

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
SETOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE SAÚDE COLETIVA
ESPECIALIZAÇÃO EM MEDICINA DO TRABALHO

MANUELA SPAUTZ

**TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS NOS TRABALHADORES APÓS A PANDEMIA
– COVID 19: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

CURITIBA
2022

MANUELA SPAUTZ

TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS NOS TRABALHADORES APÓS A PANDEMIA –
COVID 19: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Artigo apresentado a Especialização em Medicina do Trabalho, do Departamento de Saúde Coletiva, Setor de Ciências da Saúde, da Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à conclusão do Curso.

Orientador (a): Prof (a). Dr (a). Solena Kusma

CURITIBA

2022

RESUMO

Ao analisar o cenário que se apresentou após a pandemia COVID -19 percebeu-se que o mundo do trabalho tomou um formato diferenciado, pois, o indivíduo, que contaminado pelo vírus em referência, degradou em certos aspectos a vida, de maneira a causar problemas a sua saúde mental e psicológica, refletido em seu dia a dia: família, trabalho, lazer, amigos, escola, entre outros. Foi possível identificar fatores como estresse, dores no corpo, medo, insegurança, depressão. O objetivo desse estudo é apresentar uma revisão narrativa da literatura a respeito dos fatores associados aos transtornos psiquiátricos pós-pandemia COVID 19. As questões impostas neste estudo, acerca dos fatores que podem causar transtornos ao trabalhador, e conseqüentemente, o indivíduo, intensifica desafios e vulnerabilidades a que todos estamos sujeitos a sofrer, sendo abordados assuntos associados a COVID 19 e o isolamento social entrelaçados ao sofrimento e transtornos emocionais e psicológicos sofridos pela pandemia. A partir da presente revisão de literatura pretende-se fazer uma correlação das implicações que a pandemia de COVID-19, trouxe ao mundo do trabalho, acarretando ao trabalhador problemas a sua saúde mental e psicológica.

Palavras-Chave: COVID-19. Pandemia. Trabalhador. Saúde. Transtornos Psiquiátricos.

ABSTRACT

When analyzing the scenario that presented itself after the COVID-19 pandemic, it was noticed that the world of work took a different format, since the individual, who was contaminated by the virus in question, degraded life in certain aspects, in order to cause problems. your mental and psychological health, reflected in your daily life: family, work, leisure, friends, school, among others. It was possible to identify factors such as stress, body aches, fear, insecurity, depression. The objective of this study is to present a narrative review of the literature regarding the factors associated with post-pandemic COVID 19 psychiatric disorders. Vulnerabilities to which we are all subject to suffer, issues associated with COVID 19 and social isolation intertwined with the suffering and emotional and psychological disorders suffered by the pandemic are addressed. From this literature review, it is intended to make a correlation of the implications that the COVID-19 pandemic has brought to the world of work, causing problems to the worker in his mental and psychological health.

Key-Words: COVID-19. Pandemic. Worker. Health. Psychiatric Disorders.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	4
2 METODOLOGIA DA PESQUISA.....	6
3 REVISÃO DE LITERATURA	7
3.1 COVID 19 E O ISOLAMENTO SOCIAL	7
3.1.1 Transtornos Emocionais e Psicológicos Causados Pela Pandemia.....	11
3.1.2 COVID 19 e a Manutenção do Individuo no Trabalho	14
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	15
REFERÊNCIAS.....	16

1 INTRODUÇÃO

As consecutivas modificações no contexto do ambiente de trabalho têm influência considerável na saúde dos trabalhadores como um todo e a exposição a resultados negativos em seu cotidiano, e sucessivas impressões de estresse no ambiente laboral, faz com que o trabalhador, procure por meios que melhorem a sua qualidade no trabalho.

As várias mudanças ocorridas na sociedade e nos meios de trabalho, seja na produção ou organização destes, ocasionam exigências na qualidade do serviço e conseqüentemente, necessidade de desenvolvimento de novas habilidades por parte do trabalhador de diversos setores, tendo estes que se adaptarem às mesmas (SANTOS; CARDOSO, 2010).

Acerca disso, o mundo do trabalho sofre por transformações constantes alavancados pela globalização e o consumismo, onde nestes promovem “mudanças comportamentais e biopsicossociais no ser humano e interferem na sua qualidade de vida, o trabalhador precisa produzir intensamente e oferecer um serviço eficiente” (VASCONCELOS, 2017, p. 5).

Nos dias que nos cercam, perante uma pandemia, que teve seu início em 2019, mais específico em dezembro de 2019, onde pacientes diagnosticados com pneumonia de etiologia, sendo esta desconhecida na ocasião, foram identificados em Wuhan, na China. Tão logo as autoridades chinesas confirmaram que um novo corona vírus tinha sido o causador do patógeno em questão, o qual se espalhou com grande velocidade em todas as províncias da China, onde se disseminou para mais de 40 países na ocasião (OLIVEIRA et al., 2020).

