados foram: COVID-19, ansiedade, saúde mental, médicos. Como critério de inclusão, o lapso temporal supracitado, o âmbito das pesquisas que se traduzissem no ambiente hospitalar, estudos transversais e analíticos, revisões sistemáticas e como critério de exclusão, pesquisas duplicadas, monografias e estudos que não se adequem a literatura mais recente. **Resultados:** averigou-se que os transtornos de ansiedade estão relacionados ao afastamento laboral e a perda da produtividade e como isso afeta a carreira de quem está acometido por esse transtorno do mundo moderno.

ABSTRACT

Introduction: Anxiety disorders are among the leading causes of worker harm because they are associated with excessive workload and productivity targets beyond what is necessary. Such aspects were even more drastic for healthcare workers during the COVID-19 pandemic. **Objective:** To identify and analyze the available evidence in the literature on triggers of anxiety disorders in health care professionals (physicians) during the pandemic of COVID-19. **Method:** systematic review, with a limit of publication year dated within the last three years with controlled descriptors, carried out in the Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (Lilacs) and Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline) databases. The descriptors used were: COVID-19, anxiety, mental health, and physicians. Inclusion criteria were the aforementioned time-lapse, the scope of research that took place in hospitals, cross-sectional and analytical studies, systematic reviews, and as exclusion criteria, duplicate studies, monographs, and studies that did not fit the most recent literature. **Results:** It was found that anxiety disorders are related to work leave and loss of productivity and how this affects the career of those who are affected by this disorder in the modern world.

¹Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário Santa Maria;²Docente do Centro Universitário Santa Maria;³Docente do Centro Universitário Santa Maria;⁴Docente do Centro Universitário Santa Maria;

1. INTRODUÇÃO

Quando se associa saúde mental e trabalho, existe diversos âmbitos da relação com a pressão laboral e transtornos mentais. No início dos anos 2000 (WHO, 2000), a Organização Mundial de Saúde (OMS) e a Organização Internacional do Trabalho (OIT) realizaram uma previsão a respeito do crescimento e recorrência de problemas ligados à saúde mental e emitiram um alerta sobre o quanto a população trabalhadora seria afetada: redução da produtividade, afastamento das atividades laborais, diminuição da capacidade funcional e estigmatização dos trabalhadores (BAASCH, 2017).

São muitas as mudanças em torno dos ambientes e condições de trabalho. Nos últimos 30 anos, a insegurança no emprego tornou-se aflorada devido diversos fatores externos que colocam em risco, até mesmo, a organização do trabalho. Tais riscos são cruciais na manutenção de disparidades na saúde dos trabalhadores, dependendo da posição socioeconômica, gênero, etnia. Os novos meios de produção foram razão desencadeadora de condições de trabalho adversas, a evolução tecnológica significou, em grande parte, a redução da mão de obra trabalhadora. (RIBEIRO, 2019)

Levando-se em consideração tais transformações, naturalmente ocorreu uma modificação no perfil de morbidade dos agravos à saúde relativos ao trabalho, gerando doenças ocupacionais que são recorrentes e geram o adoecimento mental. Uma das maiores preocupações diz respeito aos transtornos mentais e comportamentais (TMC) desencadeados por situações no dia a dia laboral (MELLO, 2006).

Dentre os TMC, os transtornos de ansiedade são os que demonstram desproporção entre o estímulo e as características da ansiedade, afetando diretamente a qualidade de vida. Sentimento de medo, tensão ocasionada por antecipação de situações estressantes, dentre outros. Tais transtornos estão entre os problemas mentais mais prevalentes na sociedade moderna. Quando não recebem o tratamento adequado, os sintomas persistem e interligam-se a deficiências relevantes no funcionamento funcional, na esfera econômica e na qualidade de vida (MELLO, 2006).

São extremamente importantes no contexto de conflitos mundiais recentes e contínuos, pois os fatores ambientais podem impactar a ansiedade e gerar um desenvolvimento de distúrbio do estresse, particularmente o pós-traumático. Importa destacar que a ocorrência desse tipo de transtorno está conexas aos estressores psicossociais desfavoráveis, que englobam ambientes de trabalho com pouco amparo, excesso de trabalho, recompensas insuficientes quando medidas de acordo com o esforço depreendido (RIBEIRO, 2019).

