



Sofrimento psíquico dos médicos brasileiros durante o combate à pandemia da Covid-19

O atual cenário mundial em decorrência da pandemia por Covid-19 deixa não só a população em geral tensa com as possíveis consequências com relação à saúde e às vidas das pessoas, mas, também, faz com que os próprios profissionais de saúde se sintam extremamente ameaçados em um cenário absolutamente desconhecido, de proporções mundiais e de emergências humanitárias. Este surto epidemiológico acontece em um cenário que sequer temos recursos estruturais para atender demandas excessivas de pacientes, por ausência de leitos, respiradores nas unidades de tratamento intensivo ou, muitas vezes, simples Equipamentos de Proteção Individual (EPI) para a equipe de saúde.

Realizamos em parceria com alguns pesquisadores, Daniel Lima Figueiredo, Ikaro Daniel de Carvalho Barreto e Roberta Machado Pimentel Rebello de Mattos, um estudo que envolveu médicos de todo o Brasil, que responderam esta pesquisa no período de 19 de abril a 3 de maio de 2020, e os resultados são alarmantes.

A pandemia por Covid-19 desencadeou a maior taxa de mortalidade por uma infecção viral e, simultaneamente, trouxe consequências importantes sob a forma de sofrimentos mentais.

Os resultados do nosso estudo apontaram para indícios de sofrimento psíquico entre os médicos, cuja maioria era formada por especialistas jovens, porém inseguros, porquanto a ausência de protocolos para o tratamento de uma doença completamente desconhecida e, por conseguinte, de efeitos imprevisíveis.

O isolamento social que impede as pessoas de se abraçarem fisicamente, separando familiares e amigos, mexe com o imaginário das pessoas de qualquer categoria social, faixa etária, sexo, etnia, religião. Nada lhes deixa a salvo e, assim, elas sentem insegurança, se veem ameaçadas e com muito medo, e experimentam sentimentos de solidão e desamparo estrutural e emocional, quando não apresentam ou agravam transtornos emocionais preexistentes.

Os mesmos sentimentos que assolam a população se reproduzem também entre os profissionais de saúde, que sabem que estão mais expostos diretamente à contaminação, porquanto a sua função de acolher e tratar os pacientes infectados, e não raro são estigmatizados como possíveis vetores de contaminação.

Os trabalhadores da saúde que estão expostos por um contato direto com os pacientes com suspeita ou confirmados como infectados pelo coronavírus correm riscos de um adoecimento físico e mental frente às suas reais preocupações: o medo e o luto traumático por perda de pacientes ou de familiares.

Equipe médica no combate à pandemia da Covid-19 tem alta prevalência de insônia severa, ansiedade e depressão. Diante de circunstâncias críticas vividas pelos médicos, que sequer sabem como melhor decidir no tratamento dos pacientes, pela ausência de recursos materiais e pela falta de protocolos terapêuticos para a Covid-19, não surpreende que tenham conflitos, fiquem tensos e ansiosos, percam o sono e façam sintomas psicossomáticos.

Entre os médicos brasileiros, mais da metade faz uso de psicofármacos. Este número é alarmante e, a princípio, inimaginável. Alguns deles já o faziam por acompanhamento psiquiátrico antes da pandemia. Entretanto, um número significativo, na casa dos 20%, está fazendo



Cerca de 20% dos médicos no País está se automedicando com antidepressivos, ansiolíticos, hipnóticos e estabilizadores de humor

automedicação, com uso de antidepressivos, ansiolíticos, hipnóticos e estabilizadores de humor.

Quase a metade dos médicos brasileiros que estão no front do combate à pandemia apresenta pensamentos depressivos, referindo, além da tristeza, a uma falta de vontade de realizar o que quer que seja, alegando um gigante cansaço e dificuldades de pensar com clareza e ou de tomar decisões.

A queixa mais frequente sobre os pensamentos depressivos é ter perdido o interesse pelas coisas e a mais preocupante são os pensamentos sobre morte, que inclui a ideação suicida presente em quase 5% dos participantes.