Assim a COVID 19, tem sido caracterizada como um importante processo de degradação da qualidade de vida do profissional, do trabalhador, provocando conseqüências para a saúde mental, física e psíquica, mudando a rotina de sua vida e atrelados a isso, o contexto onde está inserido (SANTOS, 2019).

No dia 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou para todas as nações que a COVID-19 seria uma pandemia, mudando para o *status* da doença, tendo a sua modificação pela alta taxa de transmissão do vírus, atrelado por propagação em nível mundial (PEREIRA et al., 2020).

A COVID-19 produz impactos tão severos no organismo de uma pessoa que é difícil diferenciar pacientes com câncer de pulmão que porventura estão infectados, e

estas informações contribuem para que haja pânico na população (DELBEN et al., 2020).

As consequências da pandemia, sendo elas individuais ou coletivas, foram desastrosas para a saúde mental, as quais agravam e desencadearam sintomas como: dores corporais, dores de cabeça, entre outros, que foram limitadas pela pandemia do COVID-19, perdurando até os dias que seguem (VASCONCELOS et al., 2020).

Em dados apresentados da FIOCRUZ, estima-se que um terço ou metade da população no mundo todo, apresente algum transtorno mental, e o “mesmo se manifesta conforme o estado de vulnerabilidade social, o tempo de duração e a efetividade das ações governamentais ao longo da pandemia de COVID-19” (MIRANDA et al., 2020, p. 4).

Neste sentido, o trabalho como tema “Aumento de transtorno psiquiátrico nos trabalhadores após a pandemia – COVID 19” busca apresentar através da pesquisa de bibliografia conceituada, mostrar meios e materiais que comprovam a ação da pandemia em questão na vida profissional dos trabalhadores, haja vista, o fato de que, com o surgimento da COVID 19, todos tiveram que se adaptar a uma nova realidade.

Perante os itens elencados, lança-se o questionamento: Perceber os fatores diante pandemia – COVID 19, que promoveram a causa de transtornos psiquiátricos nos trabalhadores? Sendo que as novas exigências no contexto da pandemia, para o mundo de trabalho se tornam em muitas vezes, estressoras passaram a ter ação sinérgica sobre a saúde física e mental dos (as) trabalhadores (as), causados por demissões; expostos também na redução de salário e de equipes de trabalho; “exigências de novas habilidades para execução do trabalho remoto e para conciliar demandas de trabalho com atividades domésticas (afazeres, cuidados com filhos, suporte a pais idosos etc.)” (SOUZA; ANDRADE; CARVALHO, 2021, p. 134).

O objetivo desse estudo é apresentar uma revisão narrativa da literatura a respeito dos fatores associados aos transtornos psiquiátricos pós pandemia COVID 19.

O interesse por esse estudo surgiu na observação no comportamento e algumas queixas de trabalhadores que são atendidos semanalmente no contexto do consultório de trabalho, para assim, perceber que há no comportamento humano.

2 METODOLOGIA DA PESQUISA

Trata-se de um estudo de revisão narrativa da literatura, tendo esta o formato para atingir características fundamentais sobre o contexto abordado, tendo no registro bibliográfico, sua principal expressão, pois a interpretação dos dados a serem coletados devem estar de acordo com a realidade e ao mesmo tempo, sanando-a (MEZZARROBA; MONTEIRO, 2009).

Acerca da pesquisa bibliográfica ou documental predominam técnicas como: a análise de conteúdo, a análise qualitativa e interpretativa de textos, os estudos comparativos de textos, em formatos de livros, jornais, revistas, documentos impressos, manuscritos, filmes, fotografias, em que as fontes são compostas de material gráfico ou sonoro, tendo a sua leitura e interpretação o ponto crucial da mesma (ANDRADE, 2011).

O trabalho em questão, também aponta para algumas questões de pesquisa, sendo elas:

- ✓ Pesquisar sobre o tema proposto;
- ✓ Identificar fatores acerca dos transtornos psiquiátricos em trabalhadores;
- ✓ Avaliar os materiais pertinentes à pesquisa.

Como estratégia de coleta de dados o trabalho em questão utilizou-se do processo de pesquisa por artigos científicos nas seguintes bases de dados: no google acadêmico, e na plataforma da *Scielo*, datados de 2002 até 2021, contando também com sites e a escolha e leitura de alguns livros que embasaram subsidiaram a pesquisa do tema proposto.

Para a efetivação desta, foram utilizados os seguintes descritores: pandemia; saúde pública; saúde do trabalhador, riscos ocupacionais; contenção de riscos, isolamento social.

O idioma dos artigos foram todos na Língua Portuguesa.

- ✓ Admitiu-se materiais datados para a efetivação, bem como, para a fundamentação da pesquisa, conforme exposto no quadro 1.

Estudo bibliográfico		
Identificação	Ano de publicação	Quantidade
Livros	2002, 2009, 2011	3
Dissertações	2010	1
Artigos Científicos	2010,2019, 2020, 2021	17
Trabalhos de Conclusão de Curso	2008, 2010, 2011, 2017	5
Estudos descartados		0
Total		26

FONTE: A autora (2022).