Dentro do que fora supracitado, surge a problemática dos transtornos de saúde mental desencadeados pelo último fator externo agravante dos problemas psicossociais: a pandemia da COVID-19. Médicos de todo o mundo se viram diante de um desafio inimaginável e isso gerou certo desconforto e muitos problemas de cunho psicológico. A ansiedade é um aspecto de grande impacto para a classe médica, confirmada pela prevalência de sintomas ansiosos variando de 31% a 32,6% entre médicos, a depender do estudo. (SINGHAL, 2020).

Os principais sintomas manifestados por adultos são inquietação, irritação, perturbação do sono, tensão muscular, dificuldade de concentração, apreensão, tremores, além de sintomas somáticos como taquicardia, vômitos, diarreia e cefaleia. Relativamente ao sono, a ansiedade é uma das principais consequências da sua privação, formando a tríade de morbidades neurocomportamentais da privação de sono REM (movimento rápido dos olhos, do inglês rapid eye movements), acompanhada de déficit de atenção, agressividade e desajustes na qualidade do sono (ROMANOV, 2020).

A pandemia do COVID-19, decretada pela OMS em março de 2020, elevou o nível da ansiedade na classe médica. Enfrentando essa pandemia, têm-se os profissionais de saúde, com alto risco de contaminação, com quase 3,8% dos médicos infectados, decorrente, principalmente, de contato não protegido com pacientes infectados recentes. Além disso, muitos estudos demonstraram equipes médicas acometidas por desordens psicológicas como ansiedade, medo e estigmatização, além de depressão e insônia (MELLOU et al., 2019)

Assim, considerando a relevância do tema na atualidade, por se mostrar como um problema de saúde pública, este estudo objetiva identificar e analisar as evidências disponíveis na literatura sobre a relação entre pressões no trabalho, carreira, produtividade e ansiedade na classe médica em decorrência da pandemia da COVID-19.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática, com limite de ano de publicação datado dos últimos 3 (três) anos com descritores controlados, realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline). Os descritores utilizados foram: COVID-19, ansiedade, saúde mental, médicos.

A seleção dos artigos encontrados com a busca nas diferentes bases de dados será realizada inicialmente pela seleção títulos, os que tenham relação com o objetivo, serão selecionados para a leitura do resumo e os que apresentem informações pertinentes à revisão

eram lidos por completo. Os mesmos serão apresentados e selecionados com base nos critérios de inclusão e exclusão, expostos em fluxograma.

As informações registradas dos artigos científicos utilizados neste estudo serão coletadas com a utilização de um instrumento que contém as seguintes informações: numeração, autor(es), título, periódico, local de estudo, ano do artigo, volume, número, descritores/palavras-chave, objetivo/questão de investigação, metodologia, resultados, limitações/recomendações. De posse das informações obtidas, fez-se a leitura dos artigos destacando o que foi relevante para o estudo.

A pesquisa será realizada por meio da seleção de artigos científicos publicados em períodos indexados nas bases de dados do Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE via PubMed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Scientific Eletronic Library Online (SciELO), sendo que a busca dos dados ocorrerá entre os meses de setembro de 2022 a março de 2023, utilizando os descritores extraídos do DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), com base nos descritores: COVID-19, ansiedade, saúde mental, médicos.

Como critério de inclusão, o lapso temporal supracitado, o âmbito das pesquisas que se traduzissem no ambiente hospitalar, estudos transversais e analíticos, revisões sistemáticas e como critério de exclusão, pesquisas duplicadas, monografias e estudos que não se adequem a literatura mais recente.

