

ESTRESSE E SUAS CONSEQUÊNCIAS EM PROFISSIONAIS DE MEDICINA: DA GRADUAÇÃO À LINHA DE FRENTE DA PANDEMIA DE COVID-19

Congresso Online CRM na Mão, 1ª edição, de 03/05/2021 a 07/05/2021

ISBN dos Anais: 978-65-89908-09-8

SANSON; Nicole Zanzarini¹

RESUMO

Introdução Por meio de revisão de literatura, o estudo busca alertar sobre o aumento dos níveis de estresse e desenvolvimento de doenças neuropsicológicas em profissionais de medicina que atuam no combate ao COVID-19. Descrição Estudantes de medicina por todo o mundo são expostos a fatores estressantes multifatoriais que influenciam diretamente o surgimento ou agravamento de comorbidades neuropsicológicas, como depressão, transtorno de ansiedade, burnout e ideação suicida. Desde o início da pandemia de SARS-COV2, foram requisitados mais médicos na linha de frente, sendo um direcionamento ocupacional de profissionais recém-formados. Nota-se em médicos que trabalham na atual pandemia um aumento da irritabilidade, insônia, exaustão e alterações psicossomáticas relacionadas à sobrecarga laboral, física e emocional. Assim, como evidenciado em outros momentos de crise sanitária e recessão econômica, como na Gripe Espanhola e na Crise de 29, a taxa de suicídio também tende a aumentar na atualidade, considerando a similaridade dos cenários. Desta forma, é preciso cuidado ao lidar com sinais e sintomas psicológicos que os novos médicos terão, por já estarem previamente desgastados e enfrentarem a linha de frente de enfermarias e UTIs COVID. Afinal, estão cuidando de seus pacientes e concomitantemente colocando em risco sua própria vida e de seus familiares. Inexperiência, isolamento social e medo de infecção, podem se tornar gatilhos para a exacerbação de comorbidades importantes, e risco de autoextermínio. Sintomas como alterações de humor, exaustão, despersonalização, baixa autoestima e sentimentos de incompetência são sinais de alerta, e podem acompanhar um abuso de bebidas alcoólicas. Cabe ao profissional e seu grupo de apoio interpessoal a atenção para procurar ajuda psicoterápica no momento oportuno. Reflexões finais Sob os fatos apresentados, é importante ressaltar a necessidade de cuidado com a saúde mental dos médicos em 2021 e nos períodos subsequentes. Após um ano submetidos aos mais variados estímulos estressores, sem melhora da situação epidemiológica no Brasil até então, é inevitável um desgaste físico e emocional intenso. Dessa forma, atividades como a prática de exercícios físicos, meditação e construção de resiliência psíquica são importantes para o manejo da situação. O controle do estado mental, mesmo após a pandemia de COVID-19, deve sempre ter enfoque, de forma individualizada e contínua, visando balancear as tensões que são inerentes à profissão médica. Referências: 1- Sher, Leo. "The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates."

¹ UFTM, nicolezanson@hotmail.com

QJM: An International Journal of Medicine 113.10 (2020): 707-712. 2- Frajerman, Ariel, et al. "Burnout in medical students before residency: a systematic review and meta-analysis." *European Psychiatry* 55 (2019): 36-42. 3- Cazolari, Priscila Gadelha, et al. "Níveis de Burnout e Bem-Estar de Estudantes de Medicina: um Estudo Transversal." *Revista Brasileira de Educação Médica* 44.4 (2020). 4-Tian-Ci Quek, Travis, et al. "The global prevalence of anxiety among medical students: a meta-analysis." *International journal of environmental research and public health* 16.15 (2019): 2735. 5- Dutheil, Frédéric, et al. "Suicide among physicians and health-care workers: A systematic review and meta-analysis." *PloS one* 14.12 (2019): e0226361.

PALAVRAS-CHAVE: Estresse, Médicos, Pandemia, covid