Os dados foram submetidos a leituras aprofundadas e analisados com base em referenciais teóricos, os critérios de inclusão para a revisão foram: artigos, livros trabalhos de conclusão de curso escritos em Português, tendo os mesmos disponibilidade de texto completo em suporte eletrônico, publicado dentro dos periódicos nacionais.

A apresentação e discussão dos resultados dessa revisão serão apresentados sob os temas relativos à COVID 19 e o Isolamento Social, Transtornos Emocionais e Psicológicos causados pela pandemia, e a questão da manutenção do trabalho pós-pandemia, associadas as perspectivas, que o vírus da COVID 19 causou e permaneceu influenciando na vida profissional do indivíduo.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 COVID 19 E O ISOLAMENTO SOCIAL

A COVID-19 é uma doença transmitida pelo corona vírus SARS-CoV-2 - *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*, por meio de contato próximo que se propaga através de gotículas respiratórias de uma pessoa infectada, tendo esta ou não sintomas, exigindo grande esforço e um leque de precauções de toda população, que tem sido fortemente orientada quanto à necessidade de realizar o distanciamento social como uma das prerrogativas para controle da pandemia (RIBEIRO et al., 2020; OLIVEIRA et al., 2020).

Neste aspecto destaca-se que:

Os sintomas da infecção por SARS-CoV-2 aparecem após um período de incubação de aproximadamente 5 dias, o qual depende da idade e do sistema imune do paciente. As manifestações clínicas da infecção por SARS-CoV-2 são amplas e podem variar desde um simples resfriado até uma pneumonia

grave. Os sinais e sintomas clínicos referidos são principalmente os respiratórios, de modo que o paciente pode apresentar febre, tosse e dificuldade para respirar, enquanto outros sintomas inespecíficos incluem fadiga, mialgia, artralgia, dor de cabeça, calafrios, diarreia, náusea, vômito e desidratação (OLIVEIRA et al., 2020, p. 2).

Dentro do contexto pandêmico, torna-se necessário haver a compreensão de que a saúde, em seus diversos âmbitos, é representada de forma distinta, trazendo o reflexo cultural, social, histórico e político expostos, permanentes ou não, em cada período, onde ao promover a investigação sobre as consequências da pandemia causada pelo coronavírus na saúde mental de todos, em especial, das pessoas que diariamente vão para os seus empregos, e que tiveram suas vidas afetadas pela mesma, faz com que se tenha uma preocupação considerada sobre, pois, as mazelas podem permanecer, como visto, durante um longo período na vida do trabalhador (LIMA; MELO; PERPETUO, 2021).

Para a contenção da pandemia, o Ministério da Saúde abraçou a causa do isolamento e da higiene das mãos, não lembrando-se de criar medidas alternativas, entre elas, o uso de máscaras caseiras. Henrique Mandetta, ministro da saúde no momento da pandemia, em um grande esforço em fazer a divulgação das medidas tomadas pelo Ministério da Saúde e “demonstrar o acompanhamento diário e cuidadoso do avanço da epidemia, reunia todos os dias um grande número de jornalistas para uma entrevista coletiva” (SANTOS, 2019, p. 12).

Destaca-se neste sentido, que era preciso traçar um paralelo diário através de registros de impactos à saúde das pessoas e as consequências que assim podem causar à população, sendo estas significantes as causas e malefícios (VASCONCELOS et al., 2020).

Obstante a este fato:

No Brasil, diante da decorrência da pandemia de COVID-19, foi decretado pelo governo federal, por meio da portaria nº 340, de 30 de março de 2020, recomendações sobre medidas para o enfrentamento da emergência em Saúde Pública de importância Nacional decorrente de infecção humana pela COVID-19, no âmbito das Comunidades Terapêuticas. Este documento também cita as medidas de IS, revelando a necessidade dos indivíduos com suspeita do vírus e sintomáticos permanecerem em isolamento, como meio de diminuir a progressão e disseminação do vírus, resultando em controle, e menores taxas de morbidade e mortalidade (DOU, 2020 apud PEREIRA et al., 2020, p. 15).

Para isso, foi adotado o “Isolamento Social (IS), conceitualmente, quando as pessoas não podem sair de suas casas como forma de evitar a proliferação do vírus”

(PEREIRA et al., 2020, p. 4), sendo uma medida que se fez necessária para evitar a rápida propagação da doença.

Esta medida produziu efeitos positivos (atitudes individuais em prol do grupo, solidárias e altruístas), que vieram somados aos efeitos negativos (desconfianças, atitudes preconceituosas, medo, solidão) implicando assim na saúde mental da população, que foram atingidas nas diferentes esferas da sociedade (CRUZ et al., 2020).

Neste sentido, o isolamento social foi uma das medidas operacionalizadas para fazer com que o número de óbitos, diminuísse em decorrência da pandemia de COVID-19, causando um impacto negativo na saúde mental da população brasileira. “É necessário que as autoridades ofereçam suporte adequado aos trabalhadores, usuários e gestores, para que possam difundir estratégias factíveis de prevenção de agravos e promoção da saúde mental” (OLIVEIRA et al., 2020, p. 5).