A presente revisão assegura os aspectos éticos, garantindo a autoria dos artigos pesquisados, utilizando para citações e referências dos autores as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

3.1. REFLEXOS DA PANDEMIA NOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E NA SUA PRODUTIVIDADE

A situação crítica dos serviços de saúde, desencadeada pela pandemia, se reflete diretamente na saúde mental dos profissionais de saúde. (LIU et al., 2020). Neste contexto, problemas relacionados à ansiedade estão cada vez mais constantes no mundo. Entre as principais alterações fisiológicas e psicológicas identificadas e que acometera os profissionais de saúde, destaca-se prevalências de insônia, esgotamento, estresse, ansiedade e até mesmo a depressão. (TRUMELLO, et al., 2020).

Dentre as causas do desenvolvimento das alterações psicológicas, está o estresse relacionado ao desgaste relacionado à sobrecarga laboral, às condições precárias de trabalho, ao sentimento de impotência e ao número elevado de óbitos. (GALEHDAR et al., 2020).

Entre os estudos observados até o presente momento, observou-se que há mais ansiedade entre as mulheres do que entre os homens, devido a uma responsabilidade social elevada, visto que na maioria das sociedades elas são responsáveis pelo cuidado de seus filhos e familiares, enfim, pela esfera do cuidado e afeto no cerne de suas vidas (NING et al., 2020).

Nesse âmbito, estudos evidenciam a importância da oferta de suporte psicológico aos profissionais de saúde, a fim de minimizar os riscos para a saúde mental ocasionados pelo contexto da pandemia. Ressalta-se a necessidade de investimentos das políticas públicas de saúde mental destinada à prevenção do adoecimento desses profissionais (LIU et al., 2020).

A progressão da ansiedade tem sido relacionada aos ambientes de trabalho, isso porque o imenso volume de tarefas e metas impostas geram para a mente um grande estresse que a maior parte dos profissionais não sabem como gerenciar de maneira saudável. Ademais muitos não conseguem fazer atividades físicas diárias, o que piora a sua qualidade de vida. Quando se associa tais fatores aos profissionais de saúde, principalmente, aqueles que sofreram grandes pressões diante de uma pandemia desconhecida e de nível mundial, o problema demonstra-se como potencialmente pior (SCHIMIDT et al., 2020).

Com isso, o mundo do profissional de saúde se transforma em propenso para que a ansiedade se eleve. No local de trabalho, os sintomas da ansiedade podem ser observados: na dificuldade de se concentrar e fazer entregas dentro do prazo, trabalhar com colegas e pacientes, problemas de insegurança e abdicação de tarefas por medo de errar. Tendo como principais fatores: sobrecarga e excesso de responsabilidade e metas para atingir associado a um curto prazo para entregar os resultados.

O entendimento acerca dos fatores de adoecimento mental em profissionais de saúde causados pela pandemia mostra-se como essencial para a adoção de medidas que possam evitar diversos prejuízos à saúde mental deles, evitando absenteísmo, afastamentos prolongados, sofrimento psíquico e incapacidades. Estratégias de suporte emocional, melhorias nas condições de trabalho e prevenção do adoecimento mental podem ser empregados para atenuar os impactos da pandemia da Covid-19 nestes profissionais.

3.2. O PROFISSIONAL DA ÁREA DA SAÚDE FRENTE A COVID-19

O enfrentamento da COVID-29 evidenciou, ainda mais, a importância dos profissionais de saúde, fundamentalmente, para o que ficaram na linha de frente no combate à pandemia expostos diretamente aos infectados pelo vírus (FILHO et al., 2020).

De acordo com Filho et al. (2020), os profissionais da área da saúde compõem o grupo de maior risco de contaminação e, apesar da atuação direta e essencial juntos aos acometidos por essa pandemia, muitos profissionais da área relataram condições de trabalho precárias, higiene inadequada, equipamentos insuficientes, jornadas exaustivas e outros pontos extremamente nocivos à saúde. Aqueles que atuam em situações emergenciais de saúde devem ser preparados para a autoproteção e para compreensão do seu papel no combate a emergências e desastres.