O momento da pandemia da Covid-19 promove um desafio para qualquer sujeito e muito mais para os médicos, que encaram a face da morte diariamente. Quando este profissional tem um histórico de depressão, o risco de ideação de suicídio aumenta muito mais, e os psiquiatras devem estar preparados para acolher esta clientela especial e avançar nas propostas de um trabalho de prevenção.

Percebe-se que temas que envolvem a saúde mental já não são mais tabus, e as pessoas, hoje, falam sobre ansiedade, depressão e ideação suicida. E quanto mais se compartilha estas experiências de emoções negativas, mais destituímos os estigmas e a psicofobia, e mais as pessoas procuram um atendimento especializado.

Entre estes, os médicos com ideação suicida, alguns pediram ajuda aos pesquisadores para encaminhamentos de suporte emocional. Durante a pandemia, ainda há o recurso do pedido de atendimento on-line que alguns participantes da pesquisa solicitaram. E este acolhimento pode salvar vidas.

Em momentos de incertezas produzidas pela Covid-19, uma grande rede de solidariedade se estabeleceu em todo o Brasil com ofertas de atendimento psicoterápico para profissionais de saúde. Em Aracaju, o Círculo Psicanalítico de Sergipe também tem feito um trabalho voluntário através do Projeto Escuta Ativa, e está oferecendo atendimento gratuito no período da pandemia, ouvindo as angústias de pessoas que demandam acolhimento.

O despreparo dos serviços de saúde para o enfrentamento da Covid-19, tanto do ponto de vista de instalações de hospitais públicos e privados, ausência de equipamentos de sustentação vital, como os respiradores, ausência de EPI e com um total desconhecimento

científico sobre o novo coronavírus foram elementos que favoreceram uma maior prevalência de sofrimento mental da população, que se torna insegura, e dos próprios trabalhadores da saúde, que estão na linha de frente do combate ao coronavírus.

A forma de impedir que esta pandemia faça entrar em colapso os nossos já precários sistemas de atenção à saúde é o isolamento social horizontal, a nossa única saída, com o objetivo de achatar a curva epidemiológica e evitar que todos adoçam ao mesmo tempo. Trata-se de um remédio amargo para a economia das nações, para que a vida, bem maior, seja poupada. O governo brasileiro, entretanto, não se coloca de forma uníssona nas medidas, o que faz com que os números de vítimas

cresçam vertiginosamente e as informações tornam-se confusas.

Outro aspecto importante é a fonte segura das informações que chegam até a população, para dar segurança a todos, sobre as medidas, quer sanitárias, quer econômicas, e tranquilizar a população, evitando informações conflituosas nas mídias sociais que aumentam o estresse e o pânico no período de surto e de lockdown (fechamento total), estratégia já adotada por algumas cidades brasileiras até o momento atual.

Este panorama de um surto de proporções mundiais gera insegurança, medo, estresse, insônia, ansiedade e depressão, que vão exigir de governantes e gestores estratégias para dar um suporte mais eficaz a este grupo de trabalhadores da saúde, assegurando-lhes recursos para as necessidades básicas exigidas, com o objetivo de mantê-los físicos e mentalmente, valorizados e motivados, capazes de confiar na própria capacidade de trabalho e de ter confiança neles próprios, nas tomadas de decisão, neste período de combate ao coronavírus, quando eles são os grandes protagonistas deste cenário de guerra.

Faz-se necessário, entretanto, que estes médicos recebam, no momento atual, o aplauso e o reforço positivo dos seus gestores, de sorte que se sintam amparados, que tenham o devido e necessário acompanhamento de profissionais da área de saúde mental e que permaneçam tendo este suporte além do tempo da pandemia, porquanto a sua condição de vulnerabilidade baseada nas informações aqui expostas.

“Quase a metade dos médicos brasileiros que estão no front do combate à pandemia apresenta pensamentos depressivos, referindo, além da tristeza, a uma falta de vontade de realizar o que quer que seja”

[*] Déborah Pimentel é doutora em Ciências da Saúde, psicanalista, escritora, imortal das Academias Sergipanas de Medicina (ASM) e da Educação (ASE) e professora de Ética Médica.