Em contrapartida, houve muito empenho em convencer a opinião pública da essencialidade do isolamento, através de inúmeras campanhas, onde formadores de opinião não mediram esforços para formar um quadro esclarecedor da situação que envolvia a pandemia, cuidando extremamente para que não houvesse informações errôneas, para assim, não alarmar mais o estado de preocupação em que se encontrava a população (SANTOS, 2019; SANTOS; ALMENDRA; RIBEIRO, 2020).

O confinamento e o “isolamento exige a resolução de outros problemas nunca antes considerados em dimensões territoriais de países com suas fronteiras fechadas” (DELBEN et al., 2020, p. 19), sendo que, as atividades grupais, e outras formas de contato, fossem impossibilitadas de serem feitas, mudando a rotina de todos (CRUZ et al., 2020).

Destarte, “pensar em estratégias que possam minimizar tal situação de sofrimento e adoecimento mental é de extrema importância nesse momento” (RIBEIRO et al., 2020, p. 5), e considerando as situações de confinamento e isolamento diante da pandemia, é preciso haver a promoção de ações voltadas ao comportamento seguro, com destaque para o cumprimento de regras e ao autocuidado, sendo exposto e transmitido no âmbito da família e no contexto do trabalho do indivíduo (DELBEN et al., 2020).

Neste sentido o Quadro 2 apresenta itens sobre o impacto social do isolamento durante e pós- COVID -19.

Quadro 2 - Impacto do Isolamento Social sob a Esfera Psicossocial

Efeitos e comportamentos relativos ao isolamento social
Distúrbio do sono
Mudanças no humor
Medo
Insegurança
Ansiedade
Depressão
Tédio
Solidão
Idealização suicida
Alteração no apetite
Sedentarismo
Aumento no consumo de álcool e tabaco

FONTE: A autora (2022).

A importância desse contexto, sobre o isolamento social, ser prejudicial na vida do indivíduo, faz com que o aumento de estresse, ansiedade, depressão deve ser ressaltada por promover efeitos nocivos à saúde mental do mesmo, que afetam de forma negativa o estado emocional, a qualidade do sono, comportamento e outros âmbitos de saúde que atingem este indivíduo. Fica evidente que ao entender as implicações comportamentais, atreladas à saúde mental e a prevalência da depressão e da ansiedade são essenciais para que se tenham ações de políticas públicas que garantam assim o preparo dos governos em futuras pandemias, estando preparados para amparar a população no geral (MARIN et al., 2021).

Assim, as pessoas estão apreensivas, desgastadas; e ainda nos dias atuais, muitos não sabem lidar com o cenário do isolamento e cuidado, consigo e com o outro, sentindo-se despreparadas e desamparadas para enfrentar momentos atípicos como ainda vivemos (VASCONCELOS et al., 2020).

O isolamento social por si só predispõe a prejuízos na saúde e no bem-estar do indivíduo trabalhador, sendo que as suas condições de saúde física e mental, acarretaram o afastamento pela infecção pela COVID-19, e pela forma com a situação de isolamento familiar pode afetar o mesmo, deixando mazelas em seu corpo e na sua mente (RIBEIRO et al., 2020).

3.1.1 Transtornos Emocionais e Psicológicos Causados Pela Pandemia

Os traumas emocionais, bem como, os transtornos mentais sofridos no contexto da pandemia e após a mesma, mudaram a rotina de todos. Santos (2019) destaca que os traumas emocionais são intensificados aparecendo em larga escala por situações pandêmicas, com esta, criando em muitos casos, o surgimento de doenças infecciosas, situação posta no cenário atual, a população sofre um abalo psicológico vindo de inúmeros fatores, fragilizando a saúde mental do indivíduo.

A figura 1 apresenta os Transtornos Mentais e seus principais comprometimentos durante a pandemia da COVID-19.

Transtorno	Comprometimento		
	Físico	Emocional	Social
Episódio depressivo	Insônia, hipobulia e anergia	Hipotímia, anedonia, irritabilidade	Isolamento, descrença na família e amigos
Transtorno de ansiedade generalizada	Hiperatividade, insônia e inquietude	Nervosismo, preocupação, apreensão e medo	Isolamento e afastamento de pessoas próximas
Transtorno Obsessivo-compulsivo	Comportamento estereotipado e obsessões	Angústia, frustração e compulsividade	Alterações de conduta e personalidade
Transtorno do pânico	Episódios graves de hiperatividade autonômica	Apreensão, medo e ansiedade	Evitação de ambientes e situações sociais
Transtorno do estresse pós-traumático	Hipervigilância, agressividade e insônia	Embotamento emocional, anedonia	Isolamento, evitação
Fobia social e específica	Episódios ansiosos provocados por objeto/situação	Medo, ansiedade e preocupação	Evitação de situações sociais e específicas
Agorafobia	Incapacitação associada a medo intenso	Ansiedade e medo associados a situações específicas	Evitação de aglomerações e espaços públicos
Dependência de álcool	Desejo pelo álcool, abstinência e prejuízo cognitivo	Irritabilidade, abandono de interesses cotidianos	Deterioração das relações sociais pela adicção
Dependência de drogas lícitas	Desejo pela droga, abstinência e prejuízo cognitivo	Irritabilidade, abandono de interesses cotidianos	Deterioração das relações sociais pela adicção
Dependência de drogas ilícitas	Desejo pela droga, abstinência e prejuízo cognitivo	Irritabilidade, anedonia e instabilidade	Alienação social e comportamento de risco

Figura 1 – Transtornos Mentais e Principais Comprometimentos durante a Covid- 19

FONTE: Moraes et al., (2021).