Importa destacar que os debates e os planos não foram amplamente fomentados, mesmo para os profissionais envolvidos diretamente com pacientes infectados. As condições de trabalho pouco foram discutidas, sendo o cerne da discussão apenas a questão da doença em si e do número de óbitos decorrentes deste problema. Com a escassez de recursos e o risco iminente, sintomas de depressão, ansiedade e estresse em profissionais da área da saúde atuantes diante da pandemia foram identificados com frequência. Como há pouca visibilidade desse aspecto, conseqüentemente também há pouca valorização dessa área nas políticas públicas (SILVA, 2020).

Estudos e pesquisas revelaram que o maior receio dos profissionais de saúde em lidar com a doença, era o risco de transmissão a seus familiares e o sofrimento de terem que se distanciar dos seus lares e entes queridos, adquirindo sintomas de estresse, ansiedade e depressão, não raras as vezes (SCHMIDT et al., 2020). Devido ao alto risco de exposição dos profissionais da área da saúde, Silva (2020) cita que foi necessário designar unidades preparadas com profissionais devidamente protegidos a fim de atender os casos de COVID-19, no entanto, sabe-se que poucos foram as formas de amparo aos profissionais.

Para lidar com os impactos na saúde mental decorrentes da pandemia da COVID-19, intervenções psicológicas voltadas à população e aos profissionais da área da saúde são fundamentais. Alguns profissionais podem apresentar sofrimento psicológico em situações de emergência e desastre, pois mesmo não sofrendo o trauma da doença diretamente, desempenham um papel empático e são afetadas por esses sintomas (MAIA; DIAS, 2020).

3.3. ANSIEDADE

A ansiedade se configura como um estado emocional apto a desencadear no indivíduo componentes psicológicos e fisiológicos, inclusive capaz de tornar-se patológico quando há uma situação real ameaçadora ou quando acontece de modo acentuado (LEÃO et al., 2018).

Há duas dimensões para classificar a ansiedade, sendo elas: casos de estado de ansiedade transitória em um indivíduo e casos de traços de ansiedade, que diz respeito a forma do sujeito reagir a determinadas situações definidas como ameaçadoras. (SILVA; ZANDONADE; AMORIM, 2017).

Tida como um fenômeno natural e inerente ao ser humano, a ansiedade torna-se “vilã” quando atinge, diretamente, as atividades rotineiras e ocasionam um medo desproporcional ao estímulo que provocam a ansiedade, perturbando o seu conforto emocional, podendo ser definida como ansiedade patológica que desencadeia sofrimentos aquele acometido por este problema, além de prejuízos a rotina e ao desempenho (COSTA et al., 2017).

De acordo com Fernandes et al. (2018) os aspectos da ansiedade são multifatoriais, podendo estar ligados a questões familiares, sociais, financeiras e profissionais. Para estabelecer um quadro diagnóstico, faz-se necessário existir considerações relevantes relativas ao contexto onde a ansiedade está ocorrendo, seus sinais e sintomas, precedentes do indivíduo. Através disso, o profissional de saúde (psicólogo ou médico) deve estar em conformidade com o Manual de Diagnóstico e Estatístico (DSM-5 - American Psychiatric Association) em utilizar de meios subjetivos para definir o quadro e diagnosticar o problema (APA, 2013).

De acordo com o DSM-5, os sintomas mais comuns são: irritabilidade, tensão muscular, perturbação do sono, inquietação, dificuldade em se concentrar. Acaso haja o diagnóstico de ansiedade, seus sintomas ocasionam preocupação e sofrimento significativo na vida social do sujeito acometido pelo problema afetando áreas cruciais, como o seu labor (SILVA et al., 2017).

O transtorno de ansiedade atinge a população em geral, sendo de maior prevalência em pessoas do sexo feminino no início da vida adulta (OLIVEIRA; ANTUNES, 2017). Apesar de esse estudo corroborar tal informação, o DSM-5 (2013) cita que, por meio de amostras clínicas, as taxas de gênero são similares ou mais elevadas em sujeitos do sexo masculino (APA, 2013).