Os impactos biológicos e econômicos, causados pelo coronavírus repercutiram significativamente na saúde mental, tendo a clara visão associado ao temor pela exposição ao contágio, bem como, ao adoecimento e à morte, surgidas pelas

situações de quarentena associados ao isolamento social. Esses aspectos tendem a intensificar e propiciar o surgimento de sintomas de transtornos em saúde mental, sendo mais pontuais em pessoas com histórico de problemas de saúde (DELBEN et al., 2020).

Em sentido oposto, existe a divulgação excessiva ou errônea de informações nos veículos de comunicação como televisão, jornais e internet, contribuindo em alguns casos, “para que as pessoas tenham uma afinidade maior por informações negativas e informais, gerando também a diminuição da confiabilidade de informações positivas e formais” (VASCONCELOS et al., 2020, p. 5).

Essa situação pode possibilitar o surgimento e um grande agravamento de transtornos mentais, bem como, a doenças relacionadas ao estresse, e de enfermidades físicas, que podem perdurar por um longo tempo com o indivíduo que teve a COVID -19 (OLIVEIRA; AGUIAR, 2021).

Uma pesquisa realizada na fase inicial da pandemia, na China, mostrou a seguinte situação:

- ✓ 13,8% da população passou a manifestar sintomas depressivos leves;
- ✓ 12,2% apresentaram sintomas moderados e,
- ✓ 4,3% da população apresentou graves (WANG, et al., 2020 apud MIRANDA et al., 2020).

Ainda se destaca que de acordo com jornal *Washington Post* publicado dia 2 de abril de 2020, nos Estados Unidos, “um canal de emergência oferecido pelo governo para pessoas com sofrimento emocional registrou um aumento de 1.000% nas ocorrências em abril, em comparação com o mesmo mês de 2019” (MIRANDA et al., 2020, p. 4).

A pandemia causada pela COVID-19 leva em consideração três estados contemplados pela clínica e pesquisa em trauma psíquico: o estresse, a catástrofe e o transtorno do estresse pós-traumático (TEPT) complexo. “Essa compreensão permite uma ação imediata na prevenção e suporte para os quadros mentais mais comuns nessa crise” (FIKS et al., 2020, p. 71).

É relevante acrescentar que os brasileiros podem sofrer e sofrerão impactos psicológicos e sociais, tendo estes, em vários níveis de intensidade, bem como, a sua gravidade, sendo que a pandemia, fez com que todos ficassem em isolamento, para

assim, pausar ou acabar com o referido vírus (FIOCRUZ, 2020 apud PEREIRA et al., 2020).

O impacto que a pandemia por COVID-19 “na saúde mental de trabalhadores (as) faz-se necessário no sentido de possibilitar o dimensionamento da magnitude do evento nas diversas categorias, dentre outras” (SOUZA; ANDRADE; CARVALHO, 2021, p. 134).

A gravidade dos efeitos psicológicos da pandemia se deveu menos ao seu ineditismo, mas sim, em larga escala pela falta de transmissão adequada dos conhecimentos mínimos e básicos que foram adquiridos ao longo da experiência de países bem-sucedidos relativos aos de tratamentos, no caso a China e outros países da Europa (SANTOS, 2019).

Para Fiks et al., (2020) outra reação que causou transtorno emocional e que se repetiu constantemente, foi o fato de a contaminação que seria seguida e representada através de sintomas graves, interpretavam sintomas inconscientes como se fossem físicos, pensando em muitas das vezes que estavam contaminados. “Convencidos de que estavam doentes, realizavam o teste para o COVID-19 com frequência desnecessária” (SANTOS; ALMENDRA; RIBEIRO, 2020, p. 32).

O desgaste emocional causados pela COVID 19 fez com que as pessoas fossem submetidas nas relações com o trabalho, tendo que enfrentar novos desafios envolvendo seu psique, pois um fator muito importante na determinação de transtornos relacionados ao estresse, ao desgaste emocional, pode causar ansiedades patológicas, pânico, fobias, doenças psicossomáticas (SÉPE, 2011), acarretando no “estresse ocupacional como um elemento que favorece o aparecimento de múltiplas formas de adoecimento, não se restringindo ao sujeito ou ao ambiente de trabalho” (SILVA, 2019, p. 56).

Estudos feitos com populações envolvidas em uma ameaça, providas de medo ou terror, concluiu-se que mais de 80% das pessoas desenvolvem sintomas de medo, bem como, de pânico. Considera-se ainda que entre um terço e metade da população que sofre e está exposta a uma epidemia de grande magnitude tem a probabilidade de sofrer uma ou mais manifestação psicopatológica (OLIVEIRA et al., 2020).

“Dessa maneira, fica claro que os dois extremos são nocivos para a saúde mental e que é necessário buscar equilíbrio e informações oficiais e verídicas” (MIRANDA et al., 2020, p. 4).

3.1.2 COVID 19 e a Manutenção do Indivíduo no Trabalho

Nos dias atuais a necessidade de se trabalhar, seja para prover o sustento da família ou apenas o próprio “desde o início já era considerada uma pena imposta ao trabalhador, pois ele não tinha a possibilidade de escolher entre desfrutar da vida ou mesmo de trabalhar para alcançar uma vida digna” (REIS et al., 2008, p. 11), sendo correto afirmar que “o trabalhador, portanto, deve ser protegido dos danos à sua saúde no momento em que executa suas tarefas” (PAGANINI, 2011, p. 19).

Neste sentido o trabalho é a medida do esforço de um indivíduo, de um trabalhador, vindo a ser uma atividade produtiva que um sujeito desempenha para ser remunerada através de determinado salário (SILVA, 2013), sendo que com o seu trabalho o homem se autorrealiza, “se dignifica, se mantém, se relaciona, garantindo sua subsistência e sua posição social. A maneira em que os homens vivem e trabalham o determinam como pessoas” (CARNEIRO, 2010, p. 12).

Dentre os fatores organizacionais, situações do ambiente de trabalho, somados às sobrecargas e funções de risco de exposição a COVID -19, a gestão da segurança e saúde no trabalho do trabalhador, vindo a garantir um local de trabalho livre de risco; e o teletrabalho, que surgiu como uma forma de se evitar o contágio tem um impacto negativo à saúde mental que vem junto com o distanciamento, pois existe uma sobrecarga de trabalho, causando um desgaste no indivíduo, acentuando assim, cada vez mais a saúde do trabalhador (SOUZA; ANDRADE; CARVALHO, 2021).

Percebe-se que, o ritmo imposto pelo trabalho, em alguns momentos, entra “em contradição com os ritmos biológicos do indivíduo. O efeito dessa configuração reflete diretamente na saúde do trabalhador e extrapola, perpassando em suas diversas relações sociais do cotidiano” (SILVA, 2019, p. 52).

Os trabalhadores, ao retornar aos poucos para as suas funções, temiam ser os responsáveis pelo contágio de familiares e de serem os causadores de sua morte. Ou seja, levar o vírus para casa, ficando angustiados pelo sentimento de virem os seus familiares em situação perigosa, apresentada e causada pela pandemia, pelo COVID - 19 (SANTOS; ALMENDRA; RIBEIRO, 2020).

Nestes parâmetros a compreensão de que, “diminuir os problemas de saúde do trabalhador é sinônimo de aumento de produtividade na empresa” (SÉPE, 2011, p. 9). Com qualidade de vida no trabalho conseqüentemente haverá maior probabilidade de se obter qualidade de vida pessoal, social e familiar (SILVA, 2019), sendo que,

“adaptar-se a uma nova rotina, conjuntamente com a preocupação acerca do cuidado consigo mesmo e com os outros, pode elevar cargas emocionais e físicas” (OLIVEIRA; AGUIAR, 2021, p. 742).

Alguns pesquisadores altamente competentes e qualificados não conseguiram transmitir de forma clara, concisa e ordenada seus conhecimentos sobre a doença, deixando a população a mercê de falsas informações e auxiliando a população a tomar decisões bem orientadas, fazendo com que se perdesse, em muitos casos, ainda a falta de conhecimento, por consequência disso, ou por falta de pesquisas mais aprofundadas (SANTOS, 2019).

Assim nos desfechos ocorridos nesta pandemia evidencia a importância de “novos estudos para fomentar a discussão acerca do tema para o desenvolvimento de estratégias que combatam o adoecimento mental da população inserida nessa realidade” (VASCONCELOS et al., 2020, p. 6).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As consequências da pandemia, causadas de forma individual ou coletiva, vem a causar distúrbios psiquiátricos, que se agravam com o passar do tempo, se não houver uma intervenção para que haja um processo de melhora ou até mesmo de cura.

Torna-se preciso fomentar novos estudos que põe em discussão de forma que combatam o adoecimento da população que obteve o vírus da COVID – 19, criando uma sobrecarga em cada indivíduo que sofreu com esta mazela.

As situações no ambiente de trabalho mudaram drasticamente, causando com sobrecargas e funções de risco de exposição da COVID – 19, dando ênfase ao teletrabalho ou trabalho remoto, visto que foi uma solução para evitar o contágio, têm um impacto negativo à saúde mental decorrente do distanciamento, causando um impacto negativo na vida do trabalhador, como o surgimento e agravamento de transtornos mentais e de doenças que estão relacionadas ao estresse e outras enfermidades físicas, afetam drasticamente o estado emocional, atrelado à qualidade de vida da pessoa.