O tratamento para transtorno de ansiedade é composto por uma abordagem que não engloba pura e simplesmente o uso de psicofármacos, mas deve estar ligada à psicoterapia, geralmente, empregada por meio da abordagem cognitiva comportamental, apresentando eficácia considerável no tratamento (SALDANHA et al., 2019).

A abordagem supracitada é baseada em uma participação ativa entre terapeuta e cliente, onde o foco se pauta na forma como os problemas interferem no funcionamento do indivíduo no cotidiano, explorando esses problemas e objetivando a mudança dos padrões de pensamentos e crenças disfuncionais (SALDANHA et al., 2019). A ansiedade surge de modo mais fácil, em épocas de crise, tais como, uma pandemia.

Levando-se em consideração que todas as pandemias são causadoras de impacto político, econômico e social, não se pode negligenciar o fato de que os desdobramentos psíquicos também são diversos e nocivos. Uma das causas de ansiedade crescente desde o ano de 2020, foi a pandemia da COVID-19. O que se percebeu, foi que grande parte da população apresentou efeitos psicológicos negativos, demonstrando, principalmente, sintomas como confusão, raiva e estresse pós-traumático (MAIA; DIAS, 2020).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ante o exposto, observa-se que quando se associa saúde mental e trabalho, existe diversos âmbitos da relação com a pressão laboral e transtornos mentais. Neste sentido, a presente pesquisa se desenvolveu considerando as transformações ocorridas no perfil de morbidade dos agravos à saúde relativos ao trabalho.

Percebeu-se, neste interim, que os estudos e pesquisas levantados revelaram a apreensão dos profissionais de saúde perante o Sars-COV-2, baseando-se no risco de transmissão a seus familiares, bem como no sofrimento de terem que se distanciar dos seus lares e entes queridos, adquirindo sintomas de estresse, ansiedade e depressão.

Por fim, evidencia-se, a necessidade de tratamento não somente com psicofármacos, mas também com psicoterapias, empregada por meio da abordagem cognitiva comportamental, apresentando eficácia considerável no tratamento.

REFERÊNCIAS

COSTA, K. M. V. et al. **ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS NA ÁREA DA SAÚDE**. 2017. Disponível em: http://www.editorarealize.com.br/revistas/conbracis/trabalhos/TRABALHO_EV071_MD1_SA13_ID592_14052017235618.pdf.

GALEHDAR, N. et al. Exploring Nurses' Experiences of Psychological Distress during Care of Patients with COVID-19: a Qualitative Study. **BMC Psychiatry**, v. 20, n. 1, 6 out. 2020.

LEÃO, A. M. et al. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Rev. bras. educ. med.**, v. 42, 2018.

LIU, Z. et al. Mental Health Status of Healthcare Workers in China for COVID-19 Epidemic. **Annals of Global Health**, v. 86, n. 1, 2020.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

NING, X. et al. The mental health of neurological doctors and nurses in Hunan Province, China during the initial stages of the COVID-19 outbreak. **BMC Psychiatry**, v. 20, n. 1, 5 set. 2020.

OLIVEIRA, D. V. DE; ANTUNES, M. D.; OLIVEIRA, J. Ansiedade e sua relação com a qualidade de vida em idosos: revisão narrativa. **Cinergis**, v. 18, n. 4, 2 out. 2017.

RIBEIRO, H. K. P. et al. Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 44, 2019.

SCHMIDT, B. et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

SILVA, A. A. M. DA. Sobre a possibilidade de interrupção da epidemia pelo coronavírus (COVID-19) com base nas melhores evidências científicas disponíveis. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, 2020.

SOUZA, E. L. et al. Revisão teórica: um estudo sobre o desenvolvimento do comportamento e a ênfase da cognição no tratamento do TAG - transtorno de ansiedade generalizada. **Revista FAROL**, v. 8, n. 8, p. 330–346, 2019.

TRUMELLO, C. et al. Psychological Adjustment of Healthcare Workers in Italy during the COVID-19 Pandemic: Differences in Stress, Anxiety, Depression, Burnout, Secondary Trauma, and Compassion Satisfaction between Frontline and Non-Frontline Professionals. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 22, p. 8358, 12 nov. 2020.