Com todas as alterações sofridas em suas vidas, somadas ao medo e à insegurança devido à doença, muitas vezes agravados com o conflito entre informações que muitas vezes são errôneas, e são difundidas pelos meios digitais, resultou em um aumento expressivo na prevalência da saúde mental do indivíduo, do

trabalhador, como depressão, ansiedade, insônia e estresse, bem como dos próprios transtornos psiquiátricos, entre outros, que causam problemas por toda a sua vida.

Algumas estratégias são de fundamental importância, sendo preciso fazer o rastreamento daqueles trabalhadores que apresentam algum sinal de estresse emocional ou psicológico, alterando assim a sua saúde mental, realizando sempre sessões com psicoterapeuta, psicólogo ou psiquiatra, e quem sabe um acompanhamento médico, caso seja necessário. Além disso, é muito importante o acompanhamento desses profissionais após a pandemia, já que muitos distúrbios e outros traumas oriundos desta podem surgir, e alterar mais a questão da saúde do indivíduo trabalhador.

Desse modo, apesar do reconhecimento dos trabalhadores dentro das várias dimensões contextualizadas da pandemia, que partem de efeitos específicos da questão pandêmica, associada ao distanciamento social, medos entrelaçados aos sofrimentos psíquicos, ficou explícito que se torna necessário que se façam projetos voltados para atender indivíduos que sofreram e ainda sofrem com a COVID – 19, sendo esta refletida em suas vidas e principalmente no contexto de seu trabalho diário, em um período de crise social que fora enfrentado.

Recomenda-se que sejam desenvolvidos trabalhos futuros com intuito de avaliar os impactos psicológicos que se relacionam com a atual pandemia, seja em curto ou no longo prazo, bem como estudos comparativos com dados coletados antes do surto de COVID-19, analisando a questão do estado mental dos indivíduos trabalhadores.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Dulce Eliane Mourão de. **Elaboração e desenvolvimento de projetos de pesquisa**. NBR 14724: 2002. Informação e documentação – Trabalhos acadêmicos-Apresentação: informações pré-textuais, informações textuais, informações pós-textuais, formas de apresentação. Palmas – PR, 2010.

CARNEIRO, R. M. **Síndrome de burnout**: um desafio para o trabalho do docente universitário. 2010. Dissertação (Mestrado em Sociedade, Tecnologia e Meio Ambiente) – Faculdade Tecnologia e Meio Ambiente, Anápolis, GO, 2010.

CRUZ, Náira Menezes Luz Vasconcelos et al. Apoio psicossocial em tempos de COVID-19: experiências de gestão e ajuda mútua no sul da Bahia, Brasil. **APS em Revista**. Minas Gerais, v. 2, n. 2, p. 97-105, jun. 2020. Disponível em: <https://apsemrevista.org/aps/article/view/94>. Acesso em: 11 ago. 2022.

DELBEN, Paola Barros et al. Saúde mental em situação de emergência: COVID19. **Debates em Psiquiatria**. Distrito Federal, v. 10, n. 2, p. 18-28, abr./jun. 2020. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/38>. Acesso em: 11 jan. 2022.

FIKS, José Paulo et al. A crise na saúde mental em decorrência da COVID – 19: diretrizes para um suporte psicológico em pandemia potencialmente traumática. **Debates em Psiquiatria**. Florianópolis, v. 15, n. 24, p. 70-77, abr./jun. 2020. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/download/32/20/40>. Acesso em: 10 ago. 2022.

LIMA, Jennifer Leite; MELO, Angela Buffetti de; PERPETUO, Claudia Lopes. Pandemia e a exacerbação das vulnerabilidades sociais: impactos na saúde mental. **Akrópolis - Revista de Ciências Humanas da UNIPAR**. Paraná. v. 29, n. 1, p. 59-74, jan./jun. 2021. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/akropolis/article/view/8310>. Acesso em: 11 jan. 2022.

MEZZAROBA, Orides; MONTEIRO, Cláudia S. **Manual de metodologia da pesquisa no Direito**. 5. ed. São Paulo: Saraiva, 2009.

NAVES, Marisa Lomônaco de Paula. **O planejamento da pesquisa: pesquisa-ação**. Sala Ambiente Metodologia do Trabalho Científico. Universidade Federal de Pernambuco-UFPE. CEAD: Coordenação de Educação a Distância da UFPE, 2011.

MIRANDA Tainara Sales et al. Incidência dos casos de transtornos mentais durante a pandemia da COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Científico**. Caatinga, v. 17, n. 11, p. 1-6, dez. 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/view/4873>. Acesso em: 11 ago. 2022.

MARIN, Gabrieli Algazal et al. Depressão e efeitos da COVID-19 em universitários. **Interamerican Journal of Medicine and Health**. Curitiba, v. 4, n. 3, p. 1-9, mar. 2021. Disponível em: <https://www.iajmh.com/iajmh/article/view/187>. Acesso em: 11 ago. 2022.

MORAES, Rafael Lozano de et al. Aspectos psiquiátricos da COVID – 19. **Research, Society and Development**, Mato Grosso do Sul, v. 10, n. 4, mar. 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/13803/12387/180053>. Acesso em: 10 ago. 2022.

OLIVEIRA, Emilly; AGUIAR, Mary. Os impactos da COVID-19 e as medidas de enfrentamento para além do âmbito físico: uma revisão sistemática. **Revista Interfaces**. Guarapuava, v. 8, n. 3, p. 740-747, mar. 2021. Disponível em: <https://interfaces.leaosampaio.edu.br/index.php/revista-interfaces/issue/view/39/showToc>. Acesso em: 12 ago. 2022.

OLIVEIRA, Daniela Souza de et al. COVID – 19: do enfrentamento ao fortalecimento de estratégias em saúde mental – uma revisão narrativa. **Debates em Psiquiatria**.

Distrito Federal, v. 1, n. 4, p. 1-21, mai./jun. 2020. Disponível em: <https://escsresidencias.emnuvens.com.br/hrj/article/view/34>. Acesso em: 10 jan. 2022.

PAGANINI, D. D.. **Síndrome de *Burnout***. 2011. Monografia (Pós-graduação em Engenharia de segurança do Trabalho) - Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC, Criciúma, SC, 2011.

PEREIRA, Mara Dantas et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**. Vargem Grande Paulista, v. 9, n. 7, p. 1-31, mai. 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548>. Acesso em: 14 jul. 2022.

REIS, C. de C. et al. **Síndrome de *burnout* no trabalho**. 2008. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Psicologia) - Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Vale do Rio Doce, Governador Valadares - MG, 2008.

RIBEIRO, Andréa Panhoti et al. COVID-19: repercussões e orientações acerca dos profissionais de enfermagem. **Global Academic**. Rio de Janeiro, v. 1, n. 3, p. 1-7, set./out. 2020. Disponível em: <https://globalacademicnursing.com/index.php/globacadnurs/article/view/102>. Acesso em: 11 jul. 2022.

SANTOS, Tania Coelho dos. Versões contraditórias no campo da ciência: politização e desinformação na prevenção à COVID-19. **Revista aSEPHallus de Orientação Lacaniana**, Rio de Janeiro, v.15, n. 29, p. 6-22, nov. 2019. Acesso em: <http://www.isepol.com/asephallus/pdf/02%20-%20TANIA%20COELHO%20DOS%20SANTOS.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2022.

SANTOS A.F. O; CARDOSO, C.L: Profissionais de saúde mental: manifestação de stress e *burnout*. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 67-74, mar. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/KwrCBXKssRgjLqp6WVvk3sBg/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 10 jul. 2022.

SANTOS, Tania Coelho dos; ALMENDRA, Fernanda Saboya; RIBEIRO, Manuella Itapary. Help line: relato de experiência sobre um dispositivo de acolhimento aos profissionais de saúde durante a pandemia COVID-19. **Revista aSEPHallus de Orientação Lacaniana**. Rio de Janeiro, v. 15, n. 30, p. 26-40, mai./out. 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1177318>. Acesso em: 10 ago. 2022.

SÉPE, A. C. H.. **Estresse x trabalho: Qualidade de vida nas organizações**. 2011. Monografia (Especialização em RH - Gestão de Pessoas e Competências) - Centro Universitário Filadélfia – UNIFIL, Londrina, PR, 2011.

SILVA, C. R. G. da. **Estresse ocupacional em trabalhadores da enfermagem em um hospital público de Porto Alegre/RS**. 2010. Monografia (Especialização em Informação Científica e Tecnológica em Saúde - Lato Sensu) - Instituto de

Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde da Fundação Oswaldo Cruz. Porto Alegre/RS, 2010.

SILVA, G. de N.. (Re) Conhecendo o Estresse no Trabalho. **Revista Interinstitucional de Psicologia**, Uberlândia, v. 12, n. 1, p. 51 – 61, maio. 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.36298/gerais2019120105>. Acesso em: 10 mar. 2022.

SOUZA, Suerda Fortaleza de; ANDRADE, Andréa Garboggini Melo; CARVALHO, Rita de Cássia Peralta de. Saúde mental e trabalho no contexto da pandemia por COVID-19: proposta para vigilância em saúde. **Revista Baiana de Saúde Pública**. Salvador, v. 45, n. 1, p. 125-139, jun./jul. 2021. Disponível em: <https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/3242>. Acesso em: 11 jan. 2022.

VASCONCELOS Silvia Eutrópio et al. Impactos de uma pandemia na saúde mental: analisando o efeito causado pelo COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**. v. 12, n. 12, p. 1-6, set./out. 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/5168>. Acesso em: 13 ago. 2022.

VASCONCELOS, Matheus Linhares. **Síndrome de *Burnout* em enfermeiros que trabalham em unidades de terapia intensiva**: revisão integrativa. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Enfermagem), Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília, Brasília - DF, 